

你的家 它们的家

——厨房是微生物聚居的重灾区

现代快报记者 白雁 插图 俞晓翔

家,是我们最熟悉的地方。斜躺坐卧、抠脚丫子、反穿内衣、放屁、打嗝,想干什么就干什么。咱的地盘咱做主,不用担心有人找碴!也不用担心有人抛白眼!

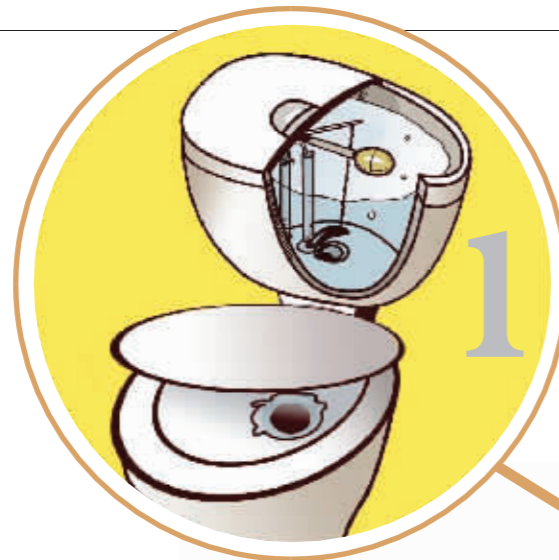
可是……你确定吗? 实话告诉你吧,从一进家门,你就会被盯上了。你站在门口脱鞋,脚下的垫子里,“脚癣君”在盯着你;去卫生间洗个手,毛巾架上的“粘质沙雷氏菌”在盯着你;去厨房弄点东西吃吧,砧板上的“沙门氏菌”从刀痕里探出脑袋看着你。吃完晚饭,想看电视放松一下? 恭喜! 遥控器上的“粪生君”已经等你一天了,正热烈盼望着与你手上的同类们会合……最后,当你把自己洗得“干干净净”扔上床时,不管你身边有没有人,你绝对都不孤独,因为,就在你的四周,甚至你的身体之内,还有无数“小家伙”在觊觎着你。可想而知,你不在家的时候,它们又是怎样“为所欲为”。

这些“小家伙”,有着一个共同的名字——微生物,相比你而言,它们才是这个家真正的主人。当然,通常情况下,家里的“人主人”和“微生物主人”总是相安无事。但

毕竟一山不容二虎,人和微生物的战争在所难免。幸运的是,在和微生物作战时,我们拥有强大的武器——免疫功能。

免疫系统是什么? 简单说,它是由免疫器官、淋巴器官、免疫相关细胞、免疫效应分子组成;其中,免疫器官指的是胸腺、骨髓和类囊器官、脾、淋巴结及各级淋巴细胞等。获得1984年诺贝尔医学奖的丹麦科学家尼尔斯·杰尼,曾将免疫系统比喻成一个巨大的交响乐团,所有成员在一起演奏,每个成员演奏各自不同的乐器,每个细胞只对那些它能够对付的入侵者发生反应。免疫系统通过令人吃惊的“克隆技术”不断改变自己,以应付出现的任何入侵者。而在身体不需要它们时,它们就自动关闭。

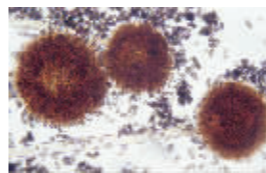
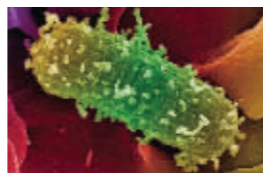
不过,我们的免疫系统并非百战百胜。那些隐藏在家中角落里的微生物们,正在抓住一切机会拼命繁衍生息,时刻准备攻陷我们。它们如何繁衍生息? 如何攻击我们? 我们又该如何牢牢控制住它们? 请看——它们的真面目。



1 卫生间是家里最潮湿的地方,最容易滋生各种霉菌。另外,卫生间也是粪生菌的天下。

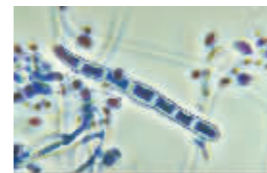
马桶坐垫、冲水按钮

很多人一定认为马桶是卫生间最脏的地方,马桶到底有多脏呢? 检测表明,马桶内外,包括坐便器、冲水按钮上,确实有不少以大肠杆菌(如图)为代表的粪生菌。不过,在马桶坐垫、洗手台和地面的大肠杆菌并不多。检测结果显示,在马桶坐垫上的每平方米只有七八个细菌。倒是马桶冲水按钮表面有不少粪生菌。



