

這種煲湯食材千萬別生吃！很多廣東人從小吃到大……

23-11-2021 珠海市消委會

馬蹄，學名荸薺很多廣東人從小吃到大，煲湯、清炒、生吃……樣樣美味！但其實荸薺竟然是不能生吃的？吃了會紅腫、潰爛乃至死亡？

生吃荸薺會感染寄生蟲有患者因此切除肝臟

27 歲的王女士（化名）平日裡最愛生吃荸薺，常常買來一袋吃得停不下口來。自兩年前起，她時常感覺到上腹部出現若有若無的隱痛，嚴重時甚至痛到徹夜難眠，去了當地醫院被診斷為膽道蛔蟲症，做了許多檢查也沒能得到明確的診斷。



今年年初，王女士來到了杭州工作，這毛病也就一直拖著。直到一周前腹痛的症狀突然加劇才發現情況不對，家人趕緊將她送至杭州市中醫院外一科住院治療，並進行了詳盡的肝臟磁共振增強檢查，然而結果卻震驚了所有人，提示肝內膽管乳頭狀腫瘤可能。

接診的醫師結合患者病史，最終將病因鎖定在了寄生蟲感染上。考慮左肝內腫瘤或寄生蟲病不能排除，建議王女士行手術治療，直接切除肝臟左外側葉以絕後患。手術後真相大白，導致王女士反覆腹痛兩年的真凶確實是寄生蟲--薑片蟲，醫生們乾淨俐落得完成了“除蟲”工作。

術後的病理結果顯示：肝組織匯管區及邊緣膽管存在明顯慢性炎症病變。目前王女士恢復順利，後續還將接受進一步的驅蟲治療，逐漸回歸正常的生活。

## 醫生提醒洗淨煮熟食用更安全

很多人心存僥倖，認為自己生吃過荸薺也沒什麼事，但逃過寄生蟲感染可不是拼運氣的，而且薑片蟲的感染是有潛伏期的，和急性的食物中毒不同，有些感染可能要 1~2 個月後才發作。

還有網友認為，拿鹽水泡一下再吃，就不怕寄生蟲了，中國疾病預防控制中心寄生蟲病預防控制所健康教育與諮詢檢測中心主任陳家旭表示，鹽水浸泡並不能殺死寄生蟲。採用 3% 鹽水浸泡薑片蟲囊尾蚴，浸泡 3 天尚能存活，5 天后囊蚴才會死亡。但薑片蟲囊蚴不耐高熱，在沸水中一分鐘，或陽光下曝曬一天即死亡。所以將荸薺儘量洗淨煮透後食用才更安全可靠。

## 這些果蔬同樣不宜生吃

1. 菱角、茭白、蓮藕等。除了荸薺，同為水生植物的菱角、茭白、蓮藕等，同樣極易感染細菌及寄生蟲，建議加熱煮熟後食用。
2. 鮮黃花菜。鮮黃花菜中含有類秋水仙堿，可引起嘔吐、腹瀉、頭暈、口渴、咽乾等中毒症狀。可將黃花菜用水浸泡或用開水燙後棄水炒煮後食用。
3. 沒有煮熟的豆角。生的和沒有煮熟的豆角中含有皂素和植物血凝素。食用後會發生頭痛、頭暈、噁心、嘔吐等症狀。須高溫燒炒，徹底熟透才可食用。