

吃榴莲后喝白酒，女子突发肝衰竭

医生：尽量避免同食，两者最好间隔24小时以上



新华社记者 王贤思/摄

■据人民日报微信

榴莲配酒，越喝越有？殊不知这种“网红吃法”，可能把人送进抢救室！

近日，江苏省南京市第二医院肝病科接诊了一名三十多岁的年轻女性，她在食用约两房榴莲后一个多小时，又饮下约四两40度白酒，次日便出现头晕、恶心、呕吐等症状，随后症状迅速加重，转氨酶飙升至正常值的近100倍，达到肝衰竭程度，被紧急转至该院救治。

医生提醒，榴莲与酒精同食可能引发类似“头孢配酒”的双硫仑样反应，两者最好间隔24小时以上。

“也不能说所有人吃完榴莲喝酒都会出问题，但建议尽量避免两者同食。”医生解释，人体摄入酒精后，需要依靠体内特定的酶进行代谢分解，最终排出体外。而榴莲中含有的含硫化合物，会抑制这类代谢酶的活性。

当榴莲与酒精同时进入体内，酒精的代谢产物乙醛无法被及时分解，大量蓄积在体内，就会引发一系列不适反应，轻则心跳加速、面色潮红、呼吸不畅，重则造成肝脏严重损伤，甚至肝衰竭。

榴莲和哪些食物不宜大量同食？服用哪些药物需谨慎？有没有最佳食用时间？一篇文章告诉你。

服用哪些药物要谨慎

抗凝药（如华法林）：会增加出血风险。有初步研究提示，食用榴莲可能与华法林患者INR升高有关。

正在服用华法林者不建议短期内大量或突然增加榴莲摄入；如近期明显增加榴莲食用量，应关注有无牙龈出血、鼻出血、皮下瘀斑等表现，并按医嘱监测INR。

降糖药/降压药：榴莲含糖量和能量较高，可能导致餐后血糖升高，糖尿病患者或正使用降糖药者，应控制摄入量，并纳入每日总碳水和总能量管理。

肾功能不全者，或正在使用ACEI/ARB类降压药、螺内酯等保钾药物者，应注意高钾摄入风险，不宜大量食用。

不宜与哪些食物同食？

高蛋白/高糖食物：如牛奶、牛肉、蛋糕。榴莲糖分高、纤维多，与高蛋

白同食会加重胃肠负担，易引起胀气、腹泻。

寒凉食物：如螃蟹、西瓜。榴莲性热，与寒凉食物同食可能引起肠胃功能紊乱。

温燥食物：如牛、羊肉等。一起吃容易“火上浇油”，导致口干、长痘等上火症状。

哪些人不建议食用？

肾功能不全者：高钾（约420mg/100g）可能加重肾脏负担，引发高钾血症。

糖尿病患者：含糖量超过20%，升糖速度较快。

心血管疾病/高血脂患者：脂肪和碳水化合物含量高，热量高（约147千卡/100克），不利于控制血脂和体重。

过敏体质者：可能引起皮疹、瘙痒等过敏反应。

体热上火者：性情燥热，食用可能加重症状。

最佳食用建议

最佳时间：建议在上午或下午，作为两餐之间的加餐少量食用，不建议睡前大量食用，也不建议与酒水、夜宵、高糖甜品叠加食用。

控制分量：每次建议控制在100克—150克。

榴莲挑选小技巧

看裂口：榴莲成熟后外壳会裂开，尽量选择裂口小一点的，裂口大会增加被污染的风险。

看颜色：随着榴莲成熟度的增加，榴莲外壳会逐渐变黄，这可能是β-胡萝卜素含量增加导致的。所以选择外壳黄一点的榴莲意味着相对更成熟一些，如果颜色发青说明成熟度不够，味道可能会差一些。

闻气味：选气味香甜有果香味的，别选臭味明显的，可能成熟度过高或变质。

摸果刺：随着榴莲成熟度的增加，果刺会逐渐变软，刺尖变褐色。如果榴莲果刺颜色发青或很坚硬，就是成熟度不够。

敲击听声音：随着果实达到一定成熟度时，果肉和果壳之间会产生空隙，用东西敲击果实（比如刀背），会发出中空的声音。

“班主任”发收费通知，“家长”马上接龙 十余分钟，群里30多人被骗

■据新华社微信

“通知的格式、说话语气和班主任一模一样，还有其他家长在群里接龙缴费，完全看不出破绽，我直接就转账了！”9月2日一早，武汉一中学的家长们发现转账被骗后迅速报警。看似常规的开学收费通知，实则是诈骗团伙精心布置的陷阱。

