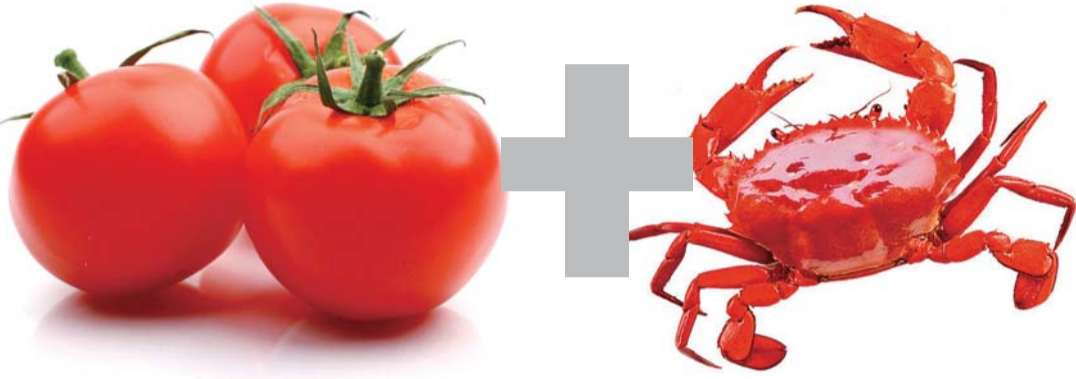


螃蟹西红柿同食产生砒霜?

多位名人发微博辟谣

近日,中国之声《新闻晚高峰》栏目报道了一则“螃蟹西红柿同食产生砒霜”的消息,引发热议。

该报道称,金秋时节正是吃螃蟹的好时候,最近网上一道有关“西红柿炖螃蟹”的菜肴却引起大家的关注和争议,甚至有网友直言,西红柿和螃蟹一同食用会产生砒霜剧毒。



微博名人反驳此说法

网络传言

螃蟹不仅不能跟西红柿一同食用,而且凡是含有维生素C的食材都不适合跟螃蟹一同食用,否则后果将十分严重。螃蟹是甲壳类生物,它含有五价的砷,本身对人体没什么损伤,但是在维生素C的作用下,会变成三价的砷化物,就是老百姓所说的砒霜。

三位微博名人反驳:不可能

那么,螃蟹和西红柿一起吃,真会产生剧毒的砒霜要人命吗?众多网友表示“吓着了”。但是很快,网上反驳这种说法的各种观点纷纷出现——

范志红:我们花了几年时间辟谣,还是架不住谣言继续

“螃蟹和西红柿一起吃致毒说”也引起了中国农业大学食品科学与营养工程学院两位食品安全专家的注意。

该院一位知名副教授,在微博上较为活跃的名人范志红公开质疑,“如果螃蟹里的砷不是超标几百倍,就不可能中毒。”她说这是一种流传已久的谣言,“我们花了几年来辟谣”,但还是架不住谣言继续。

范志红说:“传言螃蟹不能和含VC食品一起吃,归根到底是

担心水产品的砷污染问题。需要注意的是,螃蟹容易引起过敏和食物不耐受。但这并不意味着每个人吃螃蟹时必须禁食含VC的蔬菜和水果。”

朱毅:一次吃几公斤被污染螃蟹和5斤西红柿才可能中毒

该院副教授朱毅在个人认证微博上评论道:“在实验室里,维生素C有可能使五价砷转变为毒性很强的三价砷,但在饮食上不容易。”

她说,首先,要吃几公斤被严重砷污染螃蟹;之后,维生素C要一次性服用500毫克以上,也就

是一次性摄入5斤以上西红柿才有中毒的可能性,一般人能吃这么多吗?

云无心:人体不是化学反应器,“砷转化”只是臆想

范志红的微博发出后得到了很多人的支持,其中包括北京协和和医院等,如科普作家松鼠云无心辟谣道:“即使是砷超标几百倍,五价砷转化成三价砷也只是臆想(人体不是一个合适的化学反应器)。”

还有人更直白地说:这不是“1+1=2”的化学实验,两种元素在一起就能生成第三种元素。

“虾蟹不能与VC同吃”传了十多年

自2001年起,经常有一个类似的故事在网上被翻版流传:某地,一名女孩突然七孔流血暴毙。经初步验尸,断定为因砒霜中毒而死亡。一名医学院的教授被邀赶来协助破案。他仔细地察看了死者胃中取出物后说:“砒霜是在死者腹内产生的。”死者生前每天会服食维生素C,晚餐又吃了大量的虾——问题就出在这里!

