

堪比砒霜的幾種食物..... 千萬不能吃！ 以下這十四種常見食物，大家一定不會陌生，但是他們在某些時候卻堪比砒霜，是千萬不能食用的。



一、 青番茄

青番茄含有毒性物質、叫龍葵素，食用這種還未成熟的青色番茄，口腔有苦澀感，

吃後可出現噁心、嘔吐等中毒症狀，生吃危險性更大。



二、 爛白菜

食用腐爛的大白菜後，會使人缺氧而引起頭痛、頭暈、噁心、腹脹等，

嚴重時會抽筋、昏迷，甚至有生命危險。



三、 無根豆芽

在生產過程中，多施用除草劑使生長出來的豆芽沒有根。

而除草劑中含有使人致癌、致畸和致突變的有害物質。



四、鮮黃花菜

鮮黃花極有毒，幹品無毒。

因為鮮黃花菜中含有秋水仙堿，這種毒素可引起嗓子發幹、胃部燒灼感、血尿等中毒症狀。

若先將黃花菜在開水中沖燙一下，然後用涼水浸泡2小時以上，中間換一次水，鮮黃花菜就無毒了。



五、發芽的土豆

發芽土豆(馬鈴薯)的嫩芽和變成綠色的皮中龍葵堿含量很高，食用易中毒。

因此，發芽和表皮發綠的馬鈴薯不宜食用。



六、腐爛的生薑

腐爛後的生薑產生一種毒性很強的黃樟素。

人吃了這種毒素，即使量很少，也能引起肝細胞中毒和變性。



七、棕色心的甘蔗

變質的甘蔗裡面呈黑、棕褐色，吃起來有酒精味。

這是甘蔗受了串珠镰刀菌感染並產生了毒素所致。



八、 長黴的茶葉

茶葉發黴是受了青黴、麴黴污染的結果，倘若喝了發黴的茶葉水，輕則引起頭暈、腹瀉、重則可以引起重要器官壞死。



九、 長斑的紅薯

紅薯上長黑斑，是由於感染黑斑菌所致，吃後易中毒。



十、發黃的銀耳

變質發黃的銀耳是受黃桿菌污染所造成，吃了可引起頭暈、肚痛和腹瀉等中毒現象。



十一、未醃透的鹹菜

醃菜時如果放鹽量不足，醃制時間不滿 8 天，可能造成亞硝酸鹽中毒。



十二、變色的紫菜

若涼水浸泡後的紫菜呈藍紫色，說明紫菜在乾燥、包裝前已被有毒物所污染，

這種紫菜對人體有害，不能食用。



十三、新鮮的蠶豆

有的食後會引起過敏性溶血綜合病症，出現全身乏力、貧血等症狀。



十四、胖大的豆芽

用化肥發的豆芽都是又白又胖,其中殘留大量的氨,在細菌的作用下,會產生亞硝酸,大量食用會引起頭昏、噁心、嘔吐。