

家庭实用科技丛书

生活类

食物相克与禁忌

JIA TING SHI YONG

解颖 编

KE JI CONG SHU



延边人民出版社

食物相克与禁忌

解颖 编

延边人民出版社

【吉】新登 08 号

责任编辑:张光朝

封面设计:秋 寒

家庭实用科技丛书(生活类)

食物相克与禁忌

解 颖 编

延边人民出版社出版 吉林省新华书店发行

长春市第六印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开 5.5 印张 100 千字

1998 年 6 月第 1 版 1998 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—5050 册

ISBN7—80599—877—9/Z·96

定价:68.00 元(每册 6.80 元)

医病先忌口(代序)

俗话说“病来如山倒，病去如抽丝”，但患病非人之所好，病来就医吃药乃人之常情。疾病禁忌饮食不可等闲视之，无论中医和西医都非常注意。

中国较早的医学经典著作《内经》中曾指出：“心病忌温食，肺病忌寒食。”这是针对食物的温度而言。“肝病禁辛、心病禁咸，脾病禁酸，肾病禁甘，肺病禁苦”，是指食物味觉而论。《金匱要略》还有“禽兽虫鱼禁忌并治”和“果实菜谷禁忌并治”两篇，是专门记载饮食不宜的。医学书籍的饮食禁忌绝大多数是符合现代医学理论和实践的，但也夹杂一些违背科学的理论。我们编著此书时去伪存真，以科学为依据，传播正确的生活知识。

总括来谈，无非包括患什么病忌什么食，服什么药克哪些食。这不仅是中医治病的要求，西医治病施药也同样有此要求。由于目前科学和实践、西医与中医认识尚未一致，在这方面不可避免会出现略微差异。

中医靠的是从实践中总结出来的，中药的性味不同，食物和药有相同的寒热凉温之性，五味(酸甘苦辛咸)入五脏，因此，患者的饮食必须温凉得体，五味协调，这样五脏才能各得其所。中医根据病症的内在根源——寒热虚实、阳阴偏性，结合食物的五物四气、升降浮沉等特性加以诊断。缺阳补肾温适宜，寒症忌咸寒食。如病属表症，恶寒发热，身痛无汗，饮食应清淡，切忌酸敛油腻之品，以免影响阴气外散。

西医的饮食禁忌是根据患病系统、病历病理、临床检查等提出的。例如，肝胆疾病患者忌食脂肪性食物，以免加重肝脏细胞分泌胆汁和胆囊排出胆汁的负担；胃肠疾病和胰腺炎患者禁忌暴饮暴食，以减轻各系统的负担，缓解病情；心脏病、肾脏病、高血压等患者要求忌盐或少吃盐，以防加重水肿等症状；动脉硬化、高脂血症患者忌食肥肉、鱼子、蛋黄、动物内脏等高胆固醇食品，以免升高血压和促使动脉硬化。再如，一切过敏性疾病患者都要禁食含相应过敏源的食物；一切腹泻病人均应忌食油腻和不易消化的食物；一切妇科疾病患者在月经期均应少食生冷食物；一切肝肾功能严重减退的病人切应忌食容易增加体内代谢毒物的食品，如鸡、肉、蛋等，严防引发尿毒症或肝昏迷。

在药物方面，中药的饮食禁忌要多于西药。中医多靠内服内治，治本治源为主。治本必要溯源治里必要克外，因此禁忌之食甚多。例如，蜂蜜忌葱蒜、鱼蟹忌荆芥、铁屑忌茶叶、白术忌桃李、补剂如人参忌食萝卜碱等等，几乎每一种药物都有各自的饮食禁忌。服西药的饮食禁忌则较为简单，具有条理性。常规是，忌荤食的药物有氯霉素、链霉素、庆大霉素、卡地霉素、新霉素等；忌茶、米汤、牛奶、豆制品的药物有利福平、氯霉素、咖啡因、氨基比要及四环素族抗生素等；其他如常用服药痢特灵、优降灵、降压片、可口可乐及苯乙肼、速效救心丸等单胺氧化酶抑制剂的病人，应禁食或少食豆类、酒类、奶类、香蕉、荔枝、糕点、巧品力等食品。为了使了解这方面内容，本书从多方面详细介绍，使生活中食物保健常识更广泛地传播。

