

洛阳·网闻

QIUZHENG

求证

洛阳晚报

洛阳网

http://www.lyd.com.cn

搜索

调查反馈详情 追踪整改情况

含“金”量太高，蘑菇有毒？

网传蘑菇会吸收重金属，应少吃

专家称食用菌中未检测出重金属，且其多为无土栽培，可放心食用

□记者 寇玺

蘑菇味道鲜美，爱吃的人也多，然而近日一篇名为《蘑菇还是少吃一点吧》的文章在微博上流传起来，让不少人不敢吃蘑菇了。文章中说，蘑菇对重金属的富集能力很强，吃多了伤身。蘑菇到底会不会富集重金属？

风雨之坛：#蘑菇#看到一个帖子说几乎所有如铅、汞、镍等重金属蘑菇都集，但是人体却没有排出重金属的机制。久之这些重金属就会在肾小管内聚至会引起肾小管的坏死。而在乌克兰、德国等被切尔诺贝利核事故污染的地区们开出的处方就是大力种植蘑菇，以富集这些被放射线污染地区的重金属金属。



(微博截图)

漏相关的大型真菌研究报告很容易发现，这些大型真菌中绝大部分是野生、非人工栽培的，且在乌克兰采集的蘑菇属样品中并未检出放射性元素。

另外，食用菌中重金属是与金属硫蛋白结合的有机态，其毒性和代谢排出机制与无机态的重金属元素完全不同，因此食用菌中即使含有微量的重金属，只要不超过标准限量，就可以放心食用。

河南科技大学林学院教授杜爱玲说，蘑菇是我们对可食用大型真菌的俗称，包括平菇、香菇、金针菇、杏鲍菇等。实际上，不同品种蘑菇的生长方式、吸收营养等物质的能力不同，所以不能以偏概全地认为所有食用菌都会吸收重金属，不能食用。在以前做过的一些对食用菌的检验中，均未检测出重金属。

中国食用菌协会会员、河南科技大学林学院教师侯军说，在污染的环境中种植，不仅是蘑菇，粮食、果蔬等也可能富集重金属，但并非所有菌类都对重金属有较强的富集能力。我国设有利用真菌的吸附能力改造土壤的研究，

但使用的并非我们日常接触的食用菌。

建议：不要轻易采食野生菌

侯军说，现在的食用菌几乎都采用无土栽培，生长环境会隔离污染物。另外，本地的食用菌因为避免了长途运输使用的保鲜剂，更加健康，作为保健食品，每月吃蘑菇的量没有必要精确计算。同时，品种繁多的食用菌，各有各的保健作用。

侯军说，金针菇在益智方面表现卓越，可以增强智力；猴头菇则被推崇为“养胃山珍”，改善胃肠道功能效果显著；平菇和香菇则有增强机体免疫功能的作用。

和人工栽培的食用菌不同的是，野生菌类因为生长环境不同，对污染物的吸附情况也不同。侯军提醒市民，当您在野外发现野生菌，即使在能分辨其无毒的情况下，也最好不要轻易采食，外出旅游时尽量不要食用当地野生蘑菇烧制的菜肴，而应食用人工栽培的食用菌产品。

网传：蘑菇会吸收重金属，不能多吃

在这篇名为《蘑菇还是少吃一点吧》的文章中写道：“蘑菇虽好，但有个很重要的特点，就是对重金属的富集能力特强。几乎所有重金属，如铅、汞、镍等蘑菇都会富集……蘑菇不可以多吃，每月最多可以吃200克。”文章作者称，其在外国媒体上看到过一篇报道，说在乌克兰、德国等被切尔诺贝利核泄漏污染的地区，专家们开出的处方就是大力种蘑菇，以富集这些地区的重金属和有害金属，尽快使这些地区恢复到污染前的水平。