瓷砖表面、瓷砖缝

浴缸、瓷砖表面和瓷砖缝里,常常会有黑色和暗绿色的东西,黑色的是黑曲霉菌(如图),暗绿色的是毛霉菌。黑曲霉菌是曲霉菌的一种。曲霉菌是青霉菌的近亲,人大量吸入曲霉菌孢子,会引发呼吸系统感染,严重的话,可能危及生命。毛霉菌如果调皮起来,对人的危害和曲霉菌是一样的。



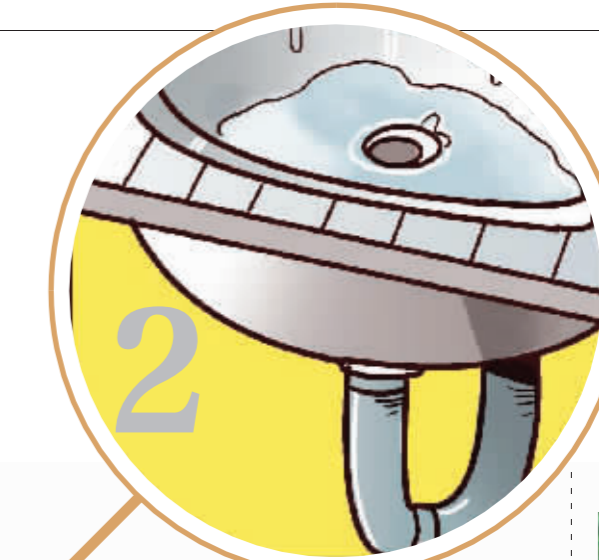
淋浴房

“烂脚丫”是典型的真菌感染,罪魁祸首就是发癣菌(如图)。这种真菌最擅长侵袭人体并长期居留。感染了发癣菌的双脚,只要站在淋浴房的地板上,就会把发癣菌留在那里。所以家中如果有人烂脚丫,淋浴房地面上的水一定要及时清理干净。毛巾也要分开用。



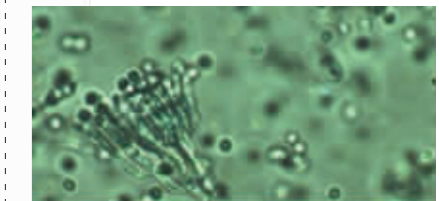
马桶水线附近

马桶水线附近和卫浴配件表面,常会看到粉红色的东西,这种东西叫做黏质沙雷氏菌(如图)。黏质沙雷氏菌喜欢水环境,平常无害,但它可能借助马桶内的营养物质疯狂生长,一旦感染人体,就会很危险。尿道、伤口、肺部,都会成为它发威的地方。



厨房是家中肮脏的地方,丰富的食物为微生物们提供生长的天堂。在这里活跃着青霉菌和沙门氏菌等菌群。

面包、水果



青霉菌(如图)因为能制造青霉素而名声大噪,堪称霉菌界的超级巨星。青霉素被发现后不久,便在第二次世界大战中发挥了重要作用。当时,美军战场上的伤兵都以这种新药来治疗感染,效果非常好,而轴心国部队却因补给不足,伤兵感染致死率较高。因此,青霉素也被视为扭转20世纪40年代历史进程的关键因素之一。青霉菌在室温和较低温环境下生长,嗜好各式各样的食物,包括面包和水果。它的菌落肉眼可以看见,颜色从蓝绿、淡灰到黄绿色都有。

肉类、鱼类



沙门氏菌(如图)和弯曲菌也常在厨房现身,但它们比较“重口味”,主要来源于各种肉类。沙门氏菌不是很喜欢水环境,但在水中可以生存23周,在冰箱中可生存3-4个月。沙门氏菌在20℃以上就会大量繁殖,在37℃则达到顶峰。

沙门氏菌在自然环境的粪便中可存活1-2个月,如果带菌者的粪便污染食品,可使人发生食物中毒。据统计在世界各国的种类细菌性食物中毒中,沙门氏菌引起的食物中毒常列榜首。

弯曲菌感染,会引起急性细菌性肠炎,人会出现发热、腹痛、腹泻、血便等症状。如果是孕妇发生感染,严重的话,可能引起早产、死胎或新生儿败血症等。

水池、砧板、排水管

蔬菜和肉类的加工过程往往是这样的:在水池里洗干净,放上砧板切好,下锅炒。前面两个环节,都会沾染上潜在的病原体。水池比较好清理,用热水冲洗或者用洗涤剂清洗就有很好的效果。但砧板的清洗却是老大难。

