

“针眼螃蟹”再现美食“江湖” 海鲜老板给螃蟹打了什么针？

本报记者实验告诉你真相

文、图：今日女报/凤网记者 李诗韵

如果说湖南的夏天有小龙虾，那肥硕的螃蟹一定能代表秋天占据吃货们的心。11月初，全国各地都拉响了“螃蟹战”——清蒸、香辣甚至是生吃，螃蟹都是餐桌上必不可少的一道美味。

然而，近日一则配图“针眼螃蟹”的传闻在朋友圈出现：“注意了！拿起沉甸甸的螃蟹煮熟后却变得很轻，肚子处、蟹腿上分布着一个个小洞，像是被针扎过似的，黑心商家到底注射了什么！”是兴奋剂还是自来水？于是，今日女报/凤网记者用一个小实验帮大家解开疑惑……



■实验 注水10分钟，两只大闸蟹全死了

实验材料：
2只菜市场买回的鲜活大闸蟹、一杯自来水

实验器材：
针管、电子秤

实验步骤：
2只大闸蟹，很有活力。重量分别为117克、158克。

第一步，注水。记者用容量为20毫升的针管，灌满自来水，从大闸蟹腹部插入，水没能完全注入，溢出三分之一。2只大闸蟹都不停挣扎，并伴有口吐白沫状。1分钟左右，螃蟹停止挣扎。

第二步，称重。2分钟后，记者再次给大闸蟹称重，重量分别为126克、164克。

第三步，观察。其中一只大闸蟹在挣扎期间，不到3分钟时间，停止了求生，很快死亡；另一只大闸蟹在坚持8分钟左右后，慢慢不动了。最终在10分钟时间，两只大闸蟹都失去生命体征。

实验结论：
原本充满活力的大闸蟹并不能用注水增重太多，每只大闸蟹增重不超过10克，并不明显。且会在注水后，螃蟹立即死去。



■调查 螃蟹打针了吗

10月30日，记者走访了长沙市马王堆海鲜市场，大多数店家在听到“注水螃蟹”的说法时，都表示“这不可能！死螃蟹吃了是会出事的！”

“做生鲜生意，都不敢乱来，尤其是海鲜这类食材，即便是为了增重注射自来水卖出去螃蟹，别人吃了拉肚子影响健康，是会来找麻烦的。”从事螃蟹生意10多年的老板陈先生告诉

记者，给螃蟹注水往往得不偿失，因为活螃蟹体内注水会导致其脏器所处环境发生剧变，各脏器会失水萎缩或吸水膨胀而致死，这个过程相当迅速。

另一家生鲜超市的店员透露，“螃蟹肚子上如果真的有出现针孔，不一定是注了水，可能是注射了生理盐水。”原来，为了让螃蟹活得更久且卖个好价钱，有

些商家会选择给大量螃蟹注射与螃蟹体液环境相同的生理盐水，“这种盐水不会影响人体健康，但注射的量很难把控，一旦注射多了，螃蟹也会马上死掉。”

至于注射兴奋剂的传言，明辉生鲜超市的老板直言：“兴奋剂是处方药，要买到很难，真要给螃蟹注射，说不准死得更快！谁会为了小利益去冒险呢？”

螃蟹身上的“针眼”哪里来的

记者采访中发现，即便生鲜市场的卖家都不承认有“注水螃蟹”，但店内正在销售的螃蟹中，却确实有肚子上或者腿上有洞的螃蟹存在。那螃蟹身上的“针眼”哪来的？一名做生鲜生意多年的老板告诉记者，

蟹壳比较脆，扎针后很可能破损，影响品相，不容易出售。传言中的“针孔”，更可能是因为螃蟹身上有很多硬而长的尖刺，它们互相碰撞、挤压，就在同伴身上刺出一些小洞。

此外，曾经也有人看到

大排档用注射器往螃蟹口中注射棕黄色的液体。其实，这是一种烹饪手法，是将料酒和调料放在注射器内注入螃蟹口中，然后马上上锅蒸，味道非常好。这个行为并不是为了增重，更不是注射假蟹黄。

■支招 如何买到最新鲜的螃蟹

尽管目前菊香蟹肥，正是吃蟹的最好季节。但记者从湖南省人民医院了解到，近日，由于吃不到新鲜的死蟹导致肠胃疾病的患者也不少。另外，医院每年都能收治一些因吃螃蟹导致胰腺炎的患者。这是由于螃蟹富含丰富的胆固醇及高蛋白，吃多了会导致腹泻、胃痛，一些有代谢性疾病的人能诱发胰腺炎等疾病。

“不新鲜的死螃蟹肯定不能吃。”国家二级营养师夏群英介绍，螃蟹垂死或已死时，其体内的组氨酸会分解产生组胺。而组胺是一种有毒的物质，即便煮熟了的死螃蟹，这种毒素也不易被破坏。