目 录

医病先忌口(代序)	(1)	切忌牛奶和糖同煮	(8)
饮用过热的饮料有害	(1)	牛奶与果子露混合饮用危害大.....	(9)
切忌吃过烫的食物	(1)	铅作业者喝牛奶不宜	(9)
开水不宜泡饭吃	(1)	豆浆煮沸后方可饮用	(9)
忌用面肥发面	(2)	吃甲鱼禁忌种种.....	(10)
含糖分过多的食物不宜晚餐食用	(2)	禁忌吃生蟹.....	(10)
清晨不宜只吃干食	(3)	食死黄鳝可引起中毒.....	(11)
多吃油条影响健康	(3)	鲜海蜇不宜直接食用.....	(11)
忌用液化气灶烤食品	(3)	炒菜油烧得过热可发生癌变.....	(11)
饮料取代开水无益	(4)	多次使用炸食物的余油无益.....	(12)
忌饮用久烧的开水	(4)	不宜食用猪油渣和锅巴	(12)
交替饮用冷、热饮料不宜.....	(5)	禁用塑料桶存食油.....	(12)
开盖的汽水不宜饮用	(5)	生食酱油有害.....	(13)
饱餐后喝汽水无益	(5)	长了白膜的酱油不能食用.....	(13)
烧肉忌过早放盐	(6)	糖精和醋精忌同用.....	(14)
烤羊肉串不宜常吃	(6)	不宜过量食用味精.....	(14)
切忌吃生鸡蛋	(6)	酒后不应饮咖啡.....	(14)
炒鸡蛋禁放味精	(7)	喝凉白酒危害种种.....	(15)
熟蛋忌用冷水冷却	(7)	饮浓茶不能解酒.....	(15)
饮用久煮、冰冻的牛奶无益	(8)		
忌用文火煮牛奶	(8)		

医用酒精兑水不能当酒喝.....	不要嚼服糖衣片.....	(25)
.....	忌躺着服药.....	(26)
禁忌食用生蜂蜜.....	服药者饮酒危害种种.....	(26)
蜂蜜不能用沸水冲饮.....	不宜嚼服维生素 C	(26)
不宜饮头遍茶.....	吃糖前忌服药.....	(27)
炒菜先放盐影响味道.....	青少年只吃素食影响健康.....	
炒菜油温忌过高.....		(27)
隔夜菜汤不宜吃.....	中年人忌长期精食.....	(28)
未腌透的酸菜不能吃.....	中老年人勿贪吃高蛋白.....	(29)
不宜久吃腌菜.....	老年人饮鸡汤要有节制.....	(29)
吃未熟透的豆角危害种种.....	老年人不宜饭后百步走.....	(29)
.....	老年人饭后不要马上睡觉.....	
忌吃带皮或发芽的土豆.....		(30)
勿吃芽长的绿豆芽.....	老年妇女不宜过量饮咖啡.....	
青色番茄不宜吃.....		(30)
红萝卜不宜与白萝卜合煮.....	老年人饮食七不准.....	(31)
.....	临睡前忌进食.....	(32)
勿吃隔夜的炒韭菜.....	睡前勿服蜂王浆.....	(32)
多吃辣椒并无益.....	吃饭、喝酒时不宜吸烟	(33)
忌长时间浸泡海带.....	看电视时不要吃饭.....	(33)
勿食久熟银耳.....	饱餐后不宜立刻洗澡、游泳	
忌吃冰冻西瓜.....		(34)
勿空腹吃柿子.....	忧伤时勿多食.....	(34)
多吃葵花籽有害无益.....	饱餐后不宜多喝汽水.....	(35)
忌干吞药片.....	饭后一杯茶不是好事.....	(35)
服药不宜用牛奶、茶水、果汁.....	饭后不宜放松腰带.....	(36)
.....	不宜在谈笑进食.....	(36)
多种药物不宜同服.....	脑力劳动者不要多吃酸性食物...	
		(36)

