

При поедании пищи с косточками нужно быть предельно осторожным, так как особо крупные косточки могут застрять в дыхательных путях. Поэтому при поедании фруктов убедитесь, что косточки в ней нет.

Косточки опасны также тем, что под прочной скорлупкой в ядрышке находится синильная кислота, являющаяся ядом для человеческого организма. Именно поэтому любителям поедать ядрышки косточек, например, абрикосов, придется забыть об этом лакомстве, поскольку тогда вы ставите свое здоровье под угрозу. Вся беда синильной кислоты в том, что она имеет свойство накапливаться в организме. К счастью, в косточках содержится очень малое ее количество, но, что самое интересное, чем тверже косточка, тем больше в ней синильной кислоты. Конечно, в малых количествах синильная кислота не опасна, и вы не сведете счеты с жизнью съев даже с десяток косточек. Максимум потеряете сознание.

