



市民在超市内选购新菜板，替换家中的旧菜板。

记者 吴春霖 文/图

在健康意识日益增强的今天,人们越来越关注日常生活中的细节。作为厨房中不可或缺的工具,菜板的安全性和材质选择显得尤为重要。近日,一则“河南女子切开使用多年的菜板发现内部严重霉变”的报道,引发了网友对厨房卫生的热议。菜板虽然是家家户户必备的生活用品,却可能潜藏着诸多隐患,而这些隐患往往容易被忽视。针对这一现象,记者对银川市市民家中的菜板使用情况进行了调查。

“超龄服役”隐患多 健康风险不容忽视

菜板是厨房中不可或缺的用具,往往一用就是数年。然而,它同时也是厨房里最容易藏污纳垢的物品之一。由于长期处于潮湿状态,菜板极易发霉、长斑甚至变黑,成为细菌和寄生虫滋生的温床。

市民文女士告诉记者,她家平时比较注意厨房卫生,各类厨具都会定期清洗。上个月,她更换了一块新的檀木菜板,刀感特别好,做菜时心情都跟着变好了。“我们之前用的旧菜板也是木质的,用了快两年,表面有些发黑,应该是霉变了。虽然平时注意清洁,但总担心影响健康,所以换了新菜板。”文女士表示,发霉的菜板尝试过多种方法都无法彻底清洗干净,只能更换。她建议,如果发现菜板发黑,最好及时更换,毕竟健康最重要。“一般来说,菜板的使用寿命在一年半到两年左右,具体还要看使用频率和保养情况。”文女士说。

记者走访了20位市民,发现80%的家庭使用木质或竹制菜板,少数家庭使用不锈钢、树脂或硅胶菜板。木质菜板因切感好、密度高、韧性强,适合处理各类食材,深受欢迎。但也有市民反映,木质菜板容易开裂,劣质产品还可能产生异味。

竹制菜板坚韧耐磨、吸水性低、不易发霉,价格也相对亲民。不过,

一些拼接竹制菜板因使用化学胶粘合,存在一定安全隐患,受访者对此表示担忧。树脂和硅胶菜板轻便、不易发霉开裂,但长期使用容易出现划痕、掉屑和变形问题。质地粗糙的树脂菜板产生的碎屑可能随食物进入人体,影响健康。极少家庭使用不锈钢菜板,虽然不会发霉、开裂,清洗方便,但切菜时噪音大,对刀具磨损较严重。

调查发现,90%的家庭菜板使用年限超过3年,最长的达10年之久。只有40%的家庭能做到生熟菜板分开使用,多数家庭因空间限制或使用习惯,只用一块菜板处理所有食材。在日常清洁方面,80%的市民用洗洁精和水清洗菜板,但部分人清洗后没有彻底擦干,导致菜板长期潮湿,容易滋生细菌。在消毒频率上,仅20%的家庭会定期消毒菜板,主要采用开水烫或阳光暴晒的方式。然而,开水烫难以彻底杀菌,阳光暴晒又可能导致菜板变形。

此外,50%的家庭在菜板出现明显损坏(如开裂、发霉)时才更换,平均更换周期为2到3年。60%的家庭表示不清楚菜板的更换标准,只要还能使用就不会更换。这种观念导致一些细菌滋生的菜板仍在继续使用。

超九成家庭菜板“超期服役” 仅四成家庭做到生熟菜板分开使用 警惕菜板变成“霉菌窝”出现这三种情况请立马换



各类材质的菜板琳琅满目。

霉变菜板或含强致癌物 生熟混用风险高

银川市第一人民医院医生路宁表示,菜板每天接触各种食材,如生肉、蔬菜、海鲜等,这些食材表面往往携带大量细菌、寄生虫卵和病毒。在菜板上切割生肉时,大肠杆菌、沙门氏菌、金黄色葡萄球菌等有害菌会残留在菜板表面的细微划痕中。即便简单冲洗,也难以彻底清除这些病菌。如果继续使用同一块菜板切配熟食,病菌就可能污染熟食,一旦被人体摄入,容易引发肠胃炎、食物中毒等疾病,出现呕吐、腹泻、腹痛等症状,严重威胁健康。

此前有媒体报道,河南一名女子劈开家中使用多年的菜板,发现内部布满霉斑,检测结果显示这些霉斑含有强致癌物黄曲霉素。对此,一位食品行业业内人士解释,黄曲霉素本身肉眼不可见,它是由黄

