

این مواد غذایی باعث مرگ ناگهانی می‌شوند!

در شرایطی که یک رژیم غذایی مغذی و متعادل از ارکان اصلی یک زندگی سالم و طولانی محسوب می‌شود، برخی مواد غذایی نیز وجود دارند که می‌توانند به آرامی یا سریع موجب مرگ انسان شوند.

شاید شگفت‌زده شوید اگر بدانید برخی مواد غذایی پرمصرف دارای عناصری هستند که بسیار سمی بوده یا بر اساس روش تهیه می‌توانند به گزینه‌ای خطرناک برای زندگی انسان تبدیل شوند. با ما همراه باشید تا مواد غذایی خطرناک را بشناسید.

مرگ ناگهانی با مواد غذایی خطرناک

مرگ ناگهانی با دانه‌ها و هسته‌های میوه

میوه‌هایی مانند سیب، گیلان، هلو، و زردآلو دارای یک نوع هیدروژن سیانید به نام «اسید پروسیک» در دانه‌ها یا هسته‌های خود هستند. البته مردم به‌طور معمول این بخش از میوه را مصرف نمی‌کنند، اما در صورت مصرف اتفاقی یا به هر دلیل دیگری می‌توانند همانند قاتلی خاموش عمل کنند. البته دانه‌ها و هسته‌های میوه اسلحه‌ای قوی نیستند، زیرا قربانی باید حداقل یک فنجان از پودر آن‌ها را مصرف کند تا جان خود را از دست بدهد.

مرگ ناگهانی با ریواس

ماده خطرناک ریواس در برگ‌های این گیاه است که به نام «اسید اگزالیک» شناخته می‌شود. این ترکیبی شناخته‌شده است، زیرا موجب تشکیل سنگ‌های کلیه می‌شود. از آنجایی که تنها برگ‌های ریواس خطرناک هستند، نیازی نیست تا به‌طور کامل از مصرف این ماده غذایی پرهیز کنید. ریواس منبع خوبی برای منگنز، منیزیم، فیبر غذایی، کلسیم، ویتامین C، و ویتامین K است.

مرگ ناگهانی با جوز هندی

جوز هندی در واقع یک ماده غذایی توهمزاست، اما پیش از این که وارد این مرحله شوید با احساس بیماری شدید مواجه خواهید شد. مصرف ۵.۶ گرم جوز هندی در یک وعده می‌تواند موجب تشنج و مصرف ۸.۵ گرم از آن می‌تواند به حمله بیمار منجر شود.

مرگ ناگهانی با سیب‌زمینی

مصرف گلیکو آکالوئیدها که در برگ‌ها، ساقه‌ها و جوانه‌های سیب‌زمینی وجود دارند می‌تواند موجب سردرد گیج‌کننده، گرفتگی ماهیچه، اسهال، و حتی کما و مرگ شود. گلیکو آکالوئیدها عامل رنگ سبز سیب‌زمینی‌های مانده محسوب می‌شوند. تنها ۳ تا ۶ میلی‌گرم از گلیکو آکالوئیدها در هر کیلو از وزن بدن انسان می‌تواند مرگبار باشد، از این رو، پرهیز از مصرف سیب‌زمینی‌هایی که جوانه زده‌اند یا زیر پوست آن‌ها سبز شده است، اهمیت دارد.

مرگ ناگهانی با بادام تلخ

بادام‌ها تنها زمانی خطرناک هستند که نوع اشتباه را مصرف کنید. بادام‌های شیرین در صورت مصرف متعادل، خوراکی‌هایی سالم هستند، اما بادام‌های تلخ حاوی سطوح بالای هیدروژن سیانید هستند. تنها ۷ تا ۱۰ دانه بادام تلخ خام می‌تواند یک فرد بزرگسال را به شدت بیمار کرده و به طور بالقوه موجب مرگ یک کودک شود.

مرگ ناگهانی با عسل غیر پاستوریزه

عسل غیر پاستوریزه یا خام اگر حاوی «گرایانوتوکسین» باشد می‌تواند به یک ماده غذایی خطرناک تبدیل شود. این اتفاقی زمانی رخ می‌دهد که زنبورهای گرده‌افشان روی گیاهانی که حاوی این ماده سمی هستند، می‌نشینند. تنها یک قاشق غذاخوری گرایانوتوکسین غلیظ می‌تواند موجب سرگیجه، ضعف، تعریق، و استفراغ برای بیش از ۲۴ ساعت شود. به طور ویژه، مصرف این ماده می‌تواند افرادی که از نقص ایمنی رنج می‌برند را در معرض خطر مرگ قرار دهد.

مرگ ناگهانی با گوجه‌فرنگی

گوجه‌فرنگی یکی از پرمصرف‌ترین مواد غذایی در سراسر جهان است. با این وجود، ساقه‌ها و برگ‌های گوجه‌فرنگی حاوی سموم قلیایی هستند. اگرچه باید مقدار زیادی برگ گوجه‌فرنگی مصرف کنید تا جان خود را از دست بدهید، اما مقدار کم آن نیز می‌تواند موجب ناراحتی شدید معده شود.

مرگ ناگهانی با ماهی تن

ماهی تن از جمله ماهی‌هایی است که جیوه جذب می‌کند که می‌تواند انباشت این ماده در بدن افرادی که به مقدار زیاد ماهی تن مصرف می‌کنند را در پی داشته باشد. جیوه می‌تواند آسیب جدی به کلیه‌ها وارد کند یا وارد مغز شده و موجب بروز نشانه‌های دیوانگی شود.

مرگ ناگهانی با بادام هندی

بادام هندی خام حاوی ماده‌ای به نام «اوروشیول» است که این ترکیب شیمیایی در پیچک سمی نیز یافت می‌شود و می‌تواند موجب واکنش‌های آلرژیک مرگبار در برخی افراد شود. باید به این نکته توجه داشته باشید که نمونه‌های بادام هندی موجود در بازار که به عنوان خام فروخته می‌شوند در واقع خام نبوده و بخارپز شده‌اند تا اوروشیول در آن‌ها از بین برود.