

肉毒杆菌 究竟有多毒?

一、毒在哪里

有关资料显示,肉毒梭状杆菌简称肉毒杆菌,它本身是无害的,但是它在厌氧环境中产生的肉毒素(又称肉毒毒素)是一种毒性非常强的物质,不到1微克就可以致人死亡。医学专家指出,其中毒症状主要是神经系统症状,表现为视力模糊、瞳孔散大、语言障碍、头晕、呼吸困难和肌肉乏力等,严重者会瘫痪。

对食物具有卫生学意义的检验在于是否检出肉毒素,若只检出肉毒杆菌但未检出肉毒素,不能证明此食物会引起肉毒中毒。对于成人而言,如果只摄入少量肉毒杆菌,身体可以将其自然代谢掉。

二、如何消毒

肉毒杆菌产生肉毒素需要一定条件,它生长繁殖及产毒的最适宜温度为18到30摄氏度;如果环境过于酸性或过于碱性,在PH值低于4.5或大于9.0时,它也不能繁殖和产生毒素。

肉毒素特别怕热,通常在75到85摄氏度之间加热30分钟,或是在100摄氏度时加热10分钟,就可以被破坏。

因此,如果相关乳清蛋白粉在进一步加工过程中经历了高温,可以起到一定的消毒作用。

三、隐患何在

但让人担心的是,相关产品中可能还含有肉毒杆菌芽孢。芽孢是有些细菌在一定条件下高度浓缩脱水形成的休眠体,它对于高温、低温、干燥等不良环境有很强

的抵抗力。有些细菌的营养细胞在70到80摄氏度时只需10分钟就死亡,但其芽孢在120到140摄氏度的高温下还能生存数小时。

科普人士方舟子在其微博上指出,一般家庭消毒设备可消灭肉毒杆菌和肉毒素,但杀不死肉毒杆菌芽孢。要杀死肉毒杆菌芽孢,需要在高压下120摄氏度煮半小时才行。

如果奶粉中还有肉毒杆菌芽孢,也可能导致肉毒素中毒。与成人相比,婴幼儿面临的威胁更大,一方面婴幼儿是奶粉的主要消费人群;另一方面他们的肠道环境还没有发育健全,很容易因摄入肉毒杆菌芽孢导致肉毒素中毒。

《新华每日电讯》2013.8.7文/黄莹

嘴对嘴喂狗 致狂犬病

用嘴给狗喂食

被狗咬后患狂犬病死亡

据京华时报报道,北京市疾控中心8月6日通报称,北京市上周再现一例狂犬病死亡病例。

北京市疾控中心是在7月30日接到这例狂犬病病例报告的。患者是一名北京户籍的53岁男士,家里养了一只宠物犬,最近两年没有给狗进行狂犬疫苗免疫。平时患者经常用嘴给狗喂食。患者就诊时表示有犬咬伤史,但没接种狂犬疫苗。患者随后陷入昏迷,咬伤时间、地点及犬只情况无从了解。上周五患者死亡。

目前,死者的宠物犬已被区动物疫病防控中心收容留观,暂未见明显异常。北京市疾控中心提醒市民,不要与猫、犬等宠物过分密切接触,尤其不要让宠物舔人的口腔、眼睛等黏膜。被犬咬伤后一定要及时接种疫苗。

爱狗人士常这样做

用嘴给狗喂食在爱狗人群中并不是特别少见。记者近日在乘坐公交车时就曾亲眼看见。当时是下午,车上人不少,



还是少些亲吻狗狗吧

一位50来岁的中年女性抱着一只小狗上了公交车,几站之后,中年女性面前的座位空了下来,她就抱着小狗坐下来了。

可能是由于天气太热,小狗伸出舌头不停地喘气。只见中年女子打开随身携带的矿泉水瓶,自己咕嘟咕嘟地喝起水来。不一会儿,她又低下了头,打开小狗的嘴巴,用自己的嘴对准狗嘴,将口中的矿泉水就这样嘴对嘴地喂进了狗的口中。当时在公交车上的市民都小声议论起来。也可能是她听到了议论,仅过

了一站,就匆忙下车,连那瓶只喝了一半的矿泉水也忘记拿了。

医学解读

嘴对嘴喂食会否患狂犬病?