曲霉菌在特定温湿度和营养条件下产生的毒素,是一种微观化学物质。人们看到的只是霉变痕迹,而非毒素本身。此外,即便发现霉斑,也不能确定就是黄曲霉菌。厨房菜板常见的霉菌种类很多,如青霉、黑曲霉、木霉等,真正能产生黄曲霉素的霉菌也需要特定环境才会生成毒素。仅凭霉变颜色或形态就断定“黄曲霉素满布”并不科学。但无论如何,建议定期更换菜板,尤其是发现表面出现难以清除的污渍或霉斑时。

据了解,黄曲霉产生的黄曲霉毒素是一种强致癌物,长期摄入可能增加患肝癌等疾病的风险。青霉等霉菌也可能引起呼吸道过敏、肠道感染等问题,对免疫力较弱的老人、儿童和孕妇危害更大。

竹木菜板最畅销,但这类材质暗藏“拼接隐患”

市面上销售的菜板主要有哪些材质呢?6月22日,记者在新华百货超市CCpark店走访发现,该超市销售的菜板主要为木质和竹制两类。其中竹制菜板价格相对较低,售价在49元至79元不等;木质菜板则包括红樱桃木、乌檀木、桃花心木等材质,价格在149元至199元之间。

超市工作人员介绍,竹木菜板因价格适中且不易起屑,最受消费者欢迎。其他木质菜板具有防霉抗菌、耐刮性强、回震小等特点,部分采用进口木料,在耐用性和卫生性方面表现更佳。记者注意到,超市销售的菜板均提供1年内开裂免费退换服务,质保期长达5年。

正在购物的赵女士表示:“我家的竹制菜板已经用了3年,至今没有出现霉斑。我们一般要等到菜板损坏才会更换。”

超市销售人员告诉记者,不同材质菜板各有优劣。木质菜板韧性好、不伤刀,但吸水性强,易滋生细菌霉菌;竹制菜板硬度高、不易变形,相对抗菌,如果不是整竹菜板,拼接处可能藏污纳垢;塑料、树脂菜板轻便、易清洁,但不耐高温,质量差的可能释放有害物质;硅胶菜板柔软、抗菌防霉,但切感欠佳。

销售人员特别提醒消费者,选购菜板时应避免陷入“越厚越好”“颜色越浅越干净”等误区。实际上,菜板厚度适中

即可,过厚反而不易清洗晾干;颜色与卫生状况无关,关键要看材质和制作工艺。建议通过正规渠道购买具有质量认证的产品。

专业人士建议,每个家庭最好准备2块菜板:一块专门处理生食(如生肉、生鱼、未清洗的蔬菜),另一块专用于熟食或即食食品(如熟肉、水果、凉菜等)。这种做法能有效防止沙门氏菌、寄生虫等污染源交叉感染。如果条件有限只能使用一块菜板,务必注意使用顺序和清洁方式:建议按照“先切蔬菜,再切肉类”的顺序操作,并在每次使用后彻底清洁晾干,最大限度降低细菌和霉菌滋生的风险。

警惕“整竹”噱头 选购菜板必看的3个官方提醒

银川市市场监督管理局工作人员特别提醒,当菜板出现以下情况时应及时更换:一是出现裂缝,容易藏污纳垢滋生细菌,即使修补也难以彻底清洁;二是颜色变得暗沉、发黄或出现黑斑,表明已被细菌霉菌侵蚀;三是使用时间过长导致变形,影响使用且不易清洁。即使菜板表面无明显问题,使用超过1到2年也建议更换,具体可根据实际使用情况来判断。对于竹制菜板,要特别关注表面状况,如出现开裂、刀痕过深、表面磨

损严重等情况,应当尽快更换。在选购竹木菜板时,消费者应选择正规渠道购买,注意查看产品是否标有品牌型号、生产厂家和警示说明。不要购买“三无”产品,选购时要仔细检查,避免选择有异味的菜板。需要特别注意的是,商家宣传的“整竹菜板”并非真正意义上的整块竹板,大多是由多块竹板拼接而成。所谓的“零胶水零拼接”往往仅指表面处理,其内部和端面仍需使用胶水拼接。

从日常清洗到深度消毒,这样做最安全

日常清洁:

- 1.每次使用后要用洗洁精和热水彻底清洗,去除食物残渣
- 2.清水冲洗干净后竖放晾干,避免积水

深度清洁:

- 1.每周至少一次用温盐水浸泡15~20分钟,再用刷子刷洗杀菌除味
- 2.可用白醋或柠檬汁擦拭消毒并去除异味
- 3.轻微霉变可用小苏打糊状物涂抹霉斑处,静置10~15分钟后刷洗

使用注意事项:

- 1.严重霉变的菜板建议及时更换
- 2.所有菜板使用后都应清洁干净,置于通风阴凉处晾干
- 3.新菜板首次使用前建议用浓盐水浸泡1天,晾干后涂抹食用油防裂

超市打折促销活动现场,吸引市民购买菜板。