巧克力和奶糖不可常用来充饥……	忌把火腿存放在冰箱里……	(49)
……………	做饼子馅不要挤水……	(49)
饭盒里不宜放筷子或羹匙……	不要用生豆油拌饺子馅……	(50)
……………	忌用冷水浸泡干腌菜……	(50)
乘车、走路进食影响健康 …	鸡蛋不宜与白糖同煮……	(50)
上飞机前饮食三忌……	熬绿豆汤不宜放碱……	(50)
忌空腹饮酒……	加工蔬菜水果不要使用铜炊具…	
不应用饮酒来取暖……	……………	(51)
勿反复节食减肥……	忌用热水浸年糕……	(51)
忌在生日蛋糕上插蜡烛……	不要直接饮用自来水……	(51)
牛奶忌加红糖……	不宜饮用气压式保温瓶的第一杯	
牛奶不宜与巧克力同时食用……	水……	(52)
……………	不宜饮三精水……	(52)
牛奶中禁加钙……	忌用锅余油炒饭……	(53)
食橘子忌同饮牛奶……	不宜多食煎炸烤熏食物……	(53)
禁喝久存的低度酒……	忌吃皮色鲜艳的水果皮……	(54)
忌渴饮啤酒、汽水 ……	忌生吃胡萝卜……	(54)
忌同饮白酒、啤酒 ……	不宜多饮酸性饮料……	(54)
保温瓶不能用来装啤酒……	不能饮用雨水……	(55)
不宜用铝锅保存饭菜……	忌吃有苦味的柑橘……	(56)
不要活吃鲤鱼……	带有黑斑的红薯不宜吃……	(56)
狂犬肉不可食……	煮粥、烧菜忌放碱 ……	(57)
心血管病人忌饮咖啡……	方便面不宜长期食用……	(58)
猪身上禁吃的几种东西……	吃狗肉后忌喝茶……	(58)
青蛙不宜吃……	白糖不宜不加热使用……	(59)
涮羊肉不宜太嫩……	红薯不宜吃过量……	(59)
不宜长时间吃火锅……	瘦肉不宜吃过量……	(59)
不宜贪吃火锅汤……	煮咖啡忌时间长、浓度高 …	(60)

柿子不宜与红薯、螃蟹同食	忌鲜食黄花菜.....	(70)
..... (61)	忌喝隔夜的银耳汤.....	(71)
海味忌与含鞣酸多的食物同食...	炖骨头禁放醋.....	(71)
..... (61)	不宜偏食五味食物.....	(72)
萝卜人参忌同时服用.....	淀粉食物不宜凉了再吃.....	(72)
萝卜忌与橘子同食.....	不宜低温保存罐头.....	(72)
忌直接食用鲜海蜇.....	忌使用油漆筷子.....	(73)
不宜多吃干鱼.....	忌用铁锅煮绿豆.....	(74)
不宜随便吃鱼胆.....	忌用塑料餐桌布.....	(74)
忌吃死蟹、死甲鱼	不宜用铁锅煮山楂、海棠 ...	(74)
废书、报纸不宜用来包食物	幼儿禁喝啤酒.....	(75)
..... (64)	儿童不宜常吃糕点.....	(75)
忌用镀锌的白铁桶盛放饮料.....	儿童不宜多吃笋.....	(75)
..... (64)	小儿忌服蜂乳.....	(76)
“药粥”不可乱服.....	儿童换牙期忌吃甘蔗.....	(76)
鸡蛋洗后不宜存放.....	学龄儿童不宜不吃早餐.....	(76)
食盐不宜长时间存放.....	夫妻忌饮“可乐”可得宝宝.....	 (77)
忌长时间存放方便面.....	孕妇不宜吃黄芪炖鸡.....	(78)
忌用化纤布擦洗餐具.....	孕妇不宜常吃素.....	(79)
忌用热水泡木耳.....	产后滋补忌过量.....	(79)
久放的红糖不宜吃.....	产妇不宜久喝红糖水.....	(80)
不宜用包装带编织的菜篮子盛食品.....	近视眼忌吃甜食.....	(81)
冰箱不宜用来存面包.....	哪些病人忌吃冷饮食品.....	(81)
不宜直接吃从冰箱拿出的饭菜...	服中药忌滥加糖.....	(82)
..... (69)	发热时不宜多吃鸡蛋.....	(82)
制干菜忌暴晒.....	长粉刺者忌吃油腻辛辣食物.....	 (83)
绿叶蔬菜忌焖煮.....		

