

“蟹黄重金属含量很高”“螃蟹和水果同食会中毒”……

这些大闸蟹的传言可信吗？

市场监管部门做了组实验，一起来看看真相



“秋风起，蟹脚痒；菊花开，闸蟹来”，又到了菊黄蟹肥时。

一边是肥美的大闸蟹，肉质细嫩、营养丰富，让人垂涎三尺、欲罢不能；一边是网传大闸蟹的“负面”消息：“大闸蟹是高热量不能多吃”“蟹黄重金属含量很高”“大闸蟹同水果一起吃，等于吃砒霜”……到底，这些传言是否可信？近日，象山县市场监管部门做了组实验，一起来看看真相到底是怎样的。



实验人员准备的蟹肉蟹黄。
通讯员供图

实验1

实验过程:实验人员先将3种不同规格的公、母大闸蟹的蟹黄、蟹肉单独取出，制成均匀样品，待检。

先检测大闸蟹中蟹黄、蟹肉的蛋白质以及脂肪的含量(取平均值)，并将大闸蟹所含的蛋白质和脂肪折算成能量值，与米饭的能量值进行比较。蛋白质采用凯氏定氮法，将蛋白质催化分解成无机氮，通过氮含量折算出样品蛋白质含量。

	公蟹肉	母蟹肉	公蟹黄	母蟹黄
蛋白质 g/100g	19.29	19.72	11.78	10.07

脂肪采用索氏提取法，用石油醚抽提样品中的脂肪后，蒸发除去溶剂，测得样品中脂肪的含量。

	公蟹肉	母蟹肉	公蟹黄	母蟹黄
脂肪 g/100g	0.41	0.4	10.58	15.59

实验结果：

模拟食用2只规格为150克/只(3两)的大闸蟹，预估可取出蛋白质100克，蟹黄25克计，其总热量(取最高值计算)为570千焦。而100克米饭热量为485千焦，相当于吃117克米饭。

实验2

检测大闸蟹中蟹黄、蟹肉的重金属含量，包括铅、铬、砷等元素。来看看“蟹黄重金属含量很高”这一说法是否可信。

重金属铅、铬、砷采用原子吸收法和原子荧光法，先将有机固态样品消解成无机液态，再用原子吸收仪和原子荧光光度计测定样品中的铅、铬、砷含量。

	公蟹肉	母蟹肉	公蟹黄	母蟹黄
铅 mg/kg	0.035	0.024	0.049	0.15
铬 mg/kg	0.095	0.138	0.101	0.093
砷 mg/kg	0.091	0.082	0.193	0.226

实验结果：

大闸蟹的蟹黄和蟹肉所含的重金属铅、铬、砷元素均低于国家标准限量。

砷有五价和三价之分，五价无毒，三价剧毒。谣言“螃蟹同水果一起吃，等于吃砒霜”其构思的原理是螃蟹中的五价砷会被维生素C还原成三价砷(砒霜)。以国家标准规定的0.5mg/kg限量，理论计算，当一次性吃上150公斤海鲜和十几斤水果，才可能出现毒性反应，况且人体内不具备此化学反应的条件。

温馨提醒

1. 食用2~3只规格为150克/只(3两)的大闸蟹所摄入的热量不会有效改变人体热量平衡。
2. 新鲜大闸蟹与水果一起食用不会引起食物中毒。
3. 虽说，不会中毒，但因为螃蟹为寒性食物，遇上寒性的水果，有可能导致肠胃不适，大家还是尽量不要同时入口食用。

记者 毛雷君 通讯员 石守江

金融系晚晴

兴业银行连续六年开展“敬老月”活动

尊老敬老是中华民族的传统美德，为弘扬孝老敬老传统，为老年人办实事、做好事、献爱心，兴业银行连续第六年在重阳节期间组织全行开展“敬老月”活动，组织全辖约两千家网点广泛开展走访慰问老年人活动和志愿服务、持续开展人口老龄化国情教育、健康讲座等，宣传普及老年健康政策和知识，提高老年人自我保健意识等。

作为养老金融领跑者，在每年重阳节开展“敬老月”宣传活动已经成为兴业银行养老金融服务的一项重要工作。“敬老月”期间，兴业银行创新利用“安愉老年学院”、“安愉人生俱乐部”等养老金融特色平台，为老年客户开展手机等智能设备使用培训，消除“数字鸿沟”，帮助老年客户更好适应移动互联网时代。

老年人作为特殊群体，兴业银行尤其关注老年人权益保护工作，针对老年人容易遭受不法侵害或遇到法律纠纷的情况，免费提供7×24小时法律顾问服务。在老年客户遇到法律问题时，可以通过客户服务热线得到专业律师的指导与帮助。“敬老月”期间，兴业银行还在线下组织开展了百余场“法律维权知识讲座”，设置了防范网络通信诈骗的专题内容，帮助老年人掌握防诈骗知识与技能，切实维护老年人的合法权益。

从2012年率先在国内推出养老金融品牌“安愉人生”以来，兴业银行持续深耕养老金融业务，针对老中青不同年龄群体的养老金融需求，不断开发可提供长期稳定收益、符合养老跨生命周期需求的差异

化金融产品，目前以“财富储备”为核心的客户拓展与维护体系基本建成，以“养老规划、权益平台”为支撑的养老金融生态场景日趋成熟，以社区银行阵地为老年客户打通金融服务“最后一公里”的战略支撑收效良好。到9月末，该行养老金融服务的老年客户超过1500万户，综合金融资产超过1.2万亿元。

兴业银行多元化、高品质的养老金融服务不仅受到了全国各地老年朋友的欢迎，也得到了权威机构的认可。2019年该行作为唯一一家商业银行，荣获中国养老金融50人论坛与新浪财经联合评选的“最佳养老金融机构奖”；在全国老龄办组织的“敬老文明号”评选活动中，兴业银行连续两届共有十三家分支机构获此殊荣，成为

获得该项荣誉最多的商业银行。

为积极应对人口老龄化，2019年11月党中央、国务院印发了《国家积极应对人口老龄化中长期规划》，从夯实社会财富储备，构建养老、孝老、敬老的社会环境等五个方面提出了具体工作要求。随着我国老龄化进程加快，加快发展养老金融，建立与老龄社会相匹配的现代化老龄金融体系已迫在眉睫。

“兴业银行将继续发挥养老金融专业优势，持续加大对养老金融的投入，协力共建敬老爱老金融生态，让老年人‘老有所乐’‘老有所养’‘老有所依’，努力成为国家夯实社会财富储备、应对人口老龄化的一支重要力量。”兴业银行养老金融中心负责人表示。

记者 包佳