

食品安全系列宣传 2021 年之二十八：

死掉的螃蟹还能吃吗？

来源：科学辟谣 时间：2021-09-14

流言：一些人认为，螃蟹死了以后，只要迅速吃掉，就不会有事，死螃蟹还卖的更便宜。

真相：大闸蟹死后数小时，身体里的有毒物质已经可能使人中毒。

爱吃螃蟹的人都清楚，买螃蟹一定要挑鲜活的，因为死亡后的螃蟹不仅味道不好，食用后还可能致命。



这并不是危言耸听，而是有**真实案例**的：2015年三峡大学仁和医院神经内科收治了一位因为食用死亡河蟹后发生食物中毒的患者，入院当日经抢救无效后死亡。

螃蟹喜食水中的死鱼、死虾等腐败动物尸体，体内体外都沾有大量病菌，死后体内的细菌会迅速繁殖分解蟹肉，不仅会导致口感变差，而且总氨基酸含量会下降，有毒的生物胺含量急剧增加，螃蟹品质发生劣变，人一旦食用会导致中毒。

大家可能不清楚生物胺是什么，它其实是一类含氮有机化合物，

正常情况下是生物体内正常的活性成分。适量的生物胺不仅没有毒，还具有一定的生理作用，可以调节生物活性、控制血压。但是，如果摄入过量的生物胺就可能会导致中毒了，比如大家都熟知的组胺就是有毒生物胺的一种，存在于腐败变质的鱼肉中，口服 8~40 毫克会令人轻微中毒，超过 100 毫克就会导致严重中毒。

在死亡后的河蟹体内，组胺的增长速度很快，即使**高温加热后也无法去除**，这也是食用死亡河蟹后会导致中毒的主要原因。有人曾做过实验：大闸蟹死了之后在室温下放置 3 小时，体内的组胺含量从 3mg/100g 增长到了 6mg/100g，后来逐渐增加到 7 毫克、8 毫克……这个量已经可以使人轻微中毒了。

所以，如果发现买回来的螃蟹已经死了，为了安全起见最好还是别吃了，除非是发现的时候刚死然后立刻直接烹调。然而，在现实生活中我们往往无法准确判断螃蟹的死亡时间，所以还是不吃为好，毕竟美味诚可贵，生命价更高！



此外，需要说明的是：**速冻螃蟹是可以吃的**，因为它是在螃蟹活着的时候直接快速冷冻让其死亡的，然后置于零下 18 度的环境中保存，安全性没问题，可以放心食用。

本文由“科学辟谣平台”（ID: Science_Facts）出品。