牛皮癣患者忌饮酒·····	(84)	哪些病人忌吃花生·····	(95)
关节炎患者忌吃海味和肥肉·····	(84)	饭前忌服维生素药物·····	(95)
骨折患者忌食牛皮菜、醋·····	(85)	不宜用菠菜来补铁·····	(96)
小儿腹泻时不宜严格忌油·····	(85)	不要常食砂锅菜·····	(97)
儿童不宜多吃桑椹·····	(86)	忌吃煮后颜色变红的元宵·····	(97)
儿童忌吃杏仁、桃仁、李仁·····	(86)	四季豆不宜未熟吃·····	(98)
儿童不宜吃水果代替蔬菜·····	(87)	禁吃蘑菇者种种·····	(98)
忌用高浓度糖水喂新生儿·····	(88)	腌制食品畏日光·····	(98)
小婴儿忌吃鸡蛋清·····	(88)	食物忌单调·····	(99)
儿童不宜多吃橘子·····	(88)	食不过饱·····	(100)
小儿不宜常食保健食品·····	(89)	三餐要合理·····	(100)
产后忌吃辛辣湿燥食物·····	(89)	忌用洗衣粉洗餐具·····	(100)
脑血管病人不宜吃狗肉·····	(90)	忌用化肥袋存粮·····	(101)
脑血管病人忌吃鹌鹑蛋·····	(90)	存放鸡蛋忌横放·····	(101)
动脉硬化患者禁吃人参·····	(91)	忌食巧克力者种种·····	(102)
胃炎患者禁忌喝啤酒·····	(91)	禁忌饮茶的病人·····	(102)
肝炎病人不宜吃大蒜·····	(92)	口疮饮食禁忌·····	(103)
肝炎病人不宜吃羊肉·····	(92)	病人吃水果禁忌·····	(104)
肝硬变病人忌吃甘碳五烯酸含量高的鱼·····	(93)	哪些人忌“液体面包”·····	(105)
肾病患者忌吃哈密瓜·····	(93)	蓝紫色的紫菜不宜食用·····	(106)
痛风病人不宜饮啤酒·····	(94)	粽子食用四忌·····	(106)
忌炎症性疾病患者吃辣椒·····	(94)	防镉中毒饮食·····	(107)
		肉类生熟同放有害·····	(108)
		谨防嗜盐菌食物中毒·····	(108)
		馒头忌用硫磺熏蒸·····	(109)
		拉粘丝的馒头食用有害·····	(109)
		霉变凉粉忌食用·····	(109)

久存的香肠忌食	(110)	不宜贪吃鲨鱼、甲鱼肝	(125)
不宜贪吃青方	(110)	香肠好吃不宜多	(125)
生泉水不宜饮用	(110)	不宜饮雄黄酒	(126)
咸肉不宜煎炸	(111)	划拳饮酒,乐中有害	(126)
猪甲状腺、肾上腺勿食用	(111)	瓶酒、葡萄酒忌久存	(127)
多龄鸡头忌食用	(111)	糖尿病人的饮食禁忌	(127)
煮鸡蛋时间不宜过长	(112)	癌症病人的饮食禁忌	(129)
毛蛋忌食用	(112)	关节炎患者食物不宜	(130)
食油不宜食用变质的	(112)	疮疖患者勿多吃糖	(131)
天然调味品忌滥用	(113)	怎样饮食才能减轻皮肤病人的痛苦	(132)
不宜在厕所吸烟	(113)	多动症儿童饮食禁忌	(133)
冒泡蜂蜜忌久存	(113)	小儿腹泻忌鸡汤	(134)
大葱冬贮忌搬动	(114)	药与饮食禁忌	(134)
小儿饮食十忌	(114)	西药忌口种种	(136)
眼病忌食葱蒜	(116)	肉类忌生食	(137)
牛奶不宜早晨饮用	(117)	淘米不宜手搓	(138)
牛奶和巧克力相忌同食 ..	(117)	不宜常食大棚菜	(139)
常饮酒易减退记忆力	(117)	唾液忌浪费	(139)
解暑切忌用啤酒	(118)	禽肉食品卫生禁忌标准 ..	(140)
嚼干鱼片不宜儿童的健康	(118)	现代食品的五大忌	(140)
饮水忌与益	(119)	哪些人不宜食莲藕	(141)
戒喝五种开水	(120)	吃青笋和芹菜莫丢“宝” ..	(141)
饮用汽水十不宜	(123)	喝滋补酒的禁忌	(142)
鸡蛋食用八忌	(124)	勿用热水烫菜	(142)
忌食处理不当的蚕蛹	(124)	勿在煮肉熬骨头汤中途加冷水 ..	(143)
哺乳期妇女不宜只食精食	(124)	熬绿豆汤勿加矾	(143)

