

# 我市开展职业病防治法宣传周活动

本报讯(记者 熊勇力)4月25日至5月1日是第22个全国职业病防治法宣传周。今年宣传周活动的主题是“坚持预防为主,守护职业健康”。4月28日,市卫生健康委员会主办,市疾病预防控制中心、市卫生健康综合执法支队承办的职业病防治法集中宣传活动在际华3515皮革皮鞋有限公司举行。

活动现场,参与单位通过发放宣传资料、摆放宣传展板、专家义诊等方式,让群众了解职业病对健康的危害,帮助群众树立健康保护意识和维权意识。现场还开展了职业病防治法和职业卫生知识有奖竞答活动。

接下来,市疾控中心将组织专业人员走进企业,为企业和劳动者提供职业病防治知识及法律方面的咨询。各县(区)疾控中心将同步举办形式多样的宣传活动,倡导和动员全社会共同关注劳动者职业健康。

人员走进企业,为企业和劳动者提供职业病防治知识及法律方面的咨询。各县(区)疾控中心将同步举办形式多样的宣传活动,倡导和动员全社会共同关注劳动者职业健康。

## 相关链接

## 关于职业病 这些常识要掌握

2024年4月25日至5月1日是我国第22个职业病防治法宣传周,主题是“坚持预防为主,守护职业健康”。职业病如何定义?当劳动者怀疑自己得了职业病,应该如何诊断与鉴定?如何预防规避新职业带来的新风险?记者采访了相关专家。

《职业病分类和目录》中所规定的职业病包括哪些条件?沈阳市疾控中心职业健康所所长刘勇说,第一,患病主体是企业、事业单位或个体经济组织的劳动者。第二,必须是在从事职业活动的过程中产生的。第三,必须是因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害物质等职业病危害因素引起的。第四,必须是国家公布的《职业病分类和目录》所列的职业病。

刘勇认为,职业病预防要从校园开始。“应向步入工作岗位后可能接触粉尘、噪声等职业病危害因素的学生普及职业病防治法律法规、职业病危害预防等相关知识,切实提高他们对职业病防治工作的认识。”刘勇说。

当劳动者怀疑自己患有职业病时,可以在用人单位所在地、本人户籍所在地或者经常居住地依法承担职业病诊断的医疗卫生机构进行职业病诊断。刘勇提醒,如果当事人对职业病诊断有异议的,在接到职业病诊断证明书之日起30日内,可以向作出诊断的医疗卫生机构所在地设区的市级卫生行政部门申请鉴定。

“除了粉尘、放射性物质可能造成的传统法定职业病之外,颈椎病、‘鼠标手’等与工作密切相关的疾病也越来越受到大家的关注。”刘勇指出,随着新职业、新业态不断涌现,职业病危害因素也更为复杂和多样,但病因确定难、鉴定难,还未被列入《职业病分类和目录》。

沈阳市卫生健康委职业健康处处长侯庆建议,长期伏案低头作业、固定体位作业或前倾坐姿工作者,应通过伸展活动、间歇性休息等方式,预防颈椎病、肩周炎和腰背疼痛。长期站立作业的工作者应适当走动,保持腰部、膝盖放松,防治静脉曲张,同时做好定期体检。

侯庆建议,长期伏案低头作业、固定体位作业或前倾坐姿工作者,应通过伸展活动、间歇性休息等方式,预防颈椎病、肩周炎和腰背疼痛。长期站立作业的工作者应适当走动,保持腰部、膝盖放松,防治静脉曲张,同时做好定期体检。

## 流感怎样防护

流行性感冒简称流感,是由甲、乙、丙三型流感病毒引起的一种急性呼吸道疾病,属于丙类传染病。流感在中国以冬春季多见,临床表现为高热、乏力、头痛、咳嗽、全身肌肉酸痛等全身中毒症状为主,呼吸道症状较轻。流感病毒容易发生变异,传染性强,人群普遍易感,发病率高,是全球关注的重要公共卫生问题。

1.打流感疫苗是预防流行性感冒的最好措施。没有接种禁忌证且年龄符合的人群都应积极地打流感疫苗。

## 什么是慢性心律失常

慢性心律失常是临床常见的症状之一。由于轻微时症状不明显,因此相比于恶性心律失常,常常容易被我们忽视。而当我们自己能明显感受到异常不适症状时,往往说明已经很严重了。如果没能及时发现、及时治疗,最终可能引起晕厥甚至猝死。

