



خطرناک‌ترین خوردنی‌ها +عکس

برخی از خوردنی‌ها که در وعده‌های غذایی روزانه گنجانده می‌شوند و به نظر برای سلامتی مفید هستند می‌توانند بیماری‌زا و حتی مرگ‌آور باشند.

برخی از خوردنی‌ها که در وعده‌های غذایی روزانه گنجانده می‌شوند و به نظر برای سلامتی مفید هستند می‌توانند بیماری‌زا و حتی مرگ‌آور باشند. این نوع از مواد خوراکی زمانی که به میزان زیاد مصرف شوند به دلیل سمومی که وارد بدن می‌کنند به شدت برای سلامتی مضر هستند که برخی از آنها شامل موارد زیر می‌شود:

لوبیا

لوبیا جزو غذاهای سالم به حساب می‌آید و در تهیه خوراک‌ها و غذاهای مختلف استفاده می‌شود. این ماده خوراکی اگرچه سرشار از مواد مغذی همچون فیبر، پروتئین، کربوهیدرات و آهن است اما در عین حال به عنوان بخشی از مکانیزم طبیعی دفاعی اش حاوی مقدار زیادی «لکترین» هم هست.

پروتئین لکترین به طور بالقوه مانند حشره کش عمل می‌کند و به طبع وجود آن برای انسان‌ها عامل بیماری‌زا به حساب می‌آید.

به طورمثال لوبیا قرمز حاوی ماده سمی «فیتوگلوکوتنین» است که به ویژه مصرف زیاد آن موجب حالت تهوع، استفراغ، دردشکمی و اسهال می‌شود.

بادام تلخ

بادام که معمولا در دسته خشکبار قرار می‌گیرد در حقیقت جزو دانه‌ها به حساب می‌آید. تعجب نکنید اگر بگوییم که بسیاری از بادام‌های خام در واقع خیلی هم خام نیستند زیرا بادام‌های خام تلخ به طور طبیعی حاوی ماده سمی سیانور هستند که این ماده در تولید قرص‌های سمی حشره کش‌ها هم کاربرد دارد.

خرد کردن، گاز زدن و جویدن بادام تلخ می‌تواند سیانور موجود در آن را فعال کند. خوردن چهار تا پنج دانه بادام تلخ موجب سردرد خفیف، حالت تهوع و گرفتگی عضلات شکمی می‌شود.

سیب، گیلان، هلو و آلو

هسته‌ها یا همان دانه‌های موجود در این میوه‌ها نیز همچون مغز بادام تلخ حاوی سیانور هستند که هنگام جویده شدن یا آسیب دیدن دانه، ترکیب سیانور موجود در آن فعال می‌شود.

در حالی که مصرف یک دانه ممکن است هیچ واکنشی به همراه نداشته باشد اما خوردن بیش از یک دانه می‌تواند عواقب خطرناکی داشته باشد.

ریواس

در قسمت انتهایی برگ‌های پهن و سبز ریواس ترکیبی موسوم به اسید «اکسالیک» وجود دارد. اگرچه مصرف این اسید مرگ‌آور نیست اما می‌تواند به گیجی، سوزش دهان، دردشکم و در بدترین حالت سنگ کلیه، تشنج و رفتن به کما منجر شود.

سیب زمینی

اگرچه طعم سیب زمینی هنگامی که پخته یا سرخ می‌شود لذت بخش است اما برگ‌های سبز و ساقه آن حاوی سولاتین است که در دوز پایین هم بسیار سمی است.

به گفته کارشناسان، سیب زمینی‌هایی که در قسمت زیر پوستشان لکه‌های سبزرنگی وجود دارند و یا فاسد شده‌اند نباید مورد استفاده قرار گیرند.

وارد شدن ماده سمی سولاتین به بدن موجب هذیان، اسهال، تب، توهّم و فلج شدن می‌شود. (ایسنا)