

食银鳕鱼致汞超标？海鱼还能不能吃

秋冬季食源性疾病高发，专家提醒警惕“舌尖上”的风险，谨防“病从口入”

一场婚宴因诺如病毒导致上百人上吐下泻；食用野生淡水鱼患上特发性横纹肌溶解综合征……近来多起公共卫生事件引发公众关注。专家提示，公众一定要警惕“舌尖上”的风险，谨防“病从口入”。

“诺如”进入活跃期，聚餐更要讲卫生

秋冬季正是食源性疾病高发季，诺如病毒在此时异常活跃。一旦食品供应、卫生习惯、就餐方式出现漏洞，病毒便会趁虚而入。

以近期广东某地发生的婚宴导致大面积食源性疾病的的事件为例，宴席菜品量大，厨房超负荷运转，食材中心温度难以保证；冷拼、海鲜集中上桌，菜品从出锅到入口常隔数十分钟，10至60℃的“危险温度区”正是多数病原微生物繁殖的窗口。

中国疾控中心学校卫生中心主任医师郭欣指出，诺如病毒传染性强，全人群普遍易感。感染后恶心、呕吐、腹痛、腹泻轮番上阵，通常持续2至3天，幼儿、老人和有基础疾病者可能出现严重脱水。病患的呕吐物会形成气溶胶，如处置不当，容易引发疫情传播。

专家建议，集中赴宴时，老人、孩子、孕妇应避免开凉拌菜、生食海产品等；出现症状后要及时就医，不要自行服用抗生素。对于学生聚集用餐的学校，应严格落实晨午检制度。一旦出现呕吐物，严格按照“散、盖、消”流程处置，即疏散人员、覆盖消毒、彻底清洁，并用肥皂水或洗手液洗手。患者需隔离至症状消失后72小时方可返校。

淡水鱼虾藏隐患，尝鲜千万别莽撞

在我国部分地区，居民喜爱食用味道鲜美的生腌与鱼生。但是，未煮熟的淡水鱼虾，可能带来健康风险。

“寄生虫感染最常见，主要是肝吸虫（华支睾吸虫）。”广州医科大学附属市八医院感染病中心主任李凌华介绍，肝吸虫囊蚴进入人体后在十二指肠变成童虫钻入肝脏，成虫定居在胆管可存活20至30年，持续破坏胆管壁，慢性感染可引发胆管炎、肝硬化甚至胆管癌。

除了寄生虫，生腌海鲜还暗藏副溶血性弧菌，生腌贝类可能携带诺如病毒、甲肝病毒。南方医科大学公共卫生学院教授赵卫表示，近期某地一起聚集性疫情中，患者食用彻底煮熟的野生鲤鱼后患哈夫病，即特发性横纹肌溶解综合征。

此外，中山大学附属第三医院感染性疾病科副主任医师陈淑如指出，醉蟹、腌蟹等生食吃法也风险极高，容易感染各种细菌和寄生虫。河蟹死亡后细菌大量繁殖。因此，须选活蟹，彻底刷洗、去除蟹鳃和内脏，蒸煮至完全熟透。

专家提醒，食用生腌或淡水鱼生后，若出现反复发热、右上腹隐痛、肌肉剧痛或酱油色尿等信号，应立即就医，并主动告知医生饮食史和聚餐史。

大型肉食性鱼类可能汞超标，吃海鱼要会挑

“大量食用银鳕鱼致汞超标”上热搜，海鱼还能不能吃？专家回复：能，但要会挑。

国家食品安全风险评估中心营养一室主任方海琴说，海鱼能提供优质蛋白质、微量元素，尤其是富含人体必需的不饱和脂肪酸，适量吃有益健康。但是，受食物链蓄积效应影响，处于食物链顶端的大型肉食性鱼类，如鲨鱼、剑鱼、金枪鱼、银鳕鱼等，甲基汞含量通常较高。小型鱼、淡水鱼、养殖鱼含量通常较低。