慢性心律失常是很常见的临床情况,主要由窦房结、房室结的冲动形成和传导障碍导致。它的基础病因包括神经介导、电解质异常、感染、中毒以及心肌缺血等,临床可无任何症状,也可直接表现为血流动力学不稳定。缓慢心律失常也可以理解为心动过缓,指心率低于60bpm。严重的心动过缓一般是指心率低于45bpm,需要危急报警的界值是心率低至35bpm及以下。

流感主要以打喷嚏和咳嗽等飞沫传播为主。流感病毒在空气中大约存活半小时,经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触可感染,接触被病毒污染的物品等途径也可感染。在人群密集且封闭、通风不良的场所,流感也可能以气溶胶形式传播。

2.流感流行期间,特别是儿童、老年人和妊娠人群,尽量少去人群密集的公共场所,特别是室内密闭类的环境,比如超市、商场、菜市场等。乘坐公共交通工具时最好戴口罩,降低传染风险。

慢性心律失常在某种程度上比恶性心律失常更危险。因此,我们更应该做好日常防护。

3.合理饮食。选择高蛋白、易消化的食物,如鱼肉、鸡肉、牛奶、大豆等。宜吃植物油,如花生油、菜籽油、玉米油等。多食富含膳食纤维的粗粮、蔬菜,增加维生素的摄入。巩芸

流感如何预防?

3.养成良好的卫生习惯,比如去卫生间后、玩过公共场所的游乐设施或大小便后要及用洗手液或肥皂洗手。打喷嚏时要用纸巾或胳膊肘遮挡住。

4.抵抗力较差者如果确定与流感患者有过密切接触,且未接种流感疫苗,可以在医生指导下服用抗流感病毒的药物进行预防。 临颍县人民医院 高丽

4.合理饮食。选择高蛋白、易消化的食物,如鱼肉、鸡肉、牛奶、大豆等。宜吃植物油,如花生油、菜籽油、玉米油等。多食富含膳食纤维的粗粮、蔬菜,增加维生素的摄入。巩芸

## 高龄孕妇如何做唐氏筛查

随着我国2016年放开二胎和2021年放开三胎政策以来,高龄孕妇不断增加。预产年龄超过35周岁的孕妇均被定义为高龄孕妇。随着孕妇年龄的增加,卵子老化,在进行减数分裂时容易发生染色体不分离或其他畸变,从而使染色体异常概率增加。有研究显示,高龄孕妇中孕育胎儿染色体异常率高达17.9%。

存在。我们可以通过对胎儿游离DNA的检测,达到无创检测胎儿染色体是否存在异常的目的。适用孕周为12周到22+6周。高龄孕妇属于无创的慎用人群,所以选择无创要在临床医生充分告知下进行。产前诊断又称宫内诊断或出生前诊断,是指在出生前用各种方法诊断胎儿是否患有某种遗传病或先天性疾病的一种手段。适用孕周为18周到24+6周。而高龄孕妇属于产前诊断适用人群,所以在有其他特殊情况应优先选择羊水穿刺,慎重考虑无创DNA筛查。

慢性心律失常在某种程度上比恶性心律失常更危险。因此,我们更应该做好日常防护。

1.定期复查。有慢性心律失常的患者需要定期复查心电图、电解质、肝功、甲功等。因为抗心律失常药可影响电解质及脏器功能,用药后应定期复诊,观察用药效果和调整剂量。

慢性心律失常在某种程度上比恶性心律失常更危险。因此,我们更应该做好日常防护。

2.找出病因。引起心动过缓的主要原因有三类:夜间睡眠不足,长期坚持运动和强体的体力劳动者,毒品、β受体阻滞剂、洋地黄类药物、麻醉药等。病人可结合以往发病的实际情况,总结经验,避免可能的诱因,比单纯用药更简便、安全、有效。

根据相关政策要求,高龄孕妇已经不适合做血清学筛查。这类孕妇会被临床医生建议做无创(孕妇外周血胎儿游离DNA筛查)和羊穿(羊水穿刺)。无创就是在母体外周血浆中检测胎儿游离DNA,这种随孕周增加稳定

