

保溫杯變"奪命杯"，只因為泡了它...很多人都這樣幹過！

26-11-2021 廣州市消費者委員會

俗話說：“人到中年有三寶，枸杞大棗保溫杯。”立冬過後，氣溫“斷崖式下降”，保溫杯成了不少中年人的標配。

不過喜歡這樣喝的朋友要注意了，因為一不小心，你手裡的保溫杯就可能變身成“炸彈”！

- 2020年8月，福州一女孩用保溫杯泡紅棗卻忘了喝，十幾天後擰開保溫杯時發生“爆炸”，杯蓋彈起導致女孩右眼球破裂；
- 2021年1月，四川綿陽的楊女士正準備吃飯，桌上泡有枸杞的保溫杯突然爆炸，將天花板炸了個洞……

好端端的保溫杯，為什麼泡了紅棗枸杞後會發生爆炸？哪些飲品，不適合放進保溫杯裡？我們又該如何挑選合格且健康的保溫杯呢？今天就來和大家聊聊關於“保溫杯”的那些事。

01 保溫杯裡泡紅棗枸杞為什麼會引發爆炸？

1.保溫杯爆炸：多是微生物在作祟

實際上，保溫杯泡紅棗、枸杞時發生爆炸，是微生物發酵產氣過多導致的。我們的保溫杯存在很多衛生死角，比如內膽、瓶蓋縫隙等處可能藏著大量細菌；而紅棗、枸杞等乾果營養較為豐富，經水浸泡後其中的糖類等成分被溶解出來，更容易被微生物利用。

於是在溫度適宜、養分充足的環境下，這些微生物會發酵產生大量的二氧化碳等氣體，且時間越長，產生的氣體越多；密閉的保溫杯內氣壓不斷變大，一旦突然擰開杯蓋，就可能導致熱水噴湧而出，發生“爆炸”傷人事件。

2.除了紅棗枸杞，這些食物也有爆炸風險

經過上面的分析我們可以知道，營養豐富、適合微生物繁殖的食物，長時間放置在保溫杯中，是導致爆炸的重要因素。因此除了紅棗和枸杞，桂圓、銀耳、果汁、奶茶等高糖高營養的食物，最好現泡現喝，不要久置在保溫杯中。

另外，泡騰片等藥物與水接觸後，會迅速釋放大量的二氧化碳，而碳酸飲料中本身含有大量氣體。這類食物會造成杯內氣壓增大，倘若搖晃，很可能導致杯子爆開，因此最好都不要用保溫杯沖泡或儲存。

【小貼士】

(1) 使用保溫杯等密閉性較好的杯子時，最好先用熱水預熱後倒掉，再加入熱水，以免溫差過大，導致氣壓驟增，造成熱水“噴湧”。

(2) 無論用保溫杯沖泡了什麼熱飲，都不可久置；飲用前最好不要一下子擰開杯蓋，可以通過小心反覆開關杯蓋來釋放氣體，且打開時杯口不要對著人，防止受傷。

02 這些飲品也最好別放進保溫杯裡！

由於保溫杯的保溫功能突出，而且密封性較好，很多人除了用它泡紅棗、枸杞外，還會拿來泡茶、裝牛奶豆漿，那這樣是可以的嗎？

專家表示，用保溫杯裝這 2 類飲品，雖然不會有爆炸的隱患，但可能影響飲品的營養和口感，甚至縮短保溫杯的使用壽命！

1. 保溫杯泡茶：營養物質流失

茶葉中含有茶多酚、茶多糖、咖啡因等營養物質，保健養生的功效較強。當用熱水在茶壺或普通玻璃杯中泡茶時，茶葉裡的活性物質及風味物質很快就會溶出，使得茶香四溢、茶水甘甜。

但如果用保溫杯泡茶，相當於用高溫水不斷煎煮茶葉，會使茶葉中的活性物質和芳香物質因過度受熱被破壞，導致營養流失、茶湯色濃、顏色發暗、味道苦澀。

2. 保溫杯裝牛奶豆漿：易酸敗

牛奶、豆漿等高蛋白飲品，最好在滅菌或者低溫的環境下保存。如果加熱後長時間放置在保溫杯中，其中的微生物就很容易繁殖，導致牛奶、豆漿酸敗，甚至產生絮狀物，飲用後容易造成腹痛、腹瀉等腸胃不適症狀。

另外，牛奶中含有乳糖、氨基酸、脂肪酸等酸性物質，長期用保溫杯存放，可能會和保溫杯內壁發生化學反應，並導致部分合金元素溶出。

建議：儘量不要用保溫杯裝熱牛奶、豆漿等飲品，同時也不要將這些放置太久，最好在 3 小時內喝完。

03 怎麼選出合格的保溫杯？照著做就對了！

這樣看來，保溫杯雖然功能強大，但也不是什麼都能裝的，一不小心就可能造成隱患！當然，想要安全使用保溫杯，除了要弄清楚它的使用物件，還得選擇合格且健康的產品，那我們要如何來挑選呢？可以採用以下 3 個小妙招：

1. 看印記：鑒定內膽材質

保溫杯的內膽材質，一般都是由不鏽鋼材料製作而成。現在，市面上常見的不鏽鋼材料有以下 3 種，可以通過瓶口或內膽上的印記來辨認：

- 201 不鏽鋼：是工業級不鏽鋼，耐腐蝕性變差，根本無法抵擋酸性溶液，就算是在水中，也會出現鏽點，因此不建議購買。
- 304 不鏽鋼：是公認的食品級不鏽鋼，加工性能和耐腐蝕性較為良好，一般瓶口或內膽上會有 SUS304、S304XX、304、18/8、18-8 等印記。
- 316 不鏽鋼：是醫用級不鏽鋼，耐腐蝕性比 304 不鏽鋼更好，但價格偏高一點，一般瓶口或內膽上會有 US316、S316XX 等印記。

2. 摸底部：看保溫性能

我們可以將保溫杯裝滿開水後旋緊蓋子，大概過 2~3 分鐘後，用手觸摸杯身外表，若發現有溫熱感覺，則表明此保溫杯已失去真空層，內膽的保溫效果不佳。

3. 倒一倒：看密封性

我們可以將保溫杯裝滿開水後旋緊蓋子，之後倒置五分鐘，若保溫杯有滲漏現象，則表明其密封性不佳。