

健康福建  
科普先行福建省卫健委  
海峡都市报社 联合出品N海都记者  
林宝珍甲流持续高峰,现在接种流感疫苗还来得及吗?  
省疾控中心专家答复来了

最近“甲流”流行季到来,相关话题多次冲上热搜,引起众多网友关注。那么,目前我省甲流流行情况如何?如果去年秋冬没有接种疫苗,现在有必要去补接种吗?对大家关心的话题,海都记者采访了福建省疾病预防控制中心的相关专家。

## 冬春季是流感高峰,我省也监测到甲流传播

“每年的冬春季是流感高峰季,也就是说,近期甲流疫情抬头是正常现象。”省疾控中心应急所所长欧剑鸣主任医师介绍,过去三年的新冠防控措施,在防控新冠的同时,也预防了流感的传播流行,这也使得全人群对流感的免疫力有所下降,为流

的流行提供了“有利”条件。近期,我省也监测到甲型H1N1流感病毒在人群中传播,学校和医院发热门诊的患者有所增加。

欧所长表示,相对来说,北方冬春季流感比南方明显,而我们南方除了冬春季流行,一般还会有个夏季流感高峰,就像去

年夏季我省曾流行一波流感一样。因此,广大市民要做好个人防护,预防季节性流感。

“防‘新冠’的方式也适合预防流感。”欧剑鸣说,在流感季,尽量少去人员密集地方,出门戴口罩、勤洗手,家居多通风,还建议及时接种流感疫苗。

## 去年6月1日后未接种疫苗的,可就近接种

不少市民问,现在接种流感疫苗还来得及吗?对此,省疾控中心免疫规划所副所长蔡志坤主任医师介绍,流感病毒抗原性易变,传播迅速,每年可引起季节性流行,在学校、托幼机构和养老院等人群聚集的场所可暴发疫情。全

人群对流感普遍易感,孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群感染流感后危害更为严重。

根据监测结果,近期我省流感病毒检测阳性率持续上升,以甲型中H1N1亚型为主,伴有少量H3N2亚型,

目前市场上供应的流感疫苗,不论是三价流感疫苗,还是四价流感疫苗,与当前流感流行株的匹配度较高,均能有效预防流感。建议2022年6月1日后,尚未接种流感疫苗的,可就近就便前往接种点接种流感疫苗。

## 流感可有严重并发症,高危人群应及时治疗

专家表示,流感一般表现为急性起病、发热(部分病例可出现高热,达39~40℃),伴畏寒,寒战,头痛,肌肉、关节酸痛,极度乏力,食欲减退等全身症状,常有咽痛、咳嗽症状,可有鼻塞、流涕症状。主要通

过流感患者和隐性感染者的呼吸道分泌物飞沫传播,也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。常见潜伏期为1—4天(平均2天)。

免疫力较低的人,感染后若不及时治疗,除了常见症状

外,还有可能合并严重的并发症,如肺炎、心肌炎、脑膜炎等,甚至死亡。孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群,一旦出现发热、寒战、腹泻、呕吐等流感症状,一定要及时前往医院进行治疗。

□“生腌熟醉出圈 能放心吃吗?”追踪

## 福州人到底爱不爱吃生腌?

生腌市场行情如何,是否已成为餐饮店铺的流量密码,海都记者走访了解

如今,打开各大短视频平台,经常能看到一些生腌海鲜的视频,美食博主们都在不遗余力地宣传生腌的鲜和美,这也让不少市民蠢蠢欲动,想要尝鲜。

3月10日,海都报报道了《生腌熟醉出圈 能放心吃吗?》(详见A08版),引发网友热议。那么,福州的生腌市场行情到底如何?生腌是否已然成为餐饮店铺的流量密码?记者在走访过程中发现,以生腌海鲜为主打菜的餐饮店,有走大众路线的平价店铺,也有走中高端路线的精品餐厅。

N海都记者 罗丹凌  
实习生 周婉怡 文/图

## 市场 有高端餐厅也有平价店铺,没有统一的行业标准

生腌,指把鱼、虾、蟹等海鲜或河鲜,用酒、姜、蒜等调料腌制,腌好后不再进一步加工,直接生食。

大众点评数据显示,福州五城区共有170多家餐饮店(不含外卖)有售卖生腌海鲜产品,其中以生腌海鲜为主打菜的餐饮店有23家,有走大众路线的平价店铺,也有走中高端路线的精品餐厅。记者发现生腌销量最高的三家店,半年销量在700单至1100单之间。

记者发现,在上述170多家餐饮店中,售卖的也不仅仅是潮汕生腌,还有闽系(宁德)生腌,口味偏酸甜;韩式生腌,口感香辣;泰式生腌,又酸又辣……每个菜系的生腌产品制作方式

都不同,腌制时间也不同,没有统一的行业标准。

有市民注意到,上个月,鼓楼区华屏路有一家名叫“尚兴 潮州鱼仔档”的餐厅开业,其中就有售卖生腌海鲜产品。这家店与喜悦楼、松月、辣皇朝等餐厅、酒楼同属于福建悦港琴湾餐饮管理有限公司。