存在。我们可以通过对胎儿游离DNA的检测,达到无创检测胎儿染色体是否存在异常的目的。适用孕周为12周到22+6周。高龄孕妇属于无创的慎用人群,所以选择无创要在临床医生充分告知下进行。产前诊断又称宫内诊断或出生前诊断,是指在出生前用各种方法诊断胎儿是否患有某种遗传病或先天性疾病的一种手段。适用孕周为18周到24+6周。而高龄孕妇属于产前诊断适用人群,所以在有其他特殊情况应优先选择羊水穿刺,慎重考虑无创DNA筛查。

3.生活规律。按时起床、按时睡

3.生活规律。按时起床、按时睡

## 干眼症如何用药

干眼症是目前临床上最为常见的眼表疾病,是指各种原因造成泪液减少,从而导致泪膜稳定性下降,引起眼部不适的疾病。其常见的原因有泪液分泌不足、泪液蒸发过多、泪液成分异常。日常应通过合理用眼、使用针对性滴眼液等方式共同干预才能达到最佳的治疗效果。那么,针对干眼症该如何用药?

合抗炎药物治疗。

## 五招赶走“春困”

1.提高睡眠质量,减少或停用有不良反应的全身或局部药物。

1.提高睡眠质量,减少或停用有不良反应的全身或局部药物。

轻度干眼症患者

1.在中度干眼症治疗的基础上增加全身抗炎药物治疗、自体血清点眼。

春天,不少人就算晚上睡得足,第二天仍然感觉困倦。中医把人在春天会产生困倦的现象称为“春困”。这主要是季节变化导致大脑缺血、缺氧的结果。此外,春季逐渐日夜长短,如果人睡觉时间没有提前,睡觉的总时长变短,人也容易感到困倦。

春天,不少人就算晚上睡得足,第二天仍然感觉困倦。中医把人在春天会产生困倦的现象称为“春困”。这主要是季节变化导致大脑缺血、缺氧的结果。此外,春季逐渐日夜长短,如果人睡觉时间没有提前,睡觉的总时长变短,人也容易感到困倦。

中度干眼症患者

1.对合并眼表炎症反应者应局部联合抗炎药物治疗。

“春困”虽不是疾病,但会影响到学习和工作效率。要想赶走“春困”,可以尝试五个小妙招。

“春困”虽不是疾病,但会影响到学习和工作效率。要想赶走“春困”,可以尝试五个小妙招。

重度干眼症患者

1.在重度干眼症治疗的基础上增加全身抗炎药物治疗、自体血清点眼。

1.多伸懒腰。伸懒腰这个动作能对人的心、肺造成挤压,类似于气球被抓紧再放松的过程。这样可以促进血液回到心脏再循环到全身,将更多氧气供给各个器官。

1.多伸懒腰。伸懒腰这个动作能对人的心、肺造成挤压,类似于气球被抓紧再放松的过程。这样可以促进血液回到心脏再循环到全身,将更多氧气供给各个器官。

2.人工泪液按需使用。宜选择黏稠度较低的人工泪液,如0.1%玻璃酸钠、聚乙二醇、0.5%羧甲基纤维素等,使用频率为每天4次。

2.人工泪液按需使用。宜选择黏稠度较高的人工泪液,如0.3%玻璃酸钠、1%羧甲基纤维素、聚丙烯酸等。

2.利用嗅觉刺激。一些气味可以刺激嗅觉,促使神经减轻一时的“困”感。所以人感到困倦时可以使用花露水、清凉油或风油精等帮助清醒。

2.利用嗅觉刺激。一些气味可以刺激嗅觉,促使神经减轻一时的“困”感。所以人感到困倦时可以使用花露水、清凉油或风油精等帮助清醒。

3.局部使用促进泪液分泌剂。

3.同时可选择不同种类人工泪液组合使用,如高黏稠度和低黏稠度人工泪液混用。

3.冷水洗脸。利用水的低温可以增强神经系统的兴奋性,同时刺激皮肤血管的急剧收缩,加快血液循环。

3.冷水洗脸。利用水的低温可以增强神经系统的兴奋性,同时刺激皮肤血管的急剧收缩,加快血液循环。

4.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》

4.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》

4.听音乐。感到疲劳时听悦耳的音乐也有不错的解困效果。

4.听音乐。感到疲劳时听悦耳的音乐也有不错的解困效果。

5.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》

5.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》

5.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》

5.按摩。推荐“干洗脸”,即闭上双眼,用双手从嘴角、鼻翼向上按摩,然后由额头向下,到达下巴,再由嘴角向上按摩,如此反复10次至20次。或者用梳头的方式,即双手十指分开,由前额向后脑勺梳头,最后揉按脖子,达到提神醒脑的效果。 据《北京日报》