对此，专家建议，可通过适量食用三文鱼、鲑鱼等低汞鱼类获得营养，避免长期、高频次食用汞含量较高的鱼类。孕哺期妇女及婴幼儿尤其要避开高汞鱼种。

■据新华社



工程一标正在进行隧道B11区底板钢筋绑扎作业。受访者 供图

隧道冲刺、桥梁施工同步推进 长沙这条机场快速路雏形初现

三湘都市报10月11日讯 塔吊转个不停，运料车穿梭往返，摊铺机轰鸣前行……10月11日，记者获悉，长沙经开区劳动东路（黄兴大道—龙峰大道）道路工程，目前一标段工程量已完成55%，三标段、四标段建设进度均超70%，这条东西向的机场快速路轮廓日渐清晰。

黄兴大道西侧隧道主体施工进入冲刺阶段

劳动东路（黄兴大道—龙峰大道）西起黄兴大道、东至龙峰大道，全长约6.06公里，它西连长沙城区方向、东接黄花机场方向，是机场周边集疏运市政道路中的重要“一横”。

该项目标准路幅宽60米，采用“地面快速主路+两侧辅道”形式，主线双向6车道、辅道双向4车道，全线共设4座上跨桥梁、1座下穿隧道、3座人行天桥，总投资约25.8亿元。

四个标段中，一标段把守全线“西大门”，既要让主线钻进隧道从黄兴大道下方穿过，又要架桥跨过城市道路，施工组织难度不小。记者在现场看到，黄兴大道沿线需改迁的地下管线已全部挪位，一度绊住施工手脚的堵点被逐个打通，全线作业

断面尽数打开；桥梁墩柱等下部结构已全部完工，一排排墩柱沿线矗立，三联箱梁浇筑正平行展开。全线控制性工程——黄兴大道西侧隧道，主体结构施工已进入最后冲刺阶段。这条506米长的隧道建成后，主线车辆不用等红灯，便可径直穿过黄兴大道。连日来，工地轮班不停、机械不歇，隧道B11区段底板混凝土浇筑顺利推进，冠梁、箱涵结构及桥梁上部结构作业同步展开；眼下，正向着隧道主体完工的节点继续“赶路”。

路基管网同步，东端进度超七成

沿线路向东，三标段、四标段同样机器声鼎沸。在三标段，70%以上工程量已经完成，水稳层铺设与综合管线埋设“同台唱戏”，摊铺机缓缓向前、压路机来回碾压，各道工序穿插配合、衔接紧密。

四标段当前正集中力量精修剩余段路基、铺设水稳基层，电力、供水等管线配套紧随其后。路基分层碾压实不实、基层摊铺平不平，施工人员逐层检测把关，确保道路主体和地下管线一次成型、同步到位。

作为黄花机场集疏运快速路网的重要“一横”，劳动东路建成通车后，市民沿劳动东路一路向东，可快速直达黄花机场方向，沿线居民出行和片区发展也将随之提速。

■文/视频 全媒体记者 王翊玮

女职工福利来了，省级优秀创新工作室等你申报

三湘都市报10月11日讯 今日，记者从湖南省总工会获悉，省总工会女职工委员会正式启动第三批省级女职工创新工作室培育对象推荐申报工作，进一步激发人工智能时代女职工创新活力，深化女职工“芙蓉杯”竞赛。

本次申报工作依据《女职工数字技能提升方案》《关于实施第十轮女职工“芙蓉杯”竞赛的指导意见（2024—2026年）》以及全国总工会巾帼劳模工匠创新工作室联盟建设相关部署开展。参评的创新工作室需满足七大核心条件：有巾帼领衔人、有创新工作团队、有运作硬件条件、有必要工作经费、有完善管理制度、有明确创新目标、有示范带头作用。申报实行自主申报、逐级择优推荐机制。各相

关单位自主提交申报材料，经所属市州、产业工会对照推荐条件审核筛选后，择优上报省总工会。

本次申报依托“芙蓉天地”平台“事项审批”系统线上办理，通过数字化申报方式，提升申报效率，实现申报工作数智化管理。

在激励保障方面，省总工会将对纳入省级女职工创新工作室培育对象给予一定经费补助，支持工作室开展技术攻关、创新实践。对创新成果突出、创效成效显著的工作室，将优先推荐参评省级劳模和工匠人才工作室，并择优纳入全国总工会巾帼劳模工匠创新工作室联盟。

同时，鼓励各市州、产业工会对工作室领衔人及团队成员予以重点倾斜，在数字技能培训、业务交流、慰问走访、疗休养等方面优先安排，持续赋能女职工成长成才。

■文/视频 全媒体记者 王智芳 通讯员 廖为