蘑菇一直有着“保健食品”的称号，可是带着重金属的菌类，以后还能吃吗？

专家：食用菌中未检测出重金属，可放心食用

这篇文章出现不久，国家食用菌工程技术研究中心的专家邢增涛就在《食药菌》杂志上发表文章反驳，称通过阅读有关切尔诺贝利核泄

小新聊吧 QQ:800080379

两岁娃的思念

博博 452633** 2014-5-3 12:45

博博：小新，昨天我回老家，看到2岁的侄子想妈妈的一幕，我哭了……

晚报小新：说说咋回事？

博博：我侄子平日和他奶奶在老家，爸爸妈妈在外地工作。别看他特别淘气，但每次和妈妈打电话，眼睛都红红的。

晚报小新：妈妈多久回家看孩子一次？

博博：大概一个月一次。这不是五一放假嘛，他妈妈店里特别忙，我就回老家了。侄子抱着我一个劲儿地亲，还把所有好吃的都堆到我面前。

晚报小新：小娃娃估计和奶奶在家太寂寞了。

博博：当天晚上我带着侄子在他妈妈的房间里玩，房间里挂了好多张他爸爸和妈妈的合影。当时我陪着他玩了

一会儿，就去厨房给他拿好吃的，让他一个人在房间里玩。

晚报小新：小娃娃一个人的时候会干点儿啥？

博博：我也挺好奇，所以就偷偷躲到门口看他。起初小家伙就不停地开灯关灯，随后就在床上翻滚、乱蹦，然后小家伙忽然怔怔地看着爸爸妈妈的合影，轻轻地说：“爸爸、妈妈还有蛋蛋（侄子的昵称），爸爸、妈妈还有蛋蛋……”

晚报小新：好让人心疼的小宝贝……

博博：当时我忍不住哭了起来，就和弟弟商量把侄子带到他们身边一起生活。

晚报小新：是啊，爸爸妈妈的关爱是孩子最需要的，也是孩子成长最重要的，就像那首歌唱的：“如果你们爱我，就多多地陪陪我……”

(记者 孙晓华 整理)

“创新班”的强大后盾

洛阳市第二实验中学高中“创新班”设立以来，市财政每年拨付100万元用于“创新素养培育实验”项目的推进。该项目的管理团队由陈设立担任顾问，周国正(上海市特级校长、复旦中学校长)担任主任，唐明伟(洛阳市第二实验中学校长)、杨振国(上海市特级校长、上海市第三女子中学原党委书记)、胡志祥担任副主任。复旦大学教授、上海市教育专家、长

宁区教学骨干先后来洛，举办“博雅讲堂”，开展项目评估，指导“创新班”的教学与科研，引领师生社会实践。

第三届高中“创新班”已开始招生，有意报名的学生和家长请来电话咨询。

咨询电话：18538808529(教学副校长) 18538868078(教务处主任) 65638528(教务处)