鲜猪肉勿用热水浸泡	(143)	忌用铜壶烧开水	(153)
不宜用开水冲滋补品	(144)	长时间烧煮勿用铝锅	(153)
铁铝炊具勿合用	(144)	啤酒贮存禁忌	(153)
冲奶粉忌用酸梅晶作甜味剂	(145)	野禽野兽的肉不宜久存 ...	(154)
西红柿拌白糖需防螨虫 ...	(145)	久存银耳汤无益	(155)
餐桌上五忌	(146)	醉蟹忌久存	(155)
主食忌单调	(147)	用铜制食具盛冷食有害 ...	(156)
司机切忌空腹开车	(148)	金属器皿忌装蜂蜜	(156)
服维生素 C 忌食虾类	(149)	酸性饮料与铜、锌相忌	(156)
天麻与鸡忌同食	(149)	炉上焐热水饮用四不利 ...	(157)
勿饮“空心茶”	(150)	盐腌不久蔬菜忌食	(158)
莫多喝咖啡	(150)	忌用硫磺熏蒸黄花菜	(158)
忌滥服维生素 C 制剂	(151)	勿用红药水染鸡蛋	(159)
妇女忌多食粗纤维食物 ...	(152)	选购保健食品要当心	(159)
霉变豆类不宜食	(152)	在吃饭时禁忌训斥孩子 ...	(161)
		奶瓶喂奶四不宜	(162)

饮用过热的饮料有害

医学专家指出,饮用过热饮料能促使胃病发病率增高。由于高温的饮料,可以引起胃部不适。假如饮用 72°C 的饮料——茶或咖啡,尽管人们可以耐受,但是会损伤胃部。久而久之,胃溃疡的发病率就大大超过了不热饮料的人们。因此,饮用过热的饮料会危害身体健康。

切忌吃过烫的食物

有的人喜欢吃很烫的食物,滚烫的米粥也好、刚出锅的油也罢,他们都能咀嚼自如,毫不畏惧。其实这种习惯很不好。过烫的食物不但损伤口腔粘膜,甚至会造成溃疡,而且还会造成牙龈溃疡,而且还会造成龈溃烂和过敏性多种牙病。太烫的食物损伤食道粘膜会刺激粘膜增生,留下瘢痕和炎症,长久下去可能会引起恶性病变。有关专家指出,食道癌的发生可能吃过与烫的食有关。养成吃过烫的食物的习惯还会破坏舌面的味蕾,影响味觉神经,减退食欲。

开水不宜泡饭吃

有人养成吃饭泡菜汤的习惯,这固然是好的,因为蔬菜中的许多营养元素都溶进汤里了。喝菜汤不但能刺激胃液的分泌,还可以帮助消化。不过,喝菜汤时,应该等一口饭嚼咀后再喝,并不是让它起一个送饭下肚的作用。

但是,吃开水泡的饭或含有水份多的汤饭,就不好了。如

因水份过多,食物有的没有嚼烂就随水“送”下去了,使唾液和食物没有得到充分的混合,这样就会妨碍消化。所以,汤饭可食,开水泡饭不可用。

忌用面肥发面

北方人一般喜欢吃蒸制的面食,如:馒头、花卷、豆包等。我们知道,这些面食需要首先发面,许多家庭惯于用面肥做引子。这样做缺点有三:一是发酵时间长,特别是天气冷要花上更多的时间;二是这种面肥长时间的放置,里面会有许多危害人身体健康的杂菌;三是为了中和酸需要加碱,这样就破坏了面粉中固有的有柔盐成分,对胃肠有损伤。最好用鲜酵母或干酵母发面,不但松软可口,而且酵母中含有的多种营养元素又可锦上添花。用酵母发面简单易行,揉和后,搁置 12 小时就可蒸出美味的面食了。

含糖分过多的食物不宜晚餐食用

有关专家分析,有的动脉硬化或高血压、冠心病患者与饮用含糖的食物有关。

尤其在晚餐更不宜食用糖分过多的食物。因为晚餐吃含糖分多的食物,可使血液中性脂肪浓度加厚。白糖中有葡萄糖和果糖,是合成脂肪的原料。这样还会刺激胰岛分泌胰岛素。胰岛素分泌增多,更会促进脂肪的形成。因此,晚餐不宜吃含糖分多食物。

