

吃辣椒为啥会被辣晕?

前不久,四川成都一男子因午饭太辣、脑壳发昏、躺地不起的新闻登上了热搜。吃个辣椒居然也能惊动同伴紧急呼叫120,网友们纷纷表示“辣晕具象化了”。那么,吃辣椒为啥会被辣晕呢?

国家健康科普专家、中国营养学会注册营养师、山西医科大学博士生导师程景民在接受采访时表示,新闻中那位男子是否确实因为吃辣而导致送医救治还有待进一步观察。不过,如果排除其他食源性因素或生理性致病因素,吃辣导致的头晕通常和机体摄入较多的辣椒素有关。

因此,提醒消费者食用辛辣食物时应注意控制量和度。

程景民解释说,辣椒素类物质是辣椒的主要活性化合物,包括辣椒素、二氢辣椒素、甜椒碱等。其中,辣椒素是一种香草酰胺衍生物,约占辣椒素类物质的70%,是辣味主要决定因素。辣椒刺激舌头、嘴的神经末梢,大脑即命令全身“戒备”,产生心跳加速、唾液或汗液分泌增加、肠胃加倍“工作”等情况,同时释放出内啡肽。持续释放出的内啡肽会让人轻松兴奋,从而产生吃辣的快慰感,这也是为什么有些人被辣得呼哧呼哧却仍觉得酣畅淋

漓、欲罢不能的主要原因。

研究表明,辣椒素能够刺激口腔和胃肠道的黏膜,增加消化液的分泌,促进食物消化和吸收。同时,还能加速血液循环,提高体温,使身体产生热量,进一步促进新陈代谢的进行,因此,适量的辣椒素能够给人体带来好处。

但是,机体摄入较多辣椒素后,不仅会对胃肠黏膜造成刺激,诱发胃部不适,还有可能对头部神经造成刺激,导致循环的血容量增加,引起大脑出现一过性的缺血、缺氧,所以才会出现吃辣头晕的现象。

吃辣引发的轻微头晕持续时间一般不长,短时间内都可自行缓解,无需特殊处理。如果感觉口腔内的烧灼感较明显,可通过喝适量温水或牛奶来改善,也可以喝极少量的冷饮缓解,但应避免一次性饮用量过大,以免增加对胃部刺激。如果头晕症状持续,则不排除和其他疾病有关,前往医院的神经内科、心血管内科等科室就诊,规范治疗。提醒人们在日常生活中注意改善个人饮食习惯,尽量避免进食过多辛辣及刺激性食物,以免引起机体不适。

(据《中国消费者报》)

分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)

郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

内蒙古蒙亮网络科技有限公司
统一社会信用代码
91150624MA0QJX3H2D)经本公司
股东决定拟向登记机关申请减少公司注册资本,原注册资本从300万元减至100万元,请债权人公告之日起45日内向本公司提出清偿债务或提供相应的担保要求,逾期将依法减资,特此公告。

2024年5月10日

过三梁500千伏变电站扩建工程环境影响评价

公众参与第二次信息公告

《过三梁500千伏变电站扩建工程环境影响评价报告书》征求意见稿已编制完成,现征求公众意见。

一、环境影响报告书征求意见稿网络链接:网络链接:https://pan.baidu.com/s/309ZFSAXtUHBOMD26LXxm;提取码:37yi。

二、公众可到建设单位或环评单位查阅纸质报告书。

三、征求意见的公众范围:项目评价范围内的相关受影响公众。

四、公众提出意见的方式和途径:公示后10个工作日内公众可通过填写公众意见表寄给建设单位、环评单位或以电话、面谈等形式对本项目建设、环境影响及环境影响评价工作提出意见和建议。

建设单位:准格尔旗景福煤炭有限责任公司吴家梁煤矿采区变更项目环评影响报告书征求意见稿已编制完成,现征求公众意见。

一、环境影响报告书征求意见稿网络链接:网络链接:https://pan.baidu.com/s/309ZFSAXtUHBOMD26LXxm;提取码:37yi。

二、公众可到建设单位或环评单位查阅纸质报告书。

三、征求意见的公众范围:项目评价范围内的相关受影响公众。

四、公众提出意见的方式和途径:公示后10个工作日内公众可通过填写公众意见表寄给建设单位、环评单位或以电话、面谈等形式对本项目建设、环境影响及环境影响评价工作提出意见和建议。

建设单位:准格尔旗景福煤炭有限责任公司吴家梁煤矿,联系人:赵栓,电话:15049436666,地址:内蒙古自治区准旗川掌镇大路村,评价单位:内蒙古凯越工程咨询有限公司,地址:内蒙古自治区呼和浩特市新城区北二环以北泽信加州公寓3号楼2单元2103号。

鄂尔多斯市瑞洁燃气有限公司

内蒙古蒙亮网络科技有限公司
统一社会信用代码
91150624MA0QJX3H2D)经本公司
股东决定拟向登记机关申请减少公司注册资本,原注册资本从300万元减至100万元,请债权人公告之日起45日内向本公司提出清偿债务或提供相应的担保要求,逾期将依法减资,特此公告。

2024年5月10日

过三梁500千伏变电站扩建工程环境影响评价

公众参与第二次信息公告

《过三梁500千伏变电站扩建工程环境影响评价报告书》征求意见稿已编制完成,现征求公众意见。

一、环境影响报告书征求意见稿网络链接:网络链接:https://pan.baidu.com/s/309ZFSAXtUHBOMD26LXxm;提取码:37yi。

二、公众可到建设单位或环评单位查阅纸质报告书。

三、征求意见的公众范围:项目评价范围内的相关受影响公众。

四、公众提出意见的方式和途径:公示后10个工作日内公众可通过填写公众意见表寄给建设单位、环评单位或以电话、面谈等形式对本项目建设、环境影响及环境影响评价工作提出意见和建议。

建设单位:准格尔旗景福煤炭有限责任公司吴家梁煤矿采区变更项目环评影响报告书征求意见稿已编制完成,现征求公众意见。

一、环境影响报告书征求意见稿网络链接:网络链接:https://pan.baidu.com/s/309ZFSAXtUHBOMD26LXxm;提取码:37yi。

二