与同公司的其他餐厅相比,“尚兴 潮州鱼仔档”是首家成体系地引入潮汕生腌的餐厅。据悦港琴湾餐饮管理有限公司负责人林圣介绍,餐厅里每种海鲜的腌制时间不同,但正常情况下都要腌一天,确保食材入味。在销量方面,虽然不少进店的顾客都会下单生腌海鲜产品,但目

前餐厅仍在试营业阶段,很难明确具体的生腌销量。但林圣认为,福州的生腌市场并不会很庞大,毕竟生腌还是比较“考验”消费者的肠胃的。

林圣表示,之所以引入生腌海鲜产品,是因为这家餐厅售卖潮汕菜,而潮汕生腌是作为菜系的搭配来使用的。

3月11日晚7时许,记者也来到“尚兴 潮州鱼仔档”。正值周末,餐厅的大厅上座率约30%。记者随机采访了部分顾客。市民吴先生表示,虽然他看到其他桌的客人都有点生腌,但他并没有下单,因为觉得价格偏高,会比别的餐厅高出百分之二十左右。

市民王先生一家则点了生腌虾和生腌蟹。他说:“确实很多顾客都会点生腌,我也点了。但我吃完觉得生腌也就那样,没有给我一种很惊艳的感觉。”

记者也在大众点评上搜索得知,“尚兴 潮州鱼仔档”的人均消费为345元,走的是中高端路线。

而大众点评销量排名较为靠前的醉壳·闽东生腌的人均消费为119元,半年销量为689单。相关负责人也介绍,潮汕生腌的腌制时间往往比较长,口味偏咸。而闽东(宁德)生腌的腌制时间较短,以生腌皮皮虾为例,一般只腌制半小时至一小时,价格为89元/200克。



华屏路一家引入潮汕生腌的餐厅

## □提醒

吃生腌拉肚子  
或面临维权难

据福州市餐饮烹饪行业协会黄履冰会长介绍,目前福州市场上并没有生腌制作的统一标准,各餐饮店都是按照自己的方式来制作、加工生腌。由于生腌并未经过加热加工,只是将虾、蟹、血蚶、蚶、花甲等海鲜,辅以蒜头、香菜、辣椒、酱油、白酒等调料腌制数小时后生吃,可能存在多种致病菌甚至寄生虫,因此不建议市民乱吃生腌,还是管住嘴为好。

黄履冰会长还表示,若市民实在想生吃,也应通过以下方式来控制风险。首先,尽量不选河鲜。淡水水产的寄生虫、病菌感染风险比海鲜更大。如果想生吃,尽量通过靠谱的渠道购买深海鱼。买回后可以先在零下20℃冷冻48小时,有助杀灭海水鱼中的异尖线虫,吃起来会更安全。其次,从正规渠道购买海鲜。市民应尽量到大型超市等可信用高、信誉好的购物场所购买,其安全性更有保证。最后,关注海洋安全,建议市民食用前应对附近海域海鲜安全情况

加以关注,避免在寄生虫或者病菌高感染时期购买。如果经常生食海鲜,应定期到医院排查有没有寄生虫感染。

记者也从福州市市场监督管理局了解到,目前,市民吃生腌拉肚子、进医院面临着维权难的情况,因为很难有证据证明是食物中毒。一般而言,判断食品是否安全的方法有两种,一是将店家留样的食品送往专业检测机构检测,看看是否存在问题。二是查看其他共同进餐的消费者,是否也出现了身体不适。

“由于找不到明确证据,在多数情况下,市民吃生腌拉肚子、进医院,都只能按照消费纠纷来处理,无法按照食品安全的相关法则来处罚。”福州市市场监督管理局相关工作人员表示,拉肚子还算小事,若寄生虫感染,更是得不偿失。

据福建省第三人民医院营养师陈慧云介绍,未经热加工的食物可能携带多种致病菌,这些致病菌进入肠道后就容易引起腹泻、腹痛,严重者甚至进医院。

## 美食博主爱发生腌视频,多与流量有关

生腌之所以会火,除了本身味道鲜美之外,还和网络不少美食博主的推荐、影响有关。那么,为什么很多美食博主都爱做生腌探店或生腌制作的视频呢?

“爱干饭的Haliver”是一名福州美食博主,常常拍摄美食探店视频,有1.7万粉丝。他认为,美食博

主爱做生腌有关的视频,与流量有关。很多人并没有吃过生腌,生腌视频一旦发布,很多人就会出于好奇心去点击观看。更重要的是,生腌是全国的餐饮热点。美食博主发布生腌视频后,平台也会给予一定的流量支持。

针对福州的生腌市场,“爱干饭的Haliver”也

发表了自己的看法。他认为,生腌在福州是能够流行的。其一,福州各餐饮店有着不错的营销手段,靠宣传食材的新鲜与酱汁的独特性,吸引了一批顾客来尝鲜。其二,福州也有自己的生腌文化。比如醉血蚶,就是不少福州人爱吃的菜,经常在年夜饭的清单中出现。因此,福

州人也比其他地区的人更容易接受生腌海鲜。

不过,“爱干饭的Haliver”也表示,出挑的网红美食年年都有,但来得快、去得也快。各餐饮店只有在把握“味道”“创新”的双前提下,生腌海鲜产品才能持续畅销。单靠美食博主来引流,不是长久的经营之计。