清晨不宜只吃干食

早晨,人的胃肠功能尚未由夜间的抑制状态恢复到兴奋状态,消化功能较弱,只吃干食不利于消化。人们经过一夜的睡眠,消耗了大量的水分,应及时补充。因此,早餐应该干稀并用或只进稀食。感冒患者更应如此。

多吃油条影响健康

油条是一种经济实惠、味道鲜美的早点,但是油条在制作过程中加入了一定数量的明矾,而明矾的主要成分是硫酸钾铝。人多吃了以后,过多的铝积蓄在人体各个器官内,如睾丸、肾、脾、肌肉内,当达到一定数量就会中毒。

另外,油条是经油炸的高温制作的。油是不饱和脂肪酸,在高温下会生成多种形式——毒性不尽相同的混合物如环状单聚体、二聚体、三聚体等。尤其二聚体毒性更大。中毒表现为生长发育迟缓,肝肿大和肝功能不正常,更有甚者会影响生育能力。

因此,奉劝大家:油条虽好,但不宜多吃,以免危害人体健康。

忌用液化气灶烤食品

烧烤食物香味可口,可以说是老少皆宜的美味佳肴。但是不能用液化气灶烤食品。液化石油气是由丙烷等碳氢化合物组成的,并含有一定量的杂质。燃烧过程中由于氧气不足,由

于未达到完全燃烧,这样就会产生一氧化碳和烟尘。这些有害物质自然会污染食物,危害人体健康。因此切忌用液化炉烤食品。

饮料取代开水无益

海内外一些营养专家研究指出,补充液体最好的物质是白开水。

各种果汁、汽水或其它冲制饮料都含有较多的糖或糖精以及大量的电解质。这些物质不能像白开水那样很快离开胃。长期作用不但会对胃产生不良刺激,影响食欲和消化,而且还会增加肾脏过滤的负担,影响肾功能,致使肾功能衰退。如果过多的糖分进入体内还会增加肥胖的可能。高血压患者更应注意这一点。

在通常情况下,甚至包括剧烈运动后,人体需要补充水分。多吃甜饮料非但无益,反而有害。为此专家指出切忌用饮料取代开水。

忌饮用久烧的开水

开水在沸腾中不断由液体转化为汽体。原来溶于水中的矿物质及重金属中的有害元素的浓度不断增加,特别是水中的硝酸根离子会被还原成毒性很强的亚硝酸根离子。亚硝酸根离子可促使人体血液中的低铁血红蛋白结合成为不能携带氧气的高铁血红蛋白。同时,亚硝酸根离子还会在人体内组成致癌性很强的亚硝酸化合物。所以切忌饮用久沸的开水。

交替饮用冷、热饮料不宜

先后或交替饮用一冷一热的饮料会危害身体。

如果牙齿受到冷热的交替刺激,就会患种种牙病。久而久之,牙齿的寿命就会减少。同时,冷热的刺激会促使胃肠粘膜血管发生收缩和扩张的急剧突变,可导致腹部剧痛、腹泻等,甚至会发生溃疡。所以冷热饮料不宜交替饮用。如果您想饮用,至少隔半小时为宜。

开盖的汽水不宜饮用

开盖的汽水最好在一刻钟内用完,不要让剩余的汽水过夜,否则会危害人的身体健康。当一瓶汽水开盖后,二氧化碳就会迅速溢出。这样汽水就变成了凉糖水,为细菌的生长繁殖提供了良好的场所。以大肠杆菌污染为例,该菌在夏季温度和条件都很适宜生长,第15分钟就可繁殖一代。试想,过夜会有多少细菌会传宗接代呢?这样的汽水不仅不能防暑,反而会导致肠道病的发生。

饱餐后喝汽水无益

出汗多人有这样的习惯,饱餐后往往要来一杯汽水,其实这是一个很不好的习惯。因为汽水中含有小苏打,小苏打与胃液中的盐酸发生反应,产生一种新的元素——二氧化碳。由于胃中的食物阻塞食道,使二氧化碳气体排不出去,因而会造成胃扩张,甚至胃破裂导致胃出血。因此饱餐后不宜喝汽水。