从原理上讲,砷是一种非金属元素,通常情况下不会以单质存在,主要以氧化物的形式存在。螃蟹里的是五价的砷,是一种化合物,有可能被西红柿里的VC还原,变成三价的砷——但这仅仅是理论。事实上螃蟹和西红柿煮熟后会生成砒霜的可能性微乎其

微,因为需要大量的砷和VC才可能生成砒霜。

但是,餐桌上的螃蟹大多经过检疫部门的检测,砷的含量很少;即便被VC还原,也不会对人体产生影响。除了你吃了大量的螃蟹,又吞下许许多多西红柿,否则就没有问题。如果螃蟹受到污染的,砷含量很高,人吃了确实是有毒的。

某高校一名化学专家说,从化学原理上说砷的氧化物碰到VC后,会还原成三氧化二砷,但前提是有大量的砷。而且砷又是一种“不稳定”元素,不溶于水。砷经过高温的蒸煮或爆炒后,不会变成液体,而是直接升华,“西红柿和螃蟹放在一起吃应该没有太大问题。”

相关链接

柿子与螃蟹不能同食 但也是因人而异

从养生学的角度,人们会总结一些相克的食物,螃蟹和柿子属于其中之一。其中缘由在于两者都是凉性的,一起吃在胃中会产生聚合效应,对胃造成伤害。但据了解,即使这种说法,亦缺乏相关专家更深入的研究论证和实验检验。

对于螃蟹不能和柿子一起食用的说法,范志红介绍:“螃蟹和柿子的禁忌是古书

上记载的。但效果因人而异。一些胃肠敏感的人吃螃蟹和柿子(包括梨、甘蔗、香蕉等很多水果),哪怕单吃其中一种,都可能引起胃肠不适。但很多消化功能好的人吃了证明没事。它不算普遍规律,但可以看出对胃肠功能不佳者的提示。”

换言之,即使“螃蟹不能和柿子吃”这种说法,也是因人而异。

健康速览

感冒没症状也传染

天气转冷,很快将进入流感高发季节。近日,英国《每日邮报》一篇报道指出,最新一项研究发现,流感在没产生症状前就已经具备了传染能力。

伦敦大学帝国理工学院在进行流感动物实验时发现,患病后的动物在尚未出现症状前,病毒已经传播给同一个笼子和相邻笼子里的同类。研究证明,一般感染流感病毒24小时,就具备了传染能力,而这时往往还没有出现症状。一般来说,感染病毒45小时后才发热;感染48小时后才打出第一个喷嚏。研究提醒大家,一旦觉得不舒服,虽然还没出现感冒症状,也不要掉以轻心,最好戴上口罩,避免传染他人。感染流感病毒5—6天后,病毒传染率大大降低,这时可以放心摘下口罩,传染给他人的风险已经变小。

酒杯形状影响酒量

酒杯形状与饮酒多少有关吗?据英国广播公司新闻网近日报道,英国布里斯托大学最新研究发现,与直筒形状酒杯相比,使用曲线形状(有弧度)酒杯时,人们饮酒速度更快,往往饮酒量也更多。

新研究中,研究人员让159名参试男女分别用直筒或曲线形状酒杯饮用一定量的啤酒。结果发现,用曲线形状酒杯的参试者花7分钟喝完一杯啤酒,而用直筒形状酒杯的参试者要耗时11分钟,饮酒速度减慢近60%。研究负责人安吉拉·阿特伍德博士分析指出,与使用直筒形状酒杯相比,使用曲线形状酒杯时,人们更难判断已经喝下了多少酒,导致他们很难控制饮酒速度。这项研究表明,改变酒杯形状有助于人们更好地控制饮酒节奏及酒量,多用直筒形状酒杯喝酒更有益健康。此外,使用细长酒杯也有助于控制酒量,而用短粗酒杯则很容易喝过量。