

Is wolhandkrab veilig en gezond om te eten?

Uit onderzoek blijkt dat wolhandkrab hoge gehalten aan verontreinigingen kan bevatten zoals dioxines. Als je wolhandkrab eet, kom je snel boven de grens uit die als veilig wordt beschouwd. Voor je gezondheid is het daarom beter om geen, of zo min mogelijk, wolhandkrab te eten.

大闸蟹可以放心安全食用吗？

研究表明，大闸蟹体内含有高浓度的污染物如二恶英等。如果您食用大闸蟹，污染物会很快超出安全标准。为了您的健康着想，请最好不要食用大闸蟹，或尽量少吃。



Waarom kan wolhandkrab eten schadelijk zijn?

In wolhandkrab kunnen verontreinigingen zitten zoals [dioxines](#) en dioxineachtige polychloorbifenylen (PCB's). Als je wolhandkrab eet, dan kan dit op lange termijn invloed hebben op het afweersysteem, het zenuwstelsel, de schildklier en de vruchtbaarheid. Zo wordt verminderde spermakwaliteit bij mannen waargenomen.

为什么食用大闸蟹会损害健康？

大闸蟹体内可能含有如二恶英和二恶英类多氯联苯（PCB's）等污染物。如果您长期食用大闸蟹，将会影响您的免疫系统、神经系统、甲状腺和生育能力。如在男性调查群体中发现精子质量降低。

Wat is dioxine?

[Dioxines](#) en dioxineachtige polychloorbifenylen (PCB's) zijn schadelijke stoffen die vooral tijdens verbranding in het milieu terechtkomen. Via het milieu kunnen ze ook in ons voedsel terechtkomen. Sinds de jaren '70 neemt de hoeveelheid dioxines in het milieu en het voedsel af. Maar er zijn nog producten, zoals wolhandkrab, waarin wel veel dioxines kunnen zitten.

什么是二恶英？

二恶英和二恶英类多氯联苯（PCB's）主要在焚烧过程中释放到环境中的有害物质。它们也可以通过环境最终进入我们的食物中。自 20 世纪 70 年代以来，环境和食物中的二恶英含量一直在下降。但仍有食品如大闸蟹，会含有大量二恶英。

Is er een grenswaarde voor dioxines?

De Europese voedselveiligheidsautoriteit EFSA heeft in 2018 een nieuwe gezondheidkundige grenswaarde voor dioxines en dioxineachtige PCB's voor de mens vastgesteld. Deze is veel strenger dan voorheen. Dat is gebeurd op basis van nieuwe onderzoeken.

二恶英有限值吗？

欧洲食品安全权威机构 EFSA 于 2018 年重新制定了二恶英和二恶英类多氯联苯对人类健康的限值。在新调查的基础上制定的新限值比以前严格多了。

Zit er veel dioxine in wolhandkrab?

[Onderzoek](#) laat zien dat in wolhandkrab relatief veel dioxines en dioxineachtige PCB's zitten. De wolhandkrab woelt namelijk in de bodem van de rivier of ander zoetwater op zoek naar voeding. Schadelijke stoffen die door vervuiling in de rivierbodem aanwezig zijn, zoals dioxines, kunnen zich ophopen in het lichaam van de wolhandkrab en zit met name in het vlees uit het lijf. Als je wolhandkrab eet kan dit een nadelig effect hebben op je gezondheid.

大闸蟹中含有大量二恶英吗？

研究表明，大闸蟹中含有相对较多的二恶英和二恶英类多氯联苯。大闸蟹徘徊在河底或其他淡水区域中寻找食物。由于污染而沉淀在河底的有害物质如二恶英，会在大闸蟹体内积聚，尤其是在蟹肉中。如果您食用大闸蟹，将会对您的健康产生不良影响。

Komt wolhandkrab in Nederland voor?

De Chinese wolhandkrab komt sinds de jaren '30 van de vorige eeuw in Nederland voor. De larven van de wolhandkrab waren per ongeluk vanuit China per schip getransporteerd en hebben zich waarschijnlijk via de Rotterdamse haven verspreid. Onder bepaalde voorwaarden mag wolhandkrab in Nederland worden gevangen.

大闸蟹是否出现在荷兰？

自 20 世纪 30 年代以来，荷兰已发现中国大闸蟹。大闸蟹的幼虫被中国船只无意中运到鹿特丹港并可能从此处对外传播。在特定条件下荷兰是允许捕捉大闸蟹的。

Wat is het advies van het Voedingscentrum?

Het Voedingscentrum adviseert om geen, of zo min mogelijk, wolhandkrab te eten. Voor kleine kinderen, zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven is het advies om helemaal geen wolhandkrab te eten. Kinderen lopen meer risico omdat zij een lager lichaamsgewicht hebben en daardoor naar verhouding meer dioxines binnenkrijgen wanneer zij wolhandkrab eten. Dit geldt ook voor het ongeboren of pasgeboren kind dat via de moeder dioxines binnen kan krijgen.

Het eten van wolhandkrab zal niet gelijk tot klachten leiden. Maar als je het vaker eet zijn nadelige effecten op de gezondheid op de lange termijn niet uit te sluiten.

荷兰食品安全中心的饮食建议是什么？

荷兰食品安全中心建议您不要食用大闸蟹，或尽量少食用。特别对于小孩、孕妇和哺乳期妇女，建议完全不要食用大闸蟹。因为儿童的体重较轻，食用大闸蟹他们会依比例摄入相对多的二恶英，从而造成更大的健康风险。这情况也适用于通过母亲哺育获得二恶英的胎儿或新生儿。

一次性食用大闸蟹不会立即对健康造成危害。但如果您经常食用，不能排除长期的毒性积累从而对健康产生不良影响。