

一50岁女性吃半个隔夜西瓜险丢命,专家提醒:

西瓜有“脾性” 好吃有禁忌



□记者 魏应钦

夏日炎炎,吃个美味的西瓜是十分惬意的事情。可近日安徽50岁的阿兰(化名)因为吃了半个隔夜西瓜,呕吐、腹泻、发烧,直至昏倒家中,被送进医院的重症监护室抢救,差点丢命。对此,消化内科专家介绍,虽然夏日吃西瓜好处多多,但西瓜也有“脾性”,食用时要以适量为宜,有些人食用时还有禁忌,不是什么情况下都可以乱吃的。

隔夜西瓜 吃出感染性休克

据《安徽商报》报道,阿兰吃了半个在冰箱里用保鲜膜覆盖两天的西瓜后,不久就觉得发烧、怕冷、头晕心慌。她以为是感冒,就找了点感冒药吃下,但很快上吐下泻,第二天早上陷入昏迷。后来医生诊断为感染性休克,不排除败血症的可能。医生说,阿兰吃的西瓜已经滋生大量细菌,细菌进入肠道后又跟着血液“跑”遍全身,侵入患者器官,如果抢救不及时,就会引发生命危险。覆盖着保鲜膜的西瓜会滋生更多细菌。这是因为保鲜膜的存在会影响西瓜透气透水,这种情况下,微生物或细菌繁殖速度加快。西瓜虽然好吃,但因为属于“生冷食品”,不能乱吃,在食用上应有所禁忌。

切开过久的西瓜 不宜食用

平顶山市第二人民医院消化内科主任医师张淼说,夏季气温高,西瓜切开过久易变质、繁殖细菌,食用了会导致肠道传染病。因此,吃西瓜应注意选择成

熟的新鲜西瓜,现吃现切。

感冒初期 不宜食用西瓜

“感冒初期不要吃西瓜,否则会使感冒加重或延长治愈的时间。”张淼说,中医将感冒分为风寒和风热两种。感冒初期,在没分清自己属于哪种类型时,吃西瓜就相当于服用清里热的药物,使感冒加重或延长治愈的时间。如果已经确认是风热感冒,可以吃少量西瓜,帮助清热解暑。

肾功能不全者 不宜食用西瓜

张淼介绍,肾功能不全者也不要过量食用西瓜。短时间内大量吃西瓜,使体内水分增多,超过人体的生理容量。而肾功能不全者,肾脏对水的调节能力大大降低,对进入体内过多的水分不能调节及排出体外,致血容量急剧增多,容易因急性心力衰竭而死亡。

孕妇和产妇 不宜过量食用西瓜

张淼介绍,由于孕期女性内分泌发生了生理性变化,体内胰岛素相对不足,对血糖的稳定作用下降,造成糖在血液中的浓度高,会发生妊娠糖尿病,而妊娠糖尿病是引发孕妇流产和早产的一个重要原因。因此,孕妇不能过量吃西瓜。而产妇的体质比较虚弱,西瓜属寒性,吃多了会导致过寒而损伤脾胃。另外,女性经期中体质也比较虚弱,免疫力降低,最好也不要吃西瓜这种寒凉之物。

饭前及饭后 不宜食用西瓜

张淼提醒,西瓜中大量的水分会冲淡胃中的消化液,在饭前、饭后吃都会影响食物的消化吸收。特别是饭前,吃大量西瓜又会占据胃的容积,使就餐中摄入的多种营养素大打折扣。

“毒西瓜”不要吃

采访结束时,张淼特别提

醒大家,国家规定种植西瓜严禁使用剧毒农药,但由于经济利益驱使,少数瓜农使用了敌敌畏、乐果、敌百虫等有机磷农药。有机磷农药短时大量进入人体后会造以神经系统损害为主的一系列伤害。含有有机磷农药的西瓜外表条纹黄绿不均,瓜瓤比较红,瓜子却是白色的,口感不甜。建议市民购买西瓜时选择外表光滑平整、花纹清晰、纹路明显、两端匀称的。



导读

食药监总局:
别直接喝生鲜奶
安全隐患大

[D2]

一女子体内“肝虫”
重约两公斤
医生提醒:防止病从口入

[D4]

性梦过多
或因睡姿不对

[D5]

夏季是
耳鼻喉疾病高发期
别让这些疾病
影响身体健康

[D6]

收藏多年的钻戒
竟是错石
专业人士:
4招鉴别钻石真假

[D7]

