

隔夜西瓜成“细菌炸弹” 9岁女童吃后上吐下泻

医生：冰箱绝不是“保险箱”

炎炎夏日，冰镇西瓜成了解暑“神器”。西瓜的储存方式和存放时间很有讲究，日前，象山一名9岁女童就因吃了冰箱里的隔夜西瓜，上吐下泻，被紧急送医，诊断为急性肠胃炎。



陈医生门诊检查患儿病情。

隔夜西瓜放倒女童

“孩子昨天吃了冰箱里的隔夜西瓜，半夜就开始拉肚子，一晚上跑了三四次，到现在已经跑了五六趟厕所了。”在象山县中医医院医疗健康集团爵溪分院的中医儿科诊室，焦急的鲍女士带着9岁的女儿向医生求助。接诊的陈医生检查后发现，孩子的血常规异常，结合病史，确诊为急性肠胃炎。

经过口服补液盐、清淡饮食（如米粥、素面条，忌食鸡蛋牛奶肉类）等对症治疗3天后，孩子症状才逐渐缓解，胃口慢慢恢复。问诊发现，让孩子中招的，正是那块存放在冰箱里的隔夜西瓜。

陈医生解释，隔夜西瓜的风险，主要在于细菌污染和繁殖。切西瓜时，如果刀具、案板不够洁净，上面可能存在的大肠杆菌等细菌，就会随着切口侵入到瓜瓤内部。更关键的是，

安全吃瓜有讲究

如何既能享受西瓜的清凉，又避免病从口入？陈医生给出了实用的安全吃瓜建议。

在购买和储存环节，要挑选新鲜完整的西瓜。切开后如果一时吃不完，放在室温下要格外小心，尽量别超过4小时，如果是高温天气，最好在2小时内解决。超过6小时，细菌滋生的速度就会大大加快。放进冰箱冷藏是更好的选择，如果冰箱里有专门的空间存放西瓜，不容易串味或者让西瓜变干，可以不用保鲜膜。否则，一定要用干净保鲜膜把西瓜紧密包裹好，防止被冰箱里其他东西污染，也避免西瓜吸收异味。

陈医生特别强调，冷藏保存的西瓜也有保鲜期，最好在半天内吃完，最长也不要超过一天。夏天温度高，细菌繁殖快，食物变质的速度远超想象。一旦闻到瓜有酸味，坚决不能再吃，应立刻丢弃。抵抗力相对较弱的老年人、儿童和孕妇，最好现切现吃，

很多人以为冰箱就是安全的“保险箱”，其实不然。家用冰箱冷藏室里常见的李斯特菌、沙门氏菌等，在4℃的低温环境下依然可以存活甚至繁殖。有研究显示，家用冰箱隔层的菌落超标率甚至高达四成以上。西瓜本身糖分高、水分足，一旦被这些细菌污染，就成了它们疯狂繁殖的绝佳“培养基”，食用后极易引发感染性腹泻，导致急性肠胃炎。

陈医生特别提醒，隔夜并非单指放过夜的食物。只要放置时间超过8到10小时，即可视为高风险。比如上午10点切开的西瓜，放到晚上8点吃，即使没过夜，也属于这个范畴。一块隔夜西瓜能不能安全入口，关键要看切瓜的刀具案板是否干净、切开后是否及时放进冰箱、冰箱里有没有其他东西污染，以及存放的时间长短。

尽量别碰隔夜西瓜。

此外，切瓜之前，别忘了用流动水把瓜皮好好清洗一遍，减少表面细菌在切开时被带进去的风险；切瓜时，要使用专门切水果、干净且干燥的刀和案板，避免和处理生肉、生菜的厨具混用。

陈医生强调，如果吃了西瓜后出现轻度腹泻，可以先在家观察。此时最重要的是及时补充水分和电解质，可以口服补液盐溶液，适当忌口，让肠胃休息一下，之后可以尝试喝点米汤、藕粉等清淡流质食物。但是，如果出现频繁的腹泻呕吐、小量明显减少、高烧不退或者精神萎靡不振等情况，就必须立即就医。