每年的4月26日是全国疟疾日。当前全球疟疾疫情形势依然严峻。国家疾控局确定今年的宣传主题为“防止疟疾再传播,持续巩固消除成果”。新华社发



春暖花开,正是外出运动的好时节。专家提示,外出运动者,尤其是老年人,如果发现走路变吃力,走不远、走不久,要预防骨质疏松等疾病风险。新华社发

## 2024—2026年度绿色低碳公共机构名单发布 市中医院上榜

近期,国家机关事务管理局与国家发展和改革委员会联合发布《2024—2026年度绿色低碳公共机构名单》,市中医院被评为绿色低碳公共机构,成为我市唯一成功创建单位。

水龙头,卫生间全部采用脚踏式冲水设施,各类照明灯具均为符合国家标准的节能产品,楼梯、地下室等处全部采用声光控自动控制开关,康复院区加装39.77千瓦光伏发电。后勤管理部门对医院的供水供电及电梯、空调等设备设施制订了合理的节水、节电措施,分管领导每周带队加强巡查,发现问题立即整改。近三年来,该院单位面积综合能耗和人均综合能耗均小于河南省引导值,高效机房年度累计节省电量6.5万千瓦时,节省天然气1.2万立方米,节约费用10万余元,减少能耗约60吨标煤,减少二氧化碳排放约180吨。同时,该院积极参加各类节能创建活动,获得国家级、省级、市级“节约型公共机构示范单位”“公共机构能效领跑者”等荣誉称号,成为体制机制系统完备、低碳运行效果显著的绿色低碳公共机构。 理想

近年来,市中医院在市机关事务管理局指导下,紧密结合自身实际情况,以创建绿色低碳公共机构为契机,以精细化管理为抓手,不断完善节能管理体系,积极倡导节能环保理念,持续改进和优化节能降耗措施,确保节能减排工作贯穿各项工作始终,实施了一系列具有针对性的节能措施,在节能减排方面取得了显著成效。

聚焦绿色低碳技术推广应用,加大资金投入力度,加快运用新设备、新工艺、新技术进行改造,逐步淘汰高能耗、高物耗、高污染的落后设施,最大限度地减少污染物排放。该院内部全部采用自动感应

加大资金投入力度,加快运用新设备、新工艺、新技术进行改造,逐步淘汰高能耗、高物耗、高污染的落后设施,最大限度地减少污染物排放。该院内部全部采用自动感应

加大资金投入力度,加快运用新设备、新工艺、新技术进行改造,逐步淘汰高能耗、高物耗、高污染的落后设施,最大限度地减少污染物排放。该院内部全部采用自动感应

## 市中医药学会中西医结合眩晕病委员会学术年会召开

4月27日,市中医药学会中西医结合眩晕病委员会2024年学术年会在市中医院召开。河南省眩晕病诊疗中心张怀亮教授授课,张道培教授、漯河市中医学会中西医结合眩晕病委员会主任委员宋颖民分别发言。张怀亮教授、张道培教授分别向河南省眩晕病诊疗中心张怀亮教授授课工作站和河南省眩晕病诊疗中心漯河分中心授牌。

立性头晕为切入点,向大家讲解了不典型眩晕如何鉴别;河南中医药大学第一附属医院主治医师任飞、段云飞及宋颖民分别以《非典型耳石症诊疗策略》《眼动功能质控与临床应用》《眩晕八法》为题,向与会者讲解了眩晕病诊疗的多样性。本次学术会议上中西医结合、贴近临床,与会者表示收获满满。

漯河市卫生健康委员会四级调研员黄红亮、河南中医药大学第一附属医院张怀亮教授和张道培教授、漯河市中医学会中西医结合眩晕病委员会主任委员宋颖民分别发言。张怀亮教授、张道培教授分别向河南省眩晕病诊疗中心张怀亮教授授课工作站和河南省眩晕病诊疗中心漯河分中心授牌。

漯河市卫生健康委员会四级调研员黄红亮、河南中医药大学第一附属医院张怀亮教授和张道培教授、漯河市中医学会中西医结合眩晕病委员会主任委员宋颖民分别发言。张怀亮教授、张道培教授分别向河南省眩晕病诊疗中心张怀亮教授授课工作站和河南省眩晕病诊疗中心漯河分中心授牌。

