

## مرگ حتمی انسان با خوردن هسته زردآلو!

اگر شما هم از آن دسته افراد هستید که زردآلو را با هسته آن مصرف می کنید باید به شما بگوییم حواستان باشد زیرا خوردن هسته زردآلو باعث مرگ انسان می شود.



اگر شما هم از آن دسته افراد هستید که زردآلو را با هسته آن مصرف می کنید باید به شما بگوییم حواستان باشد زیرا خوردن هسته زردآلو باعث مرگ انسان می شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، زردآلو میوه ی دلچسب تابستانی است که طرفداران زیادی دارد و اغلب زردآلو را به همراه هسته آن مصرف می کنند که این میوه را دوست داشتنی تر می کند ولی به شما می گوییم حواستان باشد و هسته زردآلو را مصرف نکنید زیرا مرگ حتمی انسان با خوردن هسته زردآلو اتفاق می افتد.

هسته زردآلو حاوی مقدار کمی سیانور به شکل سیانید هیدروژن است اما مصرف آن در مقادیر معمول خطری ندارد. اما در اروپا آژانس استانداردهای غذایی (FSA) هشدار رسمی مبنی بر اینکه مردم باید از خوردن این هسته ها خودداری وجود دارد، دلیل این است که هسته های زردآلو که حاوی سطح بالایی از سیانید هستند می توانند کشنده باشند.

در این بین خوردن هسته زرد آلو تلخ بیشتر از هسته ی شیرین منع شده است چرا که میزان سیانید در این هسته ها بیشتر است و حتی ویتامین B17 موجود در آنها نیز پس از خوردن تبدیل به سیانور شده و بسیار خطرناک است. شاید باید بدانید که هسته ی ۳۰ عدد زرد آلو در یک روز برای کشتن یک انسان سالم کافی است! حتی کسانی که در یک وعده بین ۱۰ تا ۱۵ عدد هسته زرد آلو نیز بخورند نیز با عوارض جانبی نگران کننده مواجه می شوند. علائم مسمومیت ناشی از سیانید، شامل این موارد می شود: تهوع، سردرد، تب، تشنگی، بی خوابی، افت فشار خون و حتی مرگ در موارد شدید. هسته این میوه حاوی آمیگدالین است که در بدن به تولید ماده ای تحت عنوان سیانید می انجامد که مانند سیانور عمل کرده و ممکن است در افراد اختلال تنفسی، فلج و حتی مرگ را منجر شود. در نتیجه خوردن هسته بیشتر از ۲ زردآلو در روز کار درستی نیست. جالب نیست؟ شاید باورنکردنی باشد ولی دیگر هسته زردآلو ها را نگهداری نکنید!