陈医生提醒，家用冰箱需要定期清洁消毒。建议至少每个月用浓度为75%的酒精彻底擦拭消毒冰箱内壁和隔层一次，杀灭可能潜藏的致病菌，为家人的饮食安全把好这道关。

记者 程鑫 通讯员 李莉

子宫像被吹胀的气球 背后“真凶”是这种癌

近日，70岁的赵阿姨（化姓）因不明原因的下腹痛并伴有出血到医院就诊，发现宫腔有大量积液，医生根据病症抽丝剥茧，终于发现藏在疾病背后的“真凶”——宫颈癌。医生提醒，女性朋友绝经后更要关注身体情况，尤其出现腹痛、出血等症状要及时就医，及早处理。

宫腔引流出1000毫升脓液

赵阿姨从一个月前开始莫名下腹痛，持续半个月吃药无好转，最近不仅出现点滴下身出血，还伴有脓性的分泌物。更让她不安的是，短短半个月，她的体重竟然掉了整整3公斤。家人随即带赵阿姨来到余姚市妇幼保健院妇科就诊。血液检查证实了情况的复杂性：不仅有严重的贫血，白细胞和血小板也异常升高，C反应蛋白（CRP）飙升。这一切都指向她体内存在着一个严重的炎症

或感染源。

为了找到原因，医生安排了妇科B超检查，结果显示赵阿姨的子宫像一个被吹胀的气球，有个巨大的液性暗区。医生初步诊断为异常子宫出血，宫腔积液。在住院完善相关检查后，妇科主任陈芸主任医师为赵阿姨进行了宫腔引流手术，安置了宫腔引流管，同时辅助抗感染治疗，没想到宫腔引流出脓性液体竟然有近1000毫升。赵阿姨的腹痛感顿时好转。

积液往往不是“因”，而是“果”

但是，这不是故事的结局，子宫积液往往不是“因”，而是“果”。是什么堵住了她的宫颈口，制造了这个致命的“密室”？根据赵阿姨的HPV（人乳头瘤病毒）16、33阳性结果，最终宫颈的病理活检给出了答案：鳞状细胞癌。正是这个恶性肿瘤，堵塞了正常的引流通道，并为细菌的疯狂繁殖创造了温床。

在接受了抗生素疗程治疗后，陈芸主任妇科团队尽快给她进行了根治性手术——广泛全子宫切除、双侧输卵管卵巢切除及盆腔淋巴结清扫术。根据术后病理报告，患者还将继续接受放疗。

陈芸解释，子宫积液是一种少见的妇科疾病，在普通妇科人群中的发病率低于1%。它主要发生于绝经后的老年女性。“赵阿姨是因为子宫颈口的引流不畅或堵塞，这就像一个房子的下水道堵了，屋里的脏水自然就排不出去，越积越多，最终发臭、滋生细菌。”导致堵塞最常见的原因，就是恶性肿瘤（如宫颈癌、子宫内膜癌），或是良性狭窄、黏连、放疗后纤维化等。

子宫积液的临床表现非常多样，超过一半的患者是无症状的，而有的症状可能表现

为腹痛、发烧或阴道排液。如果不及治疗，子宫可能穿孔，导致脓液流入腹腔，引发致命的腹膜炎和败血症，甚至危及生命。

陈芸提醒，女性绝经后，出现任何形式的出血或异常分泌物，都是危险信号。即便没有这些典型的妇科症状，诸如不明原因的体重下降、贫血等全身性问题，也可能是妇科恶性肿瘤的“伪装”；其次，不要认为自己“年纪大了”就忽视妇科体检，每年至少一次定期的妇科常规检查和盆腔超声，而65岁以上女性仍需要重视宫颈癌筛查，对于及早发现子宫、卵巢的病变至关重要。

记者 陆麒雯
通讯员 曹丽娟 文/摄



陈芸主任团队正在实施手术。