随后,张怀亮以《眩晕问诊思路与技巧》为题向与会同仁讲解眩晕病的正确诊断思路;张道培以直

随后,张怀亮以《眩晕问诊思路与技巧》为题向与会同仁讲解眩晕病的正确诊断思路;张道培以直

随后,张怀亮以《眩晕问诊思路与技巧》为题向与会同仁讲解眩晕病的正确诊断思路;张道培以直

随后,张怀亮以《眩晕问诊思路与技巧》为题向与会同仁讲解眩晕病的正确诊断思路;张道培以直

## 河南省人口学会漯河办事处 落户漯河万安医院

本报讯(记者 刘彩霞)4月28日上午,河南省人口学会漯河办事处揭牌仪式在漯河万安医院举行。河南省人口学会会长、河南卫生健康干部学院副院长张原震,河南省人口学会副会长、河南中医药大学康养产业研究院院长魏联杰,河南省人口学会办公室主任钱杰峰及漯河市卫健委三级调研员王新慧等出席揭牌仪式。

防及药膳调理”为主题对参会人员培训。

仪式开始前,万安医院负责人带领参会人员参观了医院内部环境。仪式现场宣读了《关于成立河南省人口学会漯河办事处的通知》。张原震、王新慧共同为河南省人口学会漯河办事处揭牌。随后,魏联杰以“老年废用综合征预

据悉,为积极应对人口老龄化、完善生育支持政策体系、促进区域人口长期均衡发展,河南省人口学会特在漯河万安医院设立河南省人口学会漯河办事处,构架省、市、县三级垂直工作机构,凝聚全社会力量,推动“一老一小”政策落地,为河南省经济社会高质量发展作出贡献。漯河市卫健委将依托办事处的成立,在省卫健委和省人口学会的领导下,坚持以基层建设和“一老一小”为重点,以改革创新为动力,把健康理念和家庭教育理念送到千家万户。

仪式开始前,万安医院负责人带领参会人员参观了医院内部环境。仪式现场宣读了《关于成立河南省人口学会漯河办事处的通知》。张原震、王新慧共同为河南省人口学会漯河办事处揭牌。随后,魏联杰以“老年废用综合征预

据悉,为积极应对人口老龄化、完善生育支持政策体系、促进区域人口长期均衡发展,河南省人口学会特在漯河万安医院设立河南省人口学会漯河办事处,构架省、市、县三级垂直工作机构,凝聚全社会力量,推动“一老一小”政策落地,为河南省经济社会高质量发展作出贡献。漯河市卫健委将依托办事处的成立,在省卫健委和省人口学会的领导下,坚持以基层建设和“一老一小”为重点,以改革创新为动力,把健康理念和家庭教育理念送到千家万户。

## 眼科健康科普系列之四

## 这些蔬菜致癌吗

蕨菜、折耳根、木耳等蔬菜致癌的言论在网上广为流传。这些言论都是真的吗?

接诱因为皮肤中卟啉过多,遗传因素导致患者体内卟啉不能正常代谢,与食物并无直接联系,大家可以放心食用。

1.蕨菜。蕨菜致癌的说法主要来源于世界卫生组织国际癌症研究机构将蕨菜列为2B类致癌物,将蕨菜中的原蕨苷列为3类致癌物。事实上,2B类致癌物是没有足够的证据表明该物质对人类有致癌性,但有充分的证据表明该物质对动物有致癌性。3类致癌物是没有足够证据表明该物质对人类和动物有致癌性。

在我们的餐桌上还隐藏着致癌食物。

2.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

3.木耳。新鲜木耳中含有一种感光物质卟啉,人体摄入之后经太阳照射可引起皮肤瘙痒、发炎、水肿,严重的可致皮肤坏死,甚至诱发皮肤癌。鲜木耳经暴晒处理变成干木耳后,大部分的卟啉会被分解掉。以目前的依据看,卟啉病的直

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

4.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

5.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

6.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

7.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

8.折耳根。鱼腥草又称折耳根。马兜铃酸被国际癌症研究机构列为1类致癌物,对肾脏确实有损害。鱼腥草含有的物质是马兜铃内酰胺,是马兜铃酸在肝中的代谢产物以及在自然界广泛独立存在的一种成分,与马兜铃酸不同。而且,鱼腥草不属于马兜铃属植物。

隔夜剩菜。长期食用隔夜菜、霉变的食物容易摄入过多的亚硝酸盐,诱发消化道癌症。

