

疑因长期吃剩饭菜 扬州一家三口患癌

网友不淡定了：食堂的剩菜安全吗？

扬州一家三口从去年下半年起，相继被查出癌症，收治他们的医院专家分析认为，病因与全家人长期吃剩菜剩饭和霉变食物有关。9月21日，记者走访了这一家三口所在的社区和收治他们的医院，进行了采访。

社区 这家人经常吃剩饭菜 邻居劝也没用

今年56岁的戴师傅家住扬州市广陵区文峰街道宝塔社区，不幸的是，去年刚从扬州柴油机厂病退回家，就被扬州苏北医院查出了胃癌。令戴师傅难以接受的是，他80岁的老母亲和57岁的妻子唐女士，也于今年相继被查出肠癌和胃癌，两人都在苏北医院接受了治疗。

苏北医院医生判断，这一家三口的病因，与全家人长期吃剩菜剩饭以及霉变食物有关。

文峰街道宝塔社区张顺惠主任告诉记者，戴师傅一家经济条件不太好，全家人省吃俭用，吃饭吃菜精打细算，一点也不敢“浪费”。去年下半年，戴师傅被诊断患上胃癌，随后去医院做了相关手术。自己年龄还不算大，虽说身体不太好，但还能干力所能及的工作，戴师傅本想再辛苦几年，挣点钱，减轻家里的经济负担，可今年年初，他的母亲被查出患上了肠癌。而就在上个月，他做梦也没有想到，妻子也被确诊患了胃癌。一家人的不幸遭遇，让戴师傅愁眉紧锁。

为啥一家人相继被查出癌症？张顺惠主任说，自己在社区工作15年了，对包括戴师傅在内的居民都比较了解，根据自己的观察和邻居们的反映，戴师傅家经常吃剩饭剩菜，甚至吃霉变的食物和有点烂了的东西，从来不舍得扔掉食物，即使有的蔬果坏了，也会将坏的部分切掉后接着吃。社区居民住在一起的时间久了，有了感情，也有不少邻居劝老戴不要这样，但节俭惯了的他答应归答应，还是我行我素。一家三口人被查出癌症，大家都认为和这个生活习惯有很大的关系。

医生 剩饭菜里亚硝酸盐多 常吃癌变概率要高很多

扬州苏北医院中医科潘潘医生对戴师傅一家三口的情况比较了解，他还曾经去宝塔社区开过讲座，跟居民讲最好不要吃剩饭剩菜等生活常识和卫生防病知识。

他认为，丈夫、妻子以及老母亲都相继患上消化道癌症，与家庭长期的饮食习惯有关。因为从常识上讲，隔夜菜和霉变腐烂的食物

里亚硝酸盐含量较高，长期食用，亚硝酸盐就会在身体里日积月累，积累到一定程度，就会诱发消化道癌症。生活中，很多过惯了节俭日子的人或者家庭经济条件不太好的人，不舍得扔掉、倒掉坏掉的食物，即使不太好也要吃完，长此以往，这部分人癌变的概率要比普通人高得多。

潘潘告诉记者，有的“习惯”吃剩饭剩菜、隔夜菜的人认为，自己再重烧一下，不就杀死细菌和病毒了吗？其实不然。因为这些饭菜中的有毒有害物质是耐高温的，即使烧得再开，也不能从根本上解决问题。

潘潘说，还有人认为，夏季温度高，食物容易变质，冬天应该没啥问题。这也是不对的。虽然气温低食物暂时不会腐败变质，但亚硝酸盐含量仍会增加。一些高蛋白高脂肪的剩菜，更是吃不得。空气中的有害细菌会在两个小时附着在剩菜上开始繁殖，产生硫化氢、胺、酚等有害物质。他还提出，如今很多人的癌症都是“吃”出来的。除了霉变食物、隔夜饭菜容易诱发癌症外，很多年轻人喜欢吃煎炸、烧烤的食物，尤其是路边摊的煎炸、烧烤食物，认为“物美价廉”，其实经常吃的话，也有致癌的风险。

他认为，很多疾病都是可控的，良好的生活习惯可以将患癌的风险降到最低。

实验 24小时之后，冰箱里荤菜蔬菜亚硝酸盐都超标 荤菜超标比蔬菜更严重

为了检测隔夜菜亚硝酸盐的含量，浙江大学实验小组请杭州一家知名中高档连锁餐厅的厨师烧了4个菜：炒青菜、韭菜炒蛋、红烧肉和红烧鲫鱼。

4个菜烧好后，将样本都放进实验室冰箱，在4℃下冷藏，这个温度也是普通家用冰箱设置的温度。

放置6小时 红烧肉亚硝酸盐含量率先超标

出锅后半小时，炒青菜、韭菜炒蛋、红烧肉这3个菜的检测结果是，亚硝酸盐含量都没有超过我国《食品中污染物限量标准》的最高限值。但红烧肉中亚硝酸盐含量比韭菜炒蛋和炒青菜高。