那么，在挑选螃蟹时，我们怎么判断是否新鲜呢？记者从马王堆生鲜市场销售人员处得到经验——首先，可用手指轻轻按下螃蟹眼边的壳面，看螃蟹眼睛是否会动；再观察一下，螃蟹是否会吐出泡沫，离开水的螃蟹都会吐出泡沫，这些可以表明其是活蟹。

值得提醒的是，螃蟹生长在江河湖泊里，又喜食小生物、水草及腐烂动物，蟹的体表、鳃部和胃肠道均沾满了细菌、病毒等致病微生物。所以，大家最好不要生吃螃蟹，有可能会被感染一种名为肺吸虫病的慢性寄生虫病，吃蒸煮的螃蟹最安全。

■链接 靠“掂分量”判断螃蟹肥瘦不科学

买螃蟹的时候，我们总喜欢掂量一下，来判断螃蟹的大小。可回家一蒸却发现流了一堆汤，蟹壳里比较空，这又是怎么回事？

买螃蟹靠“掂量”来判断肥不肥是不科学的。原来，农贸市场的螃蟹在批发回来之后如果没有马上卖出去，是养在水箱里的，那么3天过后螃蟹就“瘦身”了。所以，一般来说，挑选螃蟹时应该用手去按螃蟹的脐部，如果按起来手感发硬，就说明是肥而新鲜的好螃蟹。同时，脐的颜色暗红甚至红得发黑说明螃蟹比较肥。螃蟹嘴和脐之间的那个部位如果发黑了，则说明这只螃蟹不新鲜。

■小科普

空腹晨练会诱发心律失常

文/肖娅(湖南省儿童医院心胸外科)
晨练是一个维持健康的好方法，但用错方式则会适得其反。尤其是不吃早餐就运动，不仅不利于身体健康，甚至存在一定心血管风险。即便身体十分健康的人，空腹运动也会出现很多问题，因为空腹运动时，脂肪将分解出能量，导致血液中有利的脂肪酸浓度升高，从而对心肌造成不良影响，诱发心律失常，严重时还将导致猝死。

清晨运动前最好先给身体加餐，喝杯牛奶、豆浆，吃些易消化的面包、糕点，这样有利于减少低血糖症的风险。但不能进食过饱，否则会在运动时诱发脑缺血。运动前的进食量通常以不感觉饥饿为宜。运动方式不宜太剧烈，可以根据自身的情况制定合适的运动量，一般以运动完感觉舒适，没有头晕、胸闷、气短等症状为宜。

此外，不要选择跑步等剧烈的运动方式，一些舒缓的运动同样可以达到强身健体的目的，如散步、打太极拳、骑自行车等。

天气冷了，小心婴儿便秘

文/莫宜(湖南省儿童医院检验科)
秋冬季节，孩子拉肚子总让家长担心不已。然而，与之相反的问题却也让家长烦心——宝宝便秘了！婴幼儿便秘是常见的症状，一般分两类，一类属功能性便秘，这类经过调理可以痊愈；另一类为先天性肠道畸形导致的便秘，这类便秘须外科手术矫治。绝大多数婴儿便秘是功能性的。

母乳喂养的婴儿发生便秘较人工喂乳少。可孩子一旦出现便秘，家长可在人乳喂养同时加橘子汁，糖或蜂蜜。奶粉喂养的婴儿发生便秘，可酌减奶量，在奶粉内增加糖量，还可加橘子汁，枣汁，白菜水，以刺激肠蠕动。对婴幼儿来说，合理的食物搭配不仅可以预防便秘，而且对便秘有良好的治疗作用。食物中的鱼、肉、蛋与谷类物质比例要适当，多吃蔬菜和水果，可以让孩子吃一些玉米面和米粉做成的食物。

秋天也需预防呼吸道传染病

文/曹荣(湖南省儿童医院护士)
大家经常认为春天是传染病的高发季节，其实秋天由于天气干燥的缘故，呼吸道疾病发病率占传染病之首位。

秋天常见呼吸道传染病有：流行性感冒、麻疹、水痘、风疹和肺结核等。表现的共性分别为发热、乏力、头痛、咳嗽、流涕等上呼吸道卡他症状。要预防这类疾病，可以从以下方面注意：

首先，科学穿衣，根据天气变化和体质情况，注意适时增减衣服。勤洗手，避免细菌传染。其次，要多喝水，让鼻黏膜保持湿润，这样能有效抵御病毒的入侵，还有利于体内毒素排泄。另外，要加强营养，多吃富含维生素C的蔬菜水果，保证足够的营养，以增强自身免疫力。同时还要加强锻炼，注意日常体质锻炼，提高身体的免疫力和抵抗力，增强对外界环境的适应能力。

最后，要保证充足睡眠，防止过度的紧张和疲劳使身体抵抗力下降，尽可能不去人群集中的公共场所。如有需要，还可进行免疫预防，如接种流感、肺炎、麻疹等疫苗。