品生腌海鲜 引发急性肠胃炎

专家提醒：谨防微生物感染

中心城区一餐饮店制作的生腌海鲜

□记者 郑伟元 实习生 梁梦瑶 文/图

本报讯 生腌海鲜是将新鲜的海鲜搭配调料后倒入白酒腌制而成，近两年在网络上十分火爆。2月23日，市民小孙（化名）告诉记者，在我市一些餐厅里也能吃到生腌食品了。日前，她去中心城区一家泰式餐饮店吃了生腌海鲜，吃后没多久就开始上吐下泻。这究竟是怎么回事呢？记者随即进行了走访。

享用生腌大虾 却得急性胃肠炎

小孙介绍，2月19日中午，自己与朋友去中心城区一家泰式餐饮店体验异域美食，翻看菜单的时候，两人看到一道名为“泰式生腌酸辣虾”的菜品，想到网络上不少吃播吃生腌海鲜的场景，两人迫不及待地点了一份。“味道其实还是不错的，的确很新鲜，但没想到后面就不对劲了。”小孙苦笑着说。

饭后，两人回家休息。睡梦中，小孙觉得腹痛难忍，醒来头上直冒冷汗。“我当时想着赶紧去卫生间，但刚坐起来就反胃呕吐了。”小孙说，去了洗手间后腹痛感并未消失，就赶紧到小区门口的诊所治疗。接诊医生听了小孙的病情描述，初步诊断她得了急性肠胃炎，让她留下输液。“之后我吃了两天的药，症状才完全消失。虽然我朋友只是拉肚子，但她说以后再也不敢吃生腌海鲜了。”小孙心有余悸。

生腌海鲜制作卫生 但灭菌消毒困难

两人吃虾后都出现不适，是否说明这道菜品有问题？2月24日，记者联系到这家店铺的负责人。一听说是要问生腌海鲜制作是否卫生，他十分肯定地回答：“我保证虾的来源和制作过程都是没有问题的。”

该负责人表示，生腌虾的原料是每天现买的活虾，而且限量供应。即使当天没有卖完，店里也会将其处理掉，绝不留到第二天。“我们拥有凉菜经营许可，菜品质量都是有保证的，这也是我们的职业道德。”他说，制作生腌虾时，店员会戴好手套，认真给虾清洗、去头、去虾线，再用凉菜专用调料腌制，保证食品卫生。

提到有人吃生腌虾后出现身体不适，该负责人表示确有这种情况：“我们的调料中有白酒、醋、辣椒，虽然可以为虾增香提鲜，但并不能有效杀灭虾本身可能带有的细菌等微生物。而且酸辣口味比较刺激，不是每个人的肠胃都能适应。”问及为何不给虾进行额外的消毒处理，他表示，如果加热消毒会使肉质变熟，不能再生腌，用大量白酒消毒也会使水产品失去原有的风味。“为了大家的身体健康，不建议肠胃比较娇弱的人群吃生腌海鲜。”该负责人说。

谨防微生物感染 建议做熟食用

生腌海鲜真的携带细菌吗？2月27日，记者咨询了市中心医院消化内科主任刘学进，得到了肯定的答复，“海鲜会携带不少致病菌，如创伤弧菌、霍乱弧菌、副溶血性弧菌、李斯特菌、沙门氏菌等，这些都可能造成食用后出现上吐下泻、肠胃不适的症状。”

刘主任表示，海鲜不仅携带细菌，还可能有病毒以及异尖线虫、肝吸虫等寄生虫，一旦被感染，轻则产生腹痛、恶心、呕吐，重则诱发胃肠道病变。

对于腌料无法杀灭这些微生物的说法，刘主任也予以认可。据介绍，葱姜蒜、酱油、鱼露等配料对于杀菌消毒均无显著帮助。而白酒、黄酒度数太低，也达不到杀菌效果。

那么，究竟怎样吃海鲜才安全呢？刘主任表示，最重要的还是将海鲜做熟食用，生食不是健康的食用方式。如果非要品尝生腌海鲜，尽量去证件齐全、环境整洁卫生的餐饮店，不要吃野生、来路不明的海鲜。另外，有些人本身的肠胃功能就弱，不宜食用生冷的食物，因此即使吃也要适量。对海鲜过敏、正值服药期间或带有基础性疾病等人群，以及儿童、孕妇、中老年人等免疫力低下人群，也要慎重食用生腌海鲜。刘主任提醒，牢记健康第一，若食用海鲜后出现身体不适，应及时就医治疗，避免延误病情造成症状恶化。②16

走近罕见病

他们被称作“月亮的孩子”“瓷娃娃”“蝴蝶宝贝”……这些美丽名字相对应的，却是残酷的罕见病：全身毛发和皮肤发白的白化病、即使轻微碰撞也会严重骨折的成骨不全症、皮肤像蝴蝶翅膀一样脆弱的大疱性表皮松解症……

