



## 鳥インフルエンザ来襲 それでも家禽をたべますか？

新浪网 news.sina.com.cn 2013-04-08

10:10:50

新浪健康论坛

専門家は、「鳥インフルエンザウィルスの外部環境に対する抵抗力は概して強くはなく、高温や紫外線、各種消毒薬に対しては敏感で、容易に死滅する。ウィルスは **100 度** 中においては **1 分** で、**70 度** ならば数分で死滅する。ただし、鳥インフルエンザウィルスは、糞便中や鼻孔の分泌物中に含まれるウィルスのように自然環境の中に存在し、温度が低温多湿の条件下では比較的長時間存在し得る」と指摘している。

厨房においては、生ものと火の通ったものを分離し、鶏肉やガチョウ肉、アヒル肉を生や半熟状態では食べぬようにせねばならない。捌いて、鶏肉などの食物は徹底的に火を通し、特に半生状態の鶏卵は食べぬようにせねばならない。

### 栄養士が絶対に食べてはいけないという 8 種類の肉

#### 鶏の頭を食べてはいけない。

我が国の諺には「十年ものの鶏の頭はヒ素に勝つ」というのがある。なぜ鶏が歳をとればとるほど毒性が強くなるのか？ 医学専門家は、その原因を、鳥がついばむものの中に有害な重金属が含まれているからだと分析している。(宮本注：中国では、鶏の頭を客人に出し、客人はこれを食べます。私も食べた記憶があります)

#### 豚の首肉周りの結節は食べてはいけない

食用時には豚の首などの灰色や黄色、或いは暗赤色の肉のコブ状の部分、つまり結節と呼ばれるものには多くの病原菌やウィルスが含まれており、もし食用すると病気に感染しやすくなるからだ。

#### 鳥類の『テール』は食べてはならない

鶏やアヒル、ガチョウなどの鳥類の臀部上端にある長尾の部分は、学名『腔上囊（総排出腔囊・ファブリキウス囊）』と呼ばれるリンパ腺が集中する所であり、リンパ腺中のマクロファージは、病原菌やウィルスを食べ、発がん物質も食べてしまうが、分解できない。捌いて、鳥の「テール」は汚染物質の『倉庫』となっているのだ。(ぼんじりとか三角と呼ばれる鶏肉料理がありますが、安全性はどうなのでしょう？)

#### 鶏の首は食べてはならない

鶏の首、アヒルの首は皮を食べないこと、気管を食べないこと。この部分には大量のコレステロールが含まれており、この部分は食べぬようにするのが最良策だ。

#### 魚の『黒衣』、は食べてはならない

魚の腹腔両側には一層の黒い膜があるが、これは最も魚臭く、ドロ臭さの最も強い部分だ。ここには大量の脂質や溶菌素などの物質が含まれている。

#### 羊の『懸筋』

羊の『懸筋』（『蹄白珠』とも）は、一般には円球形や串粒状で、羊のひづめの中に発生する病変下一種の組織だ。

#### 獣畜の『三腺』は食べてはならない

豚や牛、羊などの動物の甲状腺や腎上腺（副腎のこと）、病変したリンパ腺は三つの『生理的有害器官』だ。

#### ウサギの『臭腺』は食べてはならない

外性器背面の両側被毛の裏にある白鼠径腺は、白鼠径腺の褐色と鼠径腺の褐色に極めて近く直腸両側壁上の直腸腺は、極めて生臭いので、もし食用時に除去しないとウサギ肉を飲み込むことはできない。

<http://eat.gd.sina.com.cn/news/2013-04-08/53348.html>

## Avian flu is coming, can you still eat poultry?

Sina.com news.sina.com.cn 2013-04-08

10:10:50 Sina Health Forum

Experts pointed out that the bird flu virus is not so resistant to the external environment, sensitive to high temperature, ultraviolet light, various disinfectants, and easily killed in general. The virus can be eliminated in one minute at 100 ° C and can be inactivated in a few minutes at 70 ° C. However, avian influenza viruses can survive in the natural environment, especially in cool and humid conditions, just like viruses in the feces and nasal secretions.

In the kitchen, you should separate the raw and cooked materials, and remember do not eat raw or half-cooked chicken, goose, duck, etc., therefore, you should thoroughly cook the chicken and other foods, especially never eat half-baked eggs.

## The nutritionist never eats following 8 kinds of meat.

### Do not eat Chicken heads

There is a proverb in China: Ten years of chicken head wins arsenic. What is the reason the older, the more toxic the chicken head becomes? Medical experts analyzed that the reason is that chickens will eat harmful heavy metals during foraging.