<p>洛阳晚报 旅游导航 主管:杜青 组员:张继生 刊登范围:景点景区、旅行线路、旅行社、采摘、度假村、旅游用品、纪念品、航空票务等 QQ群:143208928 广告热线:0379-63330377</p>					
<p>洛阳康辉国旅 许可证号:L-HEN-03091</p> <p>港澳双卧7日游 600元</p> <p>桂林漓江双卧5日游 1180元</p> <p>云南双飞6日丽江昆明 1280元</p> <p>张家界、凤凰双卧5日游 1280元</p> <p>海南双飞5日游 2180元</p> <p>云台山2日游 特价</p> <p>电话:13721612457 63625955</p> <p>地址:西工小商品东隔壁唐宫大厦707</p>	<p>洛阳中国青年旅行社 许可证号:L-HEN-GJ00005</p> <p>日韩韩国+济州岛直飞 3180元</p> <p>泰国五星直飞7日游 2380元</p> <p>昆大丽双飞6日游 980元</p> <p>北京超值双卧5日游 790元</p> <p>西安双高铁2/3日游 860元</p> <p>港澳高品双飞5日游 特价</p> <p>龙潭峡 重渡沟 云台山 张家界</p> <p>电话:65187076 13837998881</p> <p>地址:南昌路丹尼斯申泰大厦4楼</p>	<p>洛阳港中国旅 许可证号:L-HEN3105</p> <p>河南中州国际旅行社</p> <p>北京夕阳红双卧6日游 1080元</p> <p>华东五市夕阳红7日游 1080元</p> <p>桂林漓江双卧5日游(洛阳起止) 1380元</p> <p>(以上线路5月9日16日23日发团,全程导游)</p> <p>昆大丽双飞7日游 880元</p> <p>港澳双飞6日游 1480元</p> <p>厦门武夷山双卧6日游 1860元</p> <p>电话:63191056 63195986</p> <p>地址:中央百货大楼9楼9126室西1门上电梯</p>	<p>河南康辉国旅 许可证号:L-HEN-03091</p> <p>泰国普吉岛泰新马韩 5晚 6日游 尊享系列6日游 10日游 超值 全景 6日游</p> <p>往返包机</p> <p>电话:13721612457 63625955</p>	<p>洛阳中旅旅行社 许可证号:L-HEN03110</p> <p>老君山追梦谷 1日游148元2日游318元含索道</p> <p>国家5A级景区</p> <p>电话:63930086 18638871591</p> <p>地址:西工区七一一路九州大厦1108室</p>	<p>洛阳中旅旅行社 许可证号:L-HEN03110</p> <p>直抱犊寨AAAA 蝴蝶谷</p> <p>2日游288元 每周六铁定发团</p> <p>电话:涧西68615716 西工68615000</p> <p>地址:涧西区申泰大厦716室</p>
<p>洛阳丽都旅行社 河南省国旅代理社 许可证号:L-HEN-GJ00011</p> <p>意法瑞德4国11日游 13500元</p> <p>德意法瑞卢梵6国13日游 13500元</p> <p>爱沙尼亚-俄罗斯-北欧四国13日游 19600元</p> <p>澳大利亚-新西兰-海峽群島12日游 10600元</p> <p>首尔+济州5日游 3580元</p> <p>吴哥深度6日游 4980元</p> <p>电话:18211981624 80860716</p> <p>地址:洛城宾馆8楼806</p>	<p>洛阳康辉国旅 许可证号:L-HEN-03091</p> <p>特价来袭了……</p> <p>北京4日游450元 火车5日游780元</p> <p>桂林漓江4日游450元 6日游650元</p> <p>西藏双卧11日游5月 2480元</p> <p>九寨黄龙6日游 1280元</p> <p>昆大丽双飞6日游980元+版纳1850元</p> <p>电话:63636011 60868115</p> <p>地址:火车站宝龙大厦507室</p>	<p>洛阳舒翔假期旅行社 许可证号:L-HEN03101</p> <p>云台山2日游 白雲山2日游 特价</p> <p>重渡沟2日游 方特1日游 特价</p> <p>北京超值5日游 960元</p> <p>华东五市+双水乡7日游1080元</p> <p>九寨黄龙双卧7日游 1280元</p> <p>电话:65296860 18736322037</p> <p>地址:西工区七一一路九州大厦1009室</p>	<p>洛阳中旅旅行社 河南中信国旅代理社 许可证号:L-HEN03110</p> <p>昆大丽双飞6日游 特价</p> <p>港澳双飞6/双卧7日游 特价</p> <p>张家界凤凰高品6日游 1480元</p> <p>韩国首尔济州岛6日游 3380元</p> <p>西藏全景含全陪品质11日游 2380元</p> <p>电话:65226058 18937996689</p> <p>地址:玻璃厂路天力大厦1118室</p>	<p>河南康辉国旅 许可证号:L-HEN-GJ00011</p> <p>马代蜜月之旅6日游 特价</p> <p>泰国包机6日游 2480元</p> <p>台湾直飞8日游 3580元</p> <p>韩国首尔济州全景6日游 3380元</p> <p>欧洲四国12日游12500元(北京进出)</p> <p>港澳火车7日游188元飞机5日游688元</p> <p>电话:63636011 13513840434</p>	<p>洛阳绿色假期国旅 许可证号:L-HEN-CJ00043</p> <p>天池山 1日游 138元</p> <p>电话:18637957567</p> <p>地址:中州路与王城大道交叉口富雅东方C座1708室</p>
<p>代售自驾游自由行门票 广告热线:63330377</p>					