今年2月28日是第十六个国际罕见病日。罕见病患者在生活、医疗和心理等多方面长期遭受困境，亟需社会关注。

罕见病指患病率特别低的病。世界卫生组织曾经定义罕见病是患病人数占总人口数0.65‰至1‰之间的疾病，不过各地根据具体情况制定的标准较之略有浮动，目前全球尚未有一个被广泛接受的罕见病统一标准。

罕见病通常为慢性、进行性，病情严重且很可能伴随终生。例如卟啉病，皮肤晒太阳会发痒、水肿甚至糜烂；亨廷顿舞蹈病，手臂、躯体不自觉任意扭动，伴随步态不稳、言语和吞咽障碍；肌萎缩侧索硬化症，俗称渐冻症，全身肌肉逐渐萎缩直到完全丧失活动能力……而这些只是罕见病的冰山一角。

目前全球共确定罕见病大约7000种。研究显示，80%以上的罕见病由遗传因素导致，50%在出生或儿童期发病。

罕见病治疗一直面临困难。罕见病病因繁多、症状复杂，就算是同一种罕见病，不同患者的症状也存在差异，导致在发病初期漏诊、误诊，不少患者错过最佳治疗期，病情难以逆转；即便诊断准确，全球已知的罕见病中至少90%尚无有效治疗药物，药品研发难度大、投入高、周期长，大部分已有的罕见病药品极其昂贵。

近年来，越来越多的国际机构和民间组织关注罕见病群体，组织互动活动、加强科研力量，缓解他们因病痛脱离社会带来的孤独，为他们获取更多医疗资源，帮助他们重获生活热情。

国际罕见病日设立于2008年，定在每年2月最后一天，目的是为罕见病患者群体在当地、本国乃至在国际层面争取更多机会。联合国可持续发展目标呼吁实现全民健康覆盖，提倡国际社会向罕见病人群提供平等的医疗条件，希望研究人员和临床医生携手促进罕见病研究发展。

（新华社北京2月27日电）

全面解读多囊卵巢综合征

在妇产科门诊，经常遇到月经不调和不孕的女性，并伴有多毛、肥胖等症状。这类患者很有可能患有多囊卵巢综合征，那么什么是多囊卵巢综合征呢？今天我们就一起来了解一下。

● 什么是多囊卵巢综合征

多囊卵巢综合征是育龄期妇女最常见的内分泌代谢性疾病，多在青春期发病，以雄激素过多的临床或生化表现，持续无排卵，卵巢多囊改变为特征。另外，还表现有月经紊乱、痤疮、多毛、不孕、肥胖、月经淋漓不尽、崩漏、宫寒、脱发，B超提示“卵巢多囊样改变”等。

● 多囊卵巢综合征的病因是什么

目前，认为多囊卵巢综合征的发病可能是源于一种复杂的多基因功能障碍，主要与遗传和环境因素有关，其中遗传因素被认为是多囊卵巢综合征发病的重要原因。

● 多囊卵巢综合征的危害是什么，会影响生育吗

多囊卵巢综合征病人多以月经不调和不孕就诊，因稀发排卵或无排卵和患者受孕率下降，流产率、子宫内膜增殖症、子宫内膜癌的发病率有所升高。怀孕几率看病情轻重，一般经过治疗后怀孕几率有80%。多囊卵巢综合征可以使患者胰岛素和血脂血糖升高，若不加以干预易患糖尿病、高血脂、高血压、冠心病、心肌梗死等，亦可增加阻塞性睡眠呼吸暂停和精神疾病的风险。如果母亲有高胰岛素血症，子代在儿童及成年期发生糖尿病的风险明显增加。多囊卵巢综合征对妇女的危害贯穿终身，可引发多种疾病，不容忽视，必须积极治疗和长期管理。

● 如何治疗多囊卵巢综合征

多囊卵巢综合征病因不明确，临床表现多样化，目前没有有效的治愈方案，以对症治疗为主。根据患者的年龄、治疗需求、临床表现等采取不同的治疗措施，以缓解症状、解决生育问题，维持健康和提高生命质量。多囊卵巢综合征是需要终身管理的疾病，需要饮食控制体重、运动，必要时进行药物干预。如口服避孕药来调整月经周期，降低雄激素水平，服用二甲双胍片纠正胰岛素抵抗和高血糖，促排卵促生育治疗。对于近期代谢紊乱及远期代谢并发症即高血压、高血脂、糖尿病、粥样动脉硬化、子宫内膜癌、乳腺癌等要早期预防。经过积极干预，如果管理得当，多囊卵巢综合征患者仍然会保持健康的体魄。

（商水县人民医院妇产科医生 杨英）