事发当日凌晨，一个陌生账号悄悄潜入该校QQ家长群。骗子并未急于行骗，而是先翻阅群内全部历史文件记录，为的是精准模仿班主任的发言口吻、通知格式。清晨，陌生账号改了昵称“摇身一变”成了“班主任”，在群内发布通知，谎称统一收取学生体检、保险费用。

为了打消家长顾虑、营造真实缴费氛围，该团伙分工协作，另一名团伙同步入群伪装成学生家长，在通知下方第一时间接龙、缴费。真实的群内氛围、整齐的缴费接龙，让群内家长彻底放下戒备，纷纷转账。为了在更短的时间内骗到更多人，“细心”的“班主任”还会主动@未缴费家长，短短十余分钟，30余名家长陆续扫码缴费，转账金额高达8000余元。

直到早自习结束，真正的班主任老师才发现群聊异常，立即叫停群内转账，并第一时间前往民族街派出所报警。接警后，江汉警方抢抓24小时破案黄金期，全方位开展线索核查、数据研判、资金溯源等工作。

通过大数据侦查，警方发现该团伙作案手法极其狡猾、反侦查意识极强：作案使用的QQ账号在行骗结束后，立刻申请注销销毁痕迹；骗取的资金则通过线下商铺扫码提现等方式转出，层层规避侦查。

专案组连夜研判，精准锁定核心作案人员董某某，确定其藏匿地为广东东莞一酒店。9月3日凌晨5时许，抓捕专班星夜赶赴东莞，成功将核心嫌疑人董某某当场抓获。

经审讯，董某某对其冒充班主任实施诈骗的犯罪事实供认不讳，并如实交代了完整团伙架构。

掌握完整团伙线索后，专案组顺势扩线深挖、连续作战，成功将阮某某等其余5名团伙成员全部抓获归案，实现全链条、全覆盖打击，追回家长被骗资金6900元。目前，该案正在进一步深挖中。

200米被超18次！ “龟速开车”，该不该罚？

■据央视新闻微信

日常驾车，很多人都知道超速违法，但却忽略了“开太慢”。同样是违法行为，近日，四川成都一司机“龟速开车”引发网友热议。

危险！“龟速”开车200米被超18次

近期，成都交警公布了一起“龟速行驶”典型案例：成都一条主道上，一辆汽车在200米内，先后被18辆车超越。民警在视频回溯时，发现该车驾驶员存在边开车边刷手机的行为，依法对其进行了处罚。

据了解，自2025年4月开始，四川成都交警上线了一套智慧系统，专门治理“龟速车”，一旦车辆被超车次数过多，且车速排名靠后，系统便会自动锁定，并通过多种方式提醒驾驶员，同时还能核查驾驶员是否存在接打手机等行为。

哪些行为属于“龟速行驶”？

“龟速行驶”指的是超低速行驶，一般包含两种情形——

车辆违反最低限速规定，即车辆行驶速度低于道路或车道最低限速值。如在高速公路上行驶时，车速低

于最低限速每小时60公里，或者在多车道高速公路左侧快速车道行驶时，低于该车道最低限速规定。

《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》第七十八条：高速公路应当标明车道的行驶速度，最高车速不得超过每小时120公里，最低车速不得低于每小时60公里。

车辆行驶速度与车流速度不匹配，也就是车辆行驶速度远低于当前通行条件下车流的正常行驶速度。

“龟速行驶”有哪些危害？

影响道路通行能力：超低速行驶的车辆会挤压后方车辆的正常行驶空间，导致后车或后方多辆车减速，进而影响道路通行能力，导致车辆平均行程时间增加。

引发交通事故：超低速行驶的车辆与车流存在较大的速度差，会导致其他车辆为了避让，而频繁减速变道甚至超车，容易引发交通事故。

诱发路怒行为：超低速行驶车辆造成的交通拥堵，还容易引起其他驾驶员人的路怒行为。数据显示，由于拥堵造成的路怒事件占比约12%，仅次于加塞抢道。

日常驾驶应摒弃“慢速即安全”的错误认知，避免低速占道，更不能在行驶时拨打和查看手机，危害公共安全。