

Cà pháo có thể gây ngộ độc

Trong cuộc sống hàng ngày, cà pháo thường được dùng để nấu, muối, luộc... trong bữa ăn của nhiều gia đình. Đặc biệt, cà muối là món ăn được ưa thích trong những ngày hè. Tuy nhiên, nếu ăn nhiều cà, đặc biệt là cà sống, cà muối xối có thể bị nhức mắt, buồn nôn, tiêu chảy do ngộ độc solanin.

Thông thường, cà pháo có hoa trắng, tuy nhiên hiện nay ngành công nghệ sinh học rất phát triển nên có rất nhiều loại cà khác nhau như cà hoa vàng, hoa trắng, hoa tím.

Trong thân, lá, hoa và quả cà pháo có chứa một ít chất độc. Loài cà nào có vị đắng nhiều tức là chất độc càng cao. Chất độc trong cà thường được biết tới là các alkaloids. Ngoài ra, cà pháo còn có một lượng solanin độc. Quả cà chưa chín có lượng solanin cao hơn nhiều so với quả chín. Chất solanin trong cà được xác định giống như chất độc trong mầm xanh hoặc phần xanh ở củ khoai tây.

Solanin rất độc, thậm chí với hàm lượng rất nhỏ. Ngộ độc solanin chủ yếu gây rối loạn tiêu hóa và thần kinh. Triệu chứng bao gồm buồn nôn, tiêu chảy, đau rút ở dạ dày, khô rát cổ họng, đau đầu và chóng mặt, ảo giác, mất cảm giác, tình trạng tê liệt, sốt, bệnh vàng da, giãn đồng tử và giảm thân nhiệt.

Ở hàm lượng lớn, ngộ độc solanin có thể gây tử vong. Có nghiên cứu cho rằng liều lượng từ 2 đến 5mg/kg thể trọng có thể gây triệu chứng ngộ độc và liều lượng từ 3 - 6mg/kg thể trọng có thể nguy hiểm đến tính mạng. Triệu chứng thường xuất hiện trong vòng 8 - 12 giờ sau khi tiêu thụ thức ăn, nhưng cũng có thể diễn ra trong vòng 30 phút khi ăn thức ăn có hàm lượng solanin cao.

Trong cà pháo tươi, hàm lượng solanin cao gấp 5 - 10 lần so với mức an toàn. Vì thế, ăn nhiều cà pháo tươi dễ bị ngộ độc. Khi nấu chín hoặc muối chua, chất độc trong quả cà sẽ giảm đi. Chính vì vậy, không nên ăn cà sống, cà muối xối.

Kinh nghiệm dân gian cho thấy, khi cơ thể vừa mới khỏi bệnh, hoặc đang bị bệnh (cảm, tiêu chảy...), nếu ăn cà, bệnh sẽ nặng hơn. Chính vì vậy, người vừa mới ốm dậy, phụ nữ mang thai và phụ nữ sau sinh cần lưu ý khi ăn cà pháo. Phụ nữ sau khi sinh nếu ăn nhiều cà pháo muối sẽ gây bất lợi cho việc tạo sữa. Cả mẹ lẫn con có thể bị ho, khí huyết không thông, có thể gây nhức mắt.

Thận trọng khi phối hợp với các thức ăn hàn, nên ăn kèm các gia vị có tính ôn như: tỏi, ớt, sả... Người bị bệnh tăng nhãn áp không dùng.