7日,记者询问,如果狗没有咬人,只是与人口对口接触的话,会不会患上狂犬病?南京市第二医院急诊科主任张建肯定地说“是”。他表示,因为人的口腔黏膜与人完整的皮肤不同,完整的且没有破溃的皮肤,是可以抵御狂犬病毒的。

而如果人是用嘴与狗嘴亲密接触的话,人的口唇、口腔黏膜,以及眼角膜等屏障能力太差,不足以抵御狂犬病毒,该病毒很容易透过黏膜进入体内。尤其是头面部,很靠近中枢神经,因此如果狂犬病毒由此进入体内,那么患者的发病很快,而且风险很高。

另外,如果狗的唾液滴进人的嘴巴或眼睛中,如果狗唾液中含有狂犬病毒,那么也很有可能因此造成感染。因此不建议和狗太亲密。

《金陵晚报》2013.8.8

文/嵇旭东 苏丽萍

常躲空调房 易患“闭汗症”

一热就烦躁,赶紧躲入空调房,42岁的软件工程博士李先生常年如此,竟然流不出汗了。日前,武汉市中医院骨伤科主任董晓俊提起这个特殊病人时说,人体通过排汗保持恒定体温,不能太贪凉。

李博士是美籍华人,自己从小就怕热,做什么都爱呆在空调房里。可近几年无论多热,他都流不出汗。即使来到暴热的武

汉,走在大太阳底下,身边人大汗淋漓,他却滴汗不出,但心率加快,皮肤潮红,只好赶紧躲入空调房。

董晓俊说:“这是一种‘闭汗症’。”李博士在空调环境里呆的时间太长了,久而久之汗腺都萎缩了。闭汗症属于一种功能性失调疾病,在夏天症状表现最突出,但夏天治疗的效果也最好。

目前,李博士正在接受熏蒸治疗,配合

服用麻黄、桂枝等中药发汗,饮食上多吃麻辣食品。董晓俊说,李先生的病例很特殊,也很难治,需要长期调理。

他提醒,夏季出点汗才能保证人体体温调节机制常用常新,常待空调房会导致不知冷热、免疫力下降。因此,大家不要贪图一时爽快,对着空调猛吹,用凉水冲身,都有伤身体。

《武汉晚报》2013.7.20文/肖娟 王镜

晒伤后切勿再碰热水

正值酷暑,皮肤面对着似火骄阳的考验。那么,皮肤如果被晒伤后应该怎么办?北京中医药大学东方医院皮肤科主治医师孔宇虹表示,日晒伤一般出现在日晒数小时至十余小时后,在暴露部位出现边界清楚的红斑,颜色鲜红,严重的可以出现水泡、破裂、糜烂,随后红斑颜色逐渐变暗、脱屑,遗留色素沉着或减退。局部烧灼感或刺痛感,症状轻者2-3天内痊愈,

严重者需一周左右才能恢复。

孔宇虹指出,对于已经晒伤的皮肤,应以消炎、安抚、止痛为紧急处理原则。即刻在红斑部位局部用冰水或硼酸溶液冷湿敷,能起到明显的缓解作用。说到湿敷,也是有讲究的,要用4-6层纱布,浸透液体,轻轻拧至不滴水为止,敷于晒伤部位,待纱布偏干,再次洒上液体,每天湿敷2-3次,每次湿敷20分钟,直到急性症状消

退,也可外用炉甘石洗剂,此外,冰牛奶也是冷湿敷的佳品,除了安抚、消炎的作用,还有美白、嫩肤的功效。

在湿敷的同时,可以选择搭配药物进行治疗。孔宇虹提醒,晒伤后千万不能再碰热水,不能用肥皂、香皂、沐浴露等去刺激皮肤,暂时不要使用护肤品,不要吃海鲜、辣椒、羊肉等发物,也不要饮酒。

《京华时报》2013.8.8文/叶洲

透过车窗也会被晒伤?

人们通常会在去沙滩时使用防晒霜,却很少有人会在驾驶之前使用。那么,有了车窗的保护,就可以高枕无忧了吗?美国圣路易斯大学的研究人员表明:开车时曝光在日光下的左侧更易患皮肤癌。近期的《纽约时报》对此进行了报道。

大多数汽车制造商安装夹层挡风玻璃从而过滤紫外线,但后方和侧面窗户却通常安装非夹层玻璃。非夹层玻璃可以过滤掉晒红和晒伤皮肤的主要元凶——中波紫外线(UVB),却无法滤除长波紫外线(UVA)。