砧板上会有刀痕,刀痕是微生物藏身的好地方。特别是缝隙里如果有油脂,就更为微生物构成一道潮湿温暖的天然屏障。相比塑料砧板,微生物更喜欢木质砧板,因为木料有很多空隙,容易吸水,有助于微生物在砧板内部更隐蔽地生存。想要砧板保持清洁,最好的办法就是让它保持干爽。当然,如果你的砧板上已经布满密密麻麻而且很深的刀痕,那么,还是换一个吧。

水池下面的排水管,特别适合那些喜欢低氧、高养分环境的菌群。它们大量聚集后,会发出刺鼻的臭味。解决的办法就是,打开水龙头排水,同时也可以倒些洗涤剂。

抹布、清洁海绵

抹布和清洁海绵是厨房里的“高级黑”。它们貌似勤劳,但它们其实“走”到哪里祸害到哪里。研究发现,家用海绵有60%~70%饱受粪生大肠菌群污染,每块5cm×5cm大小的海绵里包含约3000万个细菌。所以,清洗海绵,光放在水里泡泡是绝对不够的,可以放进沸水煮5分钟,或者放进微波炉加热1到3分钟。当然,最好的办法,把用了两周的海绵丢进垃圾桶,换新的。



5 阳台是家中相对暴露的地方,在被侵蚀的墙上,有大量葡萄穗霉菌。

墙体



长期的雨水侵蚀,会在阳台附近的墙体表面留下黑色的印记,严重的,还会渗入墙体内部。在被侵蚀的墙上,有大量葡萄穗霉菌(如图)。这种霉菌俗称“黑霉菌”或者“毒霉菌”,会释放出一种霉菌毒素,随空气飘散,导致严重呼吸系统不适和过敏反应。除了阳台附近的墙壁,和上层住户相接的墙体,有时也会因为楼上住

户的疏忽而渗水。住在墙体长期渗水发霉的房间里,不仅患支气管炎和咽炎的风险大,还可能产生花粉热和哮喘等病症,免疫力弱的人还可能因此感染。头疼、发烧和皮肤或黏膜发炎等现象也有可能出现。

现在,很多新房里也大量存在黑霉菌。新房墙体内部的湿气蒸发掉需要1至2年的时间,但由于很多人急于装修,嵌入墙壁的家具和壁纸、地毯等覆盖物,将潮气封闭起来,就为黑霉菌创造了最佳的生存环境。

而霉菌一旦在房间内滋生就很难自行消失。在霉菌不太严重的情况下,可以用酒精洗刷墙壁。清洗时和清洗后都要注意通风。



4 客厅里的微生物相比厨房和卫生间要少。它们主要藏身客厅的木制家具和木地板,以及墙壁上。

家具、地板



客厅木地板和木质家具中,藏有大量木材微生物。其中,真菌对木材的破坏力最大。通常存活在木质家具中的真菌主要有表面污染菌、变色菌、软腐菌和木腐菌(如图)。

表面污染菌出现在家具表面,看上去是一片片黑色或淡绿色的霉斑。如果客厅温暖

潮湿,这些霉斑会迅速发展,但它们不会腐蚀到木材内部。变色菌会引起木材边缘变色。软腐菌会分解木材中的纤维素,引起木材表面变软。

真正对家具造成致命危害的,是木腐菌。木腐菌以木材细胞壁为养料,它会分泌一种酶,把木材的细胞壁溶解成一个洞,然后再进入另一个木材细胞。最后,木材的细胞变得千疮百孔,木材也就彻底腐朽。如果房间的温度长期保持在25~30摄氏度,而且足够潮湿,木材微生物就会毫不犹豫地干掉你的家具。所以,如果你的家具上长出蘑菇来,千万别吃,它其实就是木腐菌。

卧室是家中最私密的地方,这里也隐藏着一些你不容易发现的微生物。

皮夹子

比如,你睡觉前放在床头的皮夹子。美国的微生物学家曾检测过一美元的纸币,发现多数纸币上都含有各式各样的细菌,例如,金黄色葡萄球菌、链球菌、沙门氏菌、大肠杆菌等。有时,纸币上还可能含有病毒。

你一定想到卧室中还有螨虫,它有个专有名字叫屋尘螨,属于蜘蛛纲动物,虽然只有0.1~0.5mm大小,但它不属于微生物。

储藏间



储藏间存在着大量以黄曲霉菌(如图)为代表的霉菌。黄曲霉菌是曲霉菌家族的成员之一,数据显示,肝癌与摄入这种霉菌有关。在布满灰尘的储藏间里,常常充满这种细菌。所以,建议打开储藏间的时候,最好戴上口罩,把嘴巴和鼻子盖起来,避免吸入大量的黄曲霉菌孢子。