

## **4 bộ phận của rau củ quả chứa đầy độc tố phá hủy nội tạng**

### **1. Lá và hoa cà tím**

Nhiều người tận dụng phần cuốn phía trên, lá hoặc hoa của loại cây này để trang trí kèm hay nấu chung. Nhưng sự ít người biết được trong lá và hoa của cây cà tím có chứa một loại chất độc có tên solanin dễ gây tử vong.

### **2. Lá cà chua**

Cà chua, một loài có quan hệ họ hàng với khoai tây, cũng thuộc một nhánh khác của các cây họ Cà. Cà chua đã từng là loài thực vật gây nỗi sợ hãi ở châu Âu trong vòng hơn 200 năm sau khi được đưa từ Mỹ sang và chỉ được sử dụng với mục đích trang trí mãi cho tới những năm 1800.

Lá cà chua có chứa một lượng nhỏ solanin và tomatin có thể gây rối loạn tiêu hóa nếu ăn quá nhiều một lúc (liều tối thiểu để gây tử vong vào khoảng hơn 450 gram).

### **3. Mầm khoai tây**

Khoai tây mọc mầm có chứa solanine – một loại glyco-alkaloid đắng và độc, độc gấp 50 lần hàm lượng khoai tây bình thường, vượt xa tiêu chuẩn an toàn cho phép. Chất độc này sẽ tập trung ở phần châm mầm, ở lớp vỏ xanh phía ngoài làm cho khoai tây bị đắng và độc tới mức không dùng được. Nếu ăn phải sẽ có những triệu chứng như khô rát họng, chóng mặt, buồn nôn, đau bụng tiêu chảy, viêm dạ dày cấp... Nếu nghiêm trọng còn có triệu chứng sốt, khó thở, co giật..., phải kịp thời đến bệnh viện để tránh nguy hiểm tính mạng.

### **4. Hạt táo**

Có vẻ lạ nhưng đây quả là sự thật với những ai chưa từng nghe đến thông tin này. Trong hạt táo có chứa các chất độc cyanid. Cụ thể hơn, chúng có chứa amygdalin, một chất có thể giải phóng cyanid khi tiếp xúc với các enzyme tiêu hóa của đường ruột.

Tuy nhiên, không phải ăn vào là trúng độc ngay, vì hạt táo có lớp vỏ ngoài rất dày giúp ngăn cản hiện tượng này xảy ra. Nếu lỡ nhai nát hạt và nuốt vào trong bụng thì chắc cũng đoán được kết quả rồi đúng không nào.