### Do not eat the meat of the pig's neck

When eating, it should be easy to remove gray, yellow or dark red meat, such as pork neck, which is called meat jujube, because these places contain many germs and viruses, and if eaten, they are susceptible to diseases.

### Do not eat Avian "tip wing"

Chicken, duck, goose and other parts of the upper end of the buttocks of the poultry, the scientific name "cavity capsule", is the place where the lymph glands are concentrated. Since macrophages in the lymph glands can swallow pathogens and viruses, even carcinogens can be swallowed, but they cannot be broken down. Therefore, the bird "tip wing" is a "warehouse" for hiding dirt.

### Do not eat Chicken neck

Do not eat skin of the chicken and/or duck neck, and do not eat the trachea. These contain a lot of high cholesterol, so it is best not to eat them.

### Do not eat "black" portion of Fishes

There is a layer of black film on both sides of the abdominal cavity of the fish. It is the most stinky and soily part, and contains a lot of lipids, lysozyme and other substances.

### Do not eat Sheep "suspension"

Sheep "suspension" (also known as "hoof white beads"), generally bead-shaped, squamous, is a kind of tissue in the sheep's hoof.

### Do not eat the animal's "three glands"

The pigs, cow and sheep's "thyroid gland", "adrenal gland", and "lymphatic gland" in animals are three kinds of "physiological harmful organs."

### Do not eat Rabbit's "smelly gland"

The white mouse parotid gland located under the skin on both sides of the back of the external genitalia, the brown color of the parotid gland of the white mouse next to the parotid gland of the mouse, and the rectal gland on both sides of the rectum. The taste is extremely stinky, and if it is not removed when eaten, it will make it difficult for rabbit meat to swallow.

..... 以下是中国語原文 .....

## 禽流感来袭 还能吃家禽吗

新浪网 news.sina.com.cn 2013-04-08

10:10:50

新浪健康论坛

---

专家指出，总的来说，禽流感病毒对外界环境的抵抗力不强，对高温、紫外线、各种消毒药敏感，容易被杀死。

病毒在 100℃中一分钟可以被消灭，70℃经几分钟即能被灭活。但是，禽流感病毒可在自然环境，尤其是凉爽和潮湿的条件下存活较长时间，如粪便中和鼻腔分泌物中的病毒。

在厨房中要将生熟分开，牢记不吃生的或半熟的鸡肉、鹅肉、鸭肉等，因此对鸡肉等食物应彻底煮熟，特别是注意不要吃半生不熟的鸡蛋。

### **营养师绝不吃这 8 种肉**

#### **鸡头不能吃。**

我国有句民谚：十年鸡头胜砒霜。为何鸡越老，鸡头毒性就越大呢？医学专家分析，其原因是鸡在啄食中会吃进有害的重金属物。

#### **猪脖子的肉疙瘩不能吃**

食用时应易除猪脖子等处灰色、黄色或暗红色的肉疙瘩，即称为肉枣的东西，因为这些地方含有很多病菌和病毒，若食用则易感染疾病。

#### **禽“尖翅”不能吃**

鸡、鸭、鹅等禽类屁股上端长尾羽的部位，学名“腔上囊”，是淋巴腺体集中的地方，因淋巴腺中的巨噬细胞可吞食病菌和病毒，即使是致癌物质也能吞食，但不能分解，故禽“尖翅”是个藏污纳垢的“仓库”。

#### **鸡脖不能吃**

鸡脖鸭脖不要吃皮，也不要吃到气管。这里面都含有大量的高胆固醇，所以最好不要吃这些部位。

#### **鱼“黑衣”不能吃**

鱼体腹腔两侧有一层黑色膜衣，是最腥臭、泥土味最浓的部位，含有大量的类脂质、溶菌酶等物质。

#### **羊“悬筋”**

羊“悬筋”(又称“蹄白珠”)，一般为圆珠形、串粒状，是羊蹄内发生病变的一种组织。

#### **畜“三腺”不能吃**

猪、牛、羊等动物体上的甲状腺、肾上腺、病变淋巴腺是三种“生理性有害器官”。

#### **兔“臭腺”不能吃**

位于外生殖器背面两侧皮下的白鼠蹊腺，紧挨着白鼠蹊腺的褐色鼠蹊腺的褐色和位于直肠两侧壁上的直肠腺，味极腥臭，食用时若不除去，则会使兔肉难以下咽。