



嘉新心泉

113 年

4 月

發行人：張家銘 編輯：潘慧綺

毒素「米酵菌酸」超猛爆！醫籲勿吃「重複加熱」2 食物：短時間恐致命

CTWANT 更新於 03 月 29 日 09:24 • 發布於 03 月 28 日 14:49 • 謝佳娟

台北市遠百信義素食餐廳「寶林茶室」爆發食物中毒案釀 2 死，引起外界高度關注，衛福部召開專家會議，初步推斷為「米酵菌酸」釀禍，且該毒素只要攝入約 1.5 毫克就能致命，毒性相當猛烈。對此，衛福部資訊處處長、前台大醫院急診醫學部主治醫師李建璋示警，小心避免食用「重複加熱」的飯、麵。

醫師李建璋在臉書發文表示，米酵菌酸（Bongkrekic Acid）所造成的中毒症狀，與仙人掌細菌的腸毒素（cereulide）十分相似，兩種毒素均會出現昏迷、肝、腎衰竭、休克、無發燒等現象，但相較之下米酵菌酸毒性更猛爆，「所以當傳出死亡、重症的愈來愈多，米酵菌酸的機會就更大。」

李建璋透露，米酵菌酸只需 1.5 毫克的劑量就能奪命，潛伏期約為 0.3 至 16 小時，高達 30%至 100%的機率會導致患者在短時間內喪命，且目前仍無有效治療方法，只能仰賴身體器官自我修復。

李建璋提醒，民眾應盡量避免食用重複加熱的米、麵等主食，由於受到米酵菌酸污染的食材，不論從外觀、味道及口感上均無異狀，很難像一般腐壞食物容易被察覺，因此最重要的是如何預防。

對此，醫師林哲民在臉書粉專發文指出，食材經過加熱雖然可以殺死細菌，但細菌產生的「毒素」卻相當耐熱，以金黃葡萄球菌的腸毒素為例，至少需要 100℃ 高溫持續加熱 2 小時才能消滅毒素，因此這次的素食餐廳中毒案，才會被專家推測是毒素所引起。

另外，林哲民也糾正「1 食物保存迷思」，不少人認為食物要放到常溫才能放進冰箱，否則食物與冰箱均容易損壞，但如今這是個「過時觀念」，食物最好在 50℃ 至 60℃ 左右立即放進冰箱冷藏，以避免增生細菌及產生更多的毒素。

食物中毒成因多，吃下問題食物多久會有反應？出現「這些症狀」警覺速就醫！

聯合報記者廖靜清（2024-3-28）

寶林茶室出現疑似食物中毒，多少病菌是「病從口入」，食物加熱處理不足、未妥善保存都可能危及全家安全，如何避免中毒？如何發現家人吃到有問題的食物必須送醫？知名素食餐廳寶林茶室出現疑似食物中毒事件，多人就醫且造成死亡、器官衰竭重症，民眾擔憂該如何預防這類事件。林口長庚醫院營養師陳姿吟表示，「病從口入」，食物中毒原因常見細菌、病毒感染，食材被化學物質汙染，以及吃到植物性天然毒、動物性天然毒等。

食物中毒原因多 最快 1 小時出現症狀

另外，食物加熱處理不足、未妥善保存、在室溫放置過久變質腐敗、生食與熟食交叉汙染、烹調人員衛生習慣不佳、器具或設備不潔未清潔乾淨、用餐環境髒亂等，上述任何一個原因都可能導致出現中毒症狀，若再加上本身慢性病、抵抗力弱，則會加劇器官損傷。

陳姿吟提醒，有問題的食物吃下肚後，最快 1 個小時就會出現噁心、腹痛、上吐下瀉等腸胃道不適。而侵犯到神經系統，則會有心悸、胸悶、呼吸急促、視力模糊、肌肉無力等。只要發現在吃了食物後突然腹瀉、腹部絞痛、嘔吐，就要提高警覺快送醫。

根據衛福部「111 年食品中毒發生與防治年報」，台灣總共發生 499 案食品中毒案件，人數最多為諾羅病毒，其次分別是沙門氏桿菌、仙人掌桿菌、金黃色葡萄球菌、腸炎弧菌。陳姿吟呼籲，做菜前、吃飯前都要徹底洗淨雙手，盡量不要生食，謹慎選擇衛生優良餐廳。

「5 要 2 不」避免食物中毒

要避免食物中毒，陳姿吟分享衛福部的「5 要 2 不」原則，可記住洗、鮮、生、熱、存口訣。

1. **要洗手**：飯前、如廁後即處理食品前後應徹底洗淨雙手，手部有傷口要包紮。
2. **要新鮮**：食材要新鮮、用水要衛生。
3. **要生熟食分開**：處理及盛裝生熟食需使用不同器具，避免交叉汙染。
4. **要徹底加熱**：食物中心溫度要超過 70℃，細菌才容易被消滅。
5. **要注意保存溫度**：食物冷藏溫度需低於 7℃，拿出冰箱要 1 個小時內吃完。
6. **不飲用山泉水**：飲水先煮沸，避免直接生飲山泉水。
7. **不食用不名的動植物**：不知名的動植物，遵守「不採不食原則」。

米酵菌酸是什麼？

米酵菌酸（Bongkrek acid）是一種強烈的**呼吸毒素**，由發酵的穀物、椰子等受**唐菖蒲伯克氏菌**污染後產生。
▲一種常見的細菌，廣泛分佈

「寶林茶室」案件
最可能是米酵菌酸奪命
奇美醫院醫師陳志金分析，目前看來米酵菌酸是最有可能，而人為下毒雖然無法排除，但順序會排比較後面。

▲寶林茶室 素炒腰條

今日新聞
NEWS

哪些食品變質後會產生？

這4類食品保存不當一旦變質就可能含有米酵菌酸
且毒素耐高溫，即使煮熟也可能中毒

發酵穀物製品 河粉、腸粉	玉米製品 玉米粉
久泡的木耳	糯米製品 湯圓、年糕

今日新聞
NEWS

米酵菌酸中毒症狀

進食後30分鐘到12小時會出現症狀
少數長達1至2天才會發作
毒素可能會**嚴重損害重要器官**

中毒症狀包括
急性腸胃炎、噁心、嘔吐、肚痛、腹瀉、發燒、休克、多重器官衰竭
病程進展相當快速

今日新聞
NEWS

無解毒劑！死亡率高達4成

不慎吃入遭米酵菌酸污染的食物，1天內就有可能多重器官衰竭，**死亡率高達4成以上**。

米酵菌酸**沒有解毒劑**，僅能用**支持性療法**。
例如：呼吸衰竭就插管
休克就打強心劑

今日新聞
NEWS

引自：https://today.line.me/tw/v2/article/YaP5ggM?utm_source=lineshare
<https://www.parenting.com.tw/article/5097224>