对此实验人员说，肉类菜肴一般比蔬菜类加入更多的调味料，调味料中本身就含有硝酸盐，这些硝酸盐被微生物转化为亚硝酸盐，就导致了红烧肉中亚硝酸盐含量较高。

6小时后，实验人员对这些菜肴的亚硝酸盐含量进行了测定，结果发现，6小时后剩菜中亚硝酸盐含量都有所增加，炒青菜增加了16%，韭菜炒蛋增加了6%，红烧肉增加了70%，其中，红烧肉中亚硝酸盐含量已超过了国家《食品中污染物限量标

准》中“肉类3mg/kg”的限量标准。

放置18小时 炒青菜中亚硝酸盐含量增幅非常大

18小时后，实验人员又从冰箱中拿出贴有“18小时”标签的4个菜，用微波炉加热后作检测。检测结果发现，炒青菜中亚硝酸盐含量增幅非常大，比放置6小时增加了443%，红烧肉增加了54%，韭菜炒蛋增加了47%，红烧肉中亚硝酸盐含量变化不大。

从该实验看出，隔夜菜放到第二天中午，炒青菜、红烧肉、红烧鲫鱼的亚硝酸盐含量都超过了国家标准。

放置24小时 4个菜肴全部超标

距离4个菜烧好的时间差不多过去24小时后，实验人员从冰箱中拿出最后一批贴有“24小时”标签的4个菜肴，同样用微波炉加热后作检测。检测结果发现，跟放置18小时相比，4个菜肴亚硝酸盐含量继续大幅增加，且全超过了《食品中污染物限量标准》的限量标准。实验人员说，24小时后，微生物分解了大量蛋白质化合物，促使硝酸盐转化为亚硝酸盐。

焦点问题 食堂的剩菜安全吗？ 专家：“隔夜菜”一般没问题

潘潘告诉记者，绝大多数的单位食堂都有健全的安全卫生保护措施，菜品原料采购都会根据本单位员工的人数科学进行。做熟的菜隔夜供应的情况正常不会出现，一般会一顿卖完，即便中午吃不完，晚上继续供应，因为时间隔得不长，其亚硝酸盐含量对人体的影响也极小。

潘潘表示，其实除了常规的隔夜菜之外，腌制品、烟熏制品隔夜菜更不能吃。另外，以黄豆为原料的酱和酱油也要小心，因为黄豆容易霉变。一般单位食堂采购酱和酱油都会去大型超市等正规场所，一些不良饭店会去小市场和小作坊，单位食堂比一些饭店更让人放心。

记者请教专家了解到，没有变质的剩饭是可以加热后再吃的，但怎么吃，却大有讲究。

米饭中所含的主要成分是淀粉，淀粉在加热到60℃以上时会逐渐膨胀，最终变成糊状，这个过程称为“糊化”。糊化的淀粉冷却后，会产生“老化”现象。人体对这种老化淀粉的水解和消化能力都大大降低。所以，长期食用重新加热的剩饭，容易消化不良甚至导致胃病。凡消化功能减退的老人、婴幼儿或体弱多病者以及患有胃肠疾病的人，最好不要吃变冷后重新加热的米饭。

剩饭的保存时间以隔夜为宜，早剩午吃，午剩晚吃，尽量在5至6小时以内吃完。吃剩饭前，要彻底加热。（扬晚）



旅游快车 平顶山日报传媒集团广告中心主办 联系电话：7017922 17703750133

河南人民国旅

白云山 2日 398元

(10月1日-6日天天发)

北京 火车 双卧	880元	张家界、天门山玻璃栈道双卧五日	1480元
桂林 火车 双卧	1280元	天池山二日 298元卧龙谷两日	268元
九寨 直飞 四日	3680元	(10月1日-6日天天发)	
海南 双飞 五日	1980元	卧龙谷赏红叶一日	148元
黄山凤凰源西递木坑竹海双卧五日	1550元	(十一天天发)	
(9月30日-10月3日)		王莽岭两日游 368元	双龙湾两日 388元

电话：2557066 2557099 13603753689 18103759111
地址：平煤神马中心站天润大酒店一楼大厅 许可证号：L-HEN01194

协程旅行社

9月26日平遥古城,王家大院,大槐树二日特价380元

全年仅此一班,错过再等一年! (原价488元)

景区简介: 洪洞大槐树寻根祭祖园从1984年正式开放,目前为止接待了成千上万的大槐树后裔回乡祭祖。景区每年4月1日至10日都要举办大型的洪洞大槐树文化节,至今成功举办了24届。2008年该项目被列入国家第二批“国家级非物质文化遗产名录”,得到社会各界人士的广泛推崇和关注。

祭祖流程: 祭祖流程: 迎请神主、敬香通神、典帛安神、伟肴布供、奠酒献礼、敬致祝文、拜神祈愿、饮福受胙、鞠躬辞神等九项议程。

许可证号: L-HEN-04060
联系电话: 2189919 2189918 13781802323 地址: 平顶山市矿工路医药公司西侧福鑫源宾馆一楼