

# 用不用公筷到底有啥区别？实验结果令人震惊

新华社

“公筷公勺”倡议，如今已成为饮食文化的热点话题之一。那么，使用公筷公勺究竟有多必要？

近日，杭州市疾控中心健康危害因素监测所和检验中心的专家们为此专门进行了一场实验，测试使用公筷和不使用公筷用餐后的细菌对比，实验结果令人震惊。

## 分别使用“公筷”和“非公筷” 菌落总数最大相差250倍



这个实验小组由11名疾控专家组成，实验地点在一家餐馆，点的几道菜分别是凉拌黄瓜、盐水虾、干锅茶树菇、炒芦笋、咸菜八爪鱼和香辣牛蛙等。

每道菜都分成两份，一盘使用公筷，一盘不使用公筷，并提前进行了取样保存。

为了保证科学性，11名参与人员都经过培训，使用公筷和不使用公筷的两组菜，必须交替着吃。最后每个菜都至少留下25克，用来第二次取样。经过小心翼翼严格无菌操作采样后，放入无菌样品袋并迅速存放到采样箱冷藏。

用餐完毕完成取样之后，采集的样本通过冷链运到实验室。

经过48小时的培育，实验结果显示：对比“公筷”和“非公筷”两组菜品剩余部分的菌落总数，“非公筷”那一组菌落总数，全部高于“公筷”那一组！

更令人意想不到的是，菌落总数竟然相差那么多倍！

菜名	结果 (cfu/g)		
	餐前	餐后	
		公筷	非公筷
凉拌黄瓜	14000	16000	45000
盐水虾	160	150	220
干锅茶树菇	1100	4600	79000
炒芦笋	30	30	530
咸菜八爪鱼	60	20	5000
香辣牛蛙	60	150	560
			130

凉拌黄瓜——“非公筷”组的菌落总数是“公筷”组的将近3倍。

干锅茶树菇——两组菜品的菌落总数相差17倍！

炒芦笋——两组相差将近18倍！

咸菜八爪鱼——更是达到了惊人的250倍！

负责检测的专家表示：如果不使用公筷，一方面，会把自身口鼻腔携带的细菌通过筷子传到菜上。另一方面，也会导致不同菜品本身携带细菌的交叉污染。

例如，夹过凉拌黄瓜的筷子，再去夹盐水虾，就会导致两盘菜之间细菌交叉污染。

小知识：凉拌菜没有经高温烹饪，菌落总数一般都比高温烹饪过的菜要多。

## 专家呼吁：

在外就餐时，带上自己的筷子和勺子

在此，专家提醒，使用公筷公勺很有必要。

它有两个“显而易见”的好处：

一是干净卫生、预防疾病。使用公筷公勺可以避免共同用餐时个人使用的餐具接触公共食物，减少对菜品的污染，降低病从口入的风险，特别是降低胃幽门螺杆菌、甲肝病毒等食源性病原体的传播。疫情期间，避免混用餐具也能在一定程度上降低病毒传播的风险。

二是减少浪费、文明餐饮。使用公筷公勺可帮助大家养成定量取餐、按需进食的习惯。在外用餐没有吃完的，大家可以放心打包回家。减少浪费的同时，还培养了人们环保节约的良好风尚。

总而言之，无论是杜绝病从口入，保护家人健康，还是倡导餐饮文明，使用公筷公勺都很有必要。这次疫情的流行对于改变我们传统的中式共餐习惯是一次加强引导的契机。关键要转变观念和认识，通过每个人坚持不懈的努力，久而久之，使之成为代代相传的健康生活方式。

所以专家们再次呼吁：在外就餐时，带上自己的筷子和勺子，把餐馆的餐具作为公筷公勺。

在使用公筷公勺时，很多人嫌麻烦，容易混淆，专家们也给大家分享了自己的“家规”：在家吃饭时，可以采用分餐制，把做好的饭菜直接分装到家庭成员各自专属的餐、饮具中，大家只是同桌吃饭；如果餐、饮具做不到完全独立，至少要养成每个菜都用公筷（公勺）夹取（盛取）的习惯。在外就餐时，则应主动要求店家配备一菜一勺（一筷）。

# 从荒芜滩涂到“候鸟之家” 玉环漩门湾湿地蝶变

新华社 王俊禄

登上玉环市漩门湾国家湿地公园观景台远眺，碧波荡漾的海湾、满目葱茏的植被、振翅飞翔的水鸟尽收眼底。“感觉来到了‘海上花园’。”近日，杭州游客陈先生说。

各色野花争奇斗艳，绿树新芽迎风摇曳，一群白鹭直上青天……走进漩门湾国家湿地公园，到处充满生机。

这里曾经是荒芜滩涂。“几十年来，人们用双手改变了生存环境。”玉环经济开发区管委会主任舒欢说。

玉环岛面积186平方公里，曾隔着漩门海峡孤悬于浙东海域。当地民谣唱道：“漩门湾，鬼门关，眼望漩涡泪斑斑。”

早在1977年，漩门两岸堵坝合龙，漩门湾历经“沧海桑田”之变；2001年，一条海上堤坝成为海与湖的分界线，湿地轮廓初显；2011年，漩门湾国家湿地公园获批成立，湿地保护与利用双赢的探索加速开启。

早年粗放式发展难以为继，沿海沿湖



产业转型，是还原湿地生态本色的关键。近些年，依托“千万工程”“五水共治”及清洁家园等行动载体，辖区102家企业被挂牌整改，生产污水实现“零直排”。

1.2万只养殖网箱全部清理，鱼苗投放玉环湖，“以鱼治水”解决水体富营养化……如今，湿地公园及周边水质达到Ⅲ类标准。

“我们积极推进退渔还湖、退塘还湿、疏浚清淤、水岸修复等措施，让湿地成为动植物的天堂。”舒欢说。

这阵子，湿地公园管理处办公室主任赵洪忙得不可开交，“我们在准备新的‘接待方案’，‘客人’是来自远方的候鸟。”

作为候鸟迁徙东亚—澳大利西亚路线的中转站，每年有数万只候鸟停歇漩门湾。2017年，玉环在核心保护区内启动“水鸟栖息地改造”工程，通过鸟类生活环境营造、栖息地生态放流、隐蔽廊道建设等，提升鸟类栖息地的生态环境质量。

“新项目计划5月底开工，将为鸟类栖息提供更好的环境，保护生物多样性。”赵洪说。

适宜的生态引来不少新“访客”。湿地观测到的鸟类，从2011年的125种增加到今年的186种，其中省级以上重点保护鸟类31种。

“像东方白鹳、黑脸琵鹭、卷羽鹈鹕等

‘稀客’越来越多，有的停留时间达6个月。”湿地公园科普宣教科副科长陈严雪说。

海岛原生态变成旅游资源，本地居民感触最多。“我从小在漩门湾一带长大，亲眼见证了这里的变迁。现在游客多了，有时一天要开12趟游船，忙得高兴！”68岁的观光船驾驶员老陈说，每天载着一船欢笑，让他觉得很幸福。

绿色发展的红利正不断放大。2018年至今，漩门湾游客量超130万人次，旅游综合收入近2500万元。与湿地公园一湖之隔的玉环新城，依靠环境这张“金名片”，吸引越来越多的人来此创业。