去年美国圣路易斯大学医学院的研究人员在《美国皮肤病学杂志》上发表了一项研究。研究人员检查了超过1000名患者的病历和病史。结果发现,每周开车时间越长的人,在身体左侧出现皮肤癌的情况越多。而左边正好是驾驶时更多暴露在日光下的一侧。另外研究结果还表明,对于恶性黑色素瘤这种最致命的皮肤癌种类,74%发生在左侧,而仅有26%发生在右侧。

1月份,另外一组研究人员在同一杂志上,发表了一个相似但范围更大的研

究。该研究使用了美国国家癌症研究所收集的数千名皮肤癌患者的资料。这组研究者也发现了同样的“左侧皮肤癌倾向”。研究者还指出,该倾向在男人身上表现得更为明显。推测是因为女人采取了更多的防护措施,比如涂抹防晒霜,以及由于可能更多的坐在乘客位置上,使得“更加平均地暴露在阳光中”。

在一个封闭的汽车中,晒伤基本不可能,但是能深层穿透的UVA射线则可能引起更大的皮肤伤害。

《新京报》2013.8.8译/苑菀

“妻管严”男人更健康

近日,国务院副总理汪洋在华盛顿主持第五轮中美战略与经济对话,出席晚宴时风趣地说:“我回家以后和你们一样,都要听老婆的话,按老婆的指示办事。”

一谈起“妻管严”之类的称谓,人们总是带着贬损、不屑的口气。其实惧内的男人,实际上是敬妻之贤、服妻之才、量妻之苦。惧妻的男人相对都比较温和细腻,也更容易获得健康。

怕老婆饮食作息更规律 “吃个水果吧,多吃点蔬菜”,怕老婆的男人更乐于接受老婆的健康饮食建议,不挑三拣四。怕老婆的男人更易于在老婆的管教下戒除烟酒,并建立早睡早起的健康作息时间。

怕老婆的男人运动更多 怕老婆的男人会接受老婆的逛街邀约和分担家务的请求,他们不觉得有损男人气概。这样其实也就抓住了交流感情和做运动的机会。

怕老婆的男人心理更健康 有的男人觉得要担起家庭所有的重担才叫男人。但事实上,男性不要总是默默地承受压力。事事跟老婆沟通,会妥协,会避让,常常能够营造出良好的家庭氛围。

卫生部中日友好医院心理咨询科副主任心理师王彦玲说,有的男性担心自己一旦在家庭里退让,就是示弱的表现,担心老婆会越来越凌驾于自己之上。其实,综合我这几十年的临床经验,在婚姻里男女双方的付出和回报都是双向的、相互的。家庭里,有的时候老公出头,有的时候老婆上前,也利于维系良好的家庭关系,进一步维护男性健康。

《快乐老人报》2013.8.8

皮肤泡水 更易晒伤

夏天,人们喜欢以游泳来消暑度夏,却忽略了白天在江河或游泳池泡上几个小时,皮肤更容易晒伤。因为紫外线映照在水中,可穿越一米以上的水深。而由于水会反射阳光,其照射的强度会增强,人在水中会受到双倍的紫外线辐射。

专家提醒,玩之前要细心在裸露部位的皮肤上涂抹防水型防晒霜,儿童要选择儿童专用型防晒霜。中午12点到下午2点阳光中的紫外线最为强烈,应当避免在这个时段在室外游泳。戏水半小时或一个多小时后,最好重新涂抹一遍防晒霜。与成年人相比,儿童皮肤比较薄,身体抵抗力差,更容易被晒伤,因此戏水前的准备工作更应注意。

当轻度晒伤时,当时皮肤就会发红,严重时皮肤会有灼烧感、疼痛感,好像烫伤一样,这是皮肤遭受损伤刺激的急性反应。此时,最好使用冰敷,可消除疼痛。

对于游泳时预防日光晒伤,专家建议以下预防办法:

(1)去水边游泳时,暴露部位全部都要用防水的防晒霜,在一定时间和一定程度上可以保护皮肤免受紫外线伤害。

(2)在潜水、冲浪、游泳之后,上岸可按需要再次涂抹防晒霜。

(3)紫外线有利有弊,适当晒晒太阳不仅能促进身体内钙的吸收,增强骨密度,还能让皮肤生成一定数量的黑色素,增强皮肤对紫外线的防御能力,因此专家说,那种完全要隔离紫外线的想法比较荒谬,适当晒太阳接受紫外线,对身体健康是有好处的。

(4)晒太阳时,避开日光强烈的中午,可选择上午10点之前和下午4点之后,早晚晒30分钟。

环球网 2013.8.8