

一家三口吃生鲜同患肝吸虫病-如何防范寄生虫危害健康

最近一则新闻让人触目惊心，广东一家三口因食用生鲜淡水鱼，全部感染了肝吸虫病，引发广泛关注。这件事发生在广东顺德，一家人平时爱吃当地特色的鱼生，尤其是顺德鱼生，薄切的鱼片蘸着酱料，口感鲜美，是许多人餐桌上的美味。可谁能想到，这盘看似诱人的美食，竟让一家人集体“中招”。事情的起因是这样的，这一家三口，父母和一个成年子女，平时喜欢在家自制鱼生，选用新鲜的草鱼或鲤鱼，觉得生吃口感最佳。他们听闻鱼生只要用醋泡一泡，就能杀菌杀虫，殊不知这种做法完全无法消灭寄生在鱼体内的肝吸虫囊蚴。

几天前，家人陆续出现腹痛、恶心、食欲不振的症状，起初以为是普通的肠胃炎，没太在意。后来症状加重，三人甚至出现黄疸，皮肤发黄，吓得赶紧去医院检查。医生通过影像学检查和粪便虫卵检测，确诊三人均感染了华支睾吸虫，也就是俗称的肝吸虫病。肝吸虫病，听起来陌生，但在中国尤其是南方地区并不少见。据中国疾控中心的数据，全国约有1300万人感染肝吸虫，广东、广西等地是高发区。肝吸虫是一种寄生在人体肝胆管内的寄生虫，成虫形似葵花子，体长约10-25毫米，靠吸食胆汁存活。

它的传播途径主要通过食用含有囊蚴的淡水鱼、虾等水产品，尤其是在未充分加热的情况下。像这家人一样，许多人误以为用醋、盐或酒腌制就能杀死寄生虫，但实际上，肝吸虫囊蚴对外界环境有很强的抵抗力，只有高温烹煮才能彻底消灭。医生介绍，这一家三口的病情不算太严重，但如果不及时治疗，肝吸虫长期寄生可能引发胆囊炎、胆管炎，甚至增加肝癌的风险。世界卫生组织已将华支睾吸虫列为一级致癌物，可见其危害不容小觑。医院为三人开了驱虫药，并叮嘱他们今后一定要将鱼类彻底煮熟，避免生食淡水鱼。

这起事件也引发了网友的热议。很多人表示，自己平时也爱吃鱼生或生腌海鲜，没想到风险这么大。广东的鱼生文化源远流长，尤其在顺德、佛山等地，鱼生几乎是宴席上的“标配”。但专家提醒，淡水鱼和海水鱼不同，淡水鱼更容易携带肝吸虫囊蚴，而海水鱼相对安全一些。即使是海鲜，生腌也可能带来其他寄生虫或细菌感染风险，比如副溶血弧菌。类似的事件并非孤例。2024年，大连一位70岁的老人因食用未完全煮熟的淡水鱼，出现恶心、腹胀等症状，最终也被确诊为肝吸虫感染。

他的病例还显示，肝脏内出现了多发小囊肿，情况比广东这一家三口更严重。医生分析，这位老人虽然不常吃生鱼，但可能在处理鱼类时未注意卫生，比如砧板、刀具未消毒，导致交叉感染。专家还指出，肝吸虫病的潜伏期可能长达数月甚至数年，早期症状不明显，很多人感染后毫无察觉，直到出现肝区疼痛、黄疸或肝功能异常才就医。因此，预防尤为重要。除了彻底烹煮食物，处理生鲜时要用专用砧板和刀具，避免生熟混杂。外出就餐时，尽量选择正规餐馆，避免食用来源不明的生鲜食品。

这家人的遭遇给我们敲响了警钟。美食虽好，健康更重要。尤其是南方地区，饮食习惯中生食淡水鱼的传统由来已久，但随着健康意识的提高，大家应该重新审视这种饮食方式。医生建议，喜欢吃鱼的朋友不妨选择蒸、煮、煎等烹饪方式，既保留鲜美口感，又能确保安全。希望这起事件能让更多人重视寄生虫病的风险，养成健康的饮食习惯。

原文链接：<https://hz.one/baijia/肝吸虫病-2508.html>
PDF链接：<https://hz.one/pdf/一家三口吃生鲜同患肝吸虫病-如何防范寄生虫危害健康.pdf>
官方网站：<https://hz.one/>