



去年7月起,我国明令禁止包子等面制品中使用含铝食品添加剂。但是,一些不法商家依然“铝”禁不止

# 当心,您吃的包子可能含“铝”

■ 本报记者 侯赛

很多人在饥肠辘辘时,喜欢购买热气腾腾的美味包子充饥。但是,您吃下的包子安全吗?近日,山东济南警方一举查处了13家问题包子铺,检测发现“含铝包子”中每公斤铝含量最高达400毫克。长期摄入过量的铝会损害骨骼和神经系统健康,容易导致记忆力减退与智力下降,尤其对儿童、孕妇危害更大。

据了解,自去年7月1日起,我国就明令禁止包子、馒头、发糕等面制品中使用含铝食品添加剂。但是一些不法商家为了提高发面效率,追求“卖相”,节约成本……依然“铝”禁不止。

海南本地素来以大米为主食,但是也有不少祖籍内地的居民,对面制品的市场需求不小。海南日报记者从海南省食品药品监督管理局了解到,去年国家“禁铝令”下发以来,我省加强对面制食品的抽检力度,今年以来还未收到面制品铝超标的相关报告。为了进一步净化面制品市场,排除食品安全隐患,近期,我省还将开展针对面制品的专项检查整治行

动。

## “铝禁不止” 暴露行业“潜规则”

媒体曝光的案件中,济南警方在一家灌汤包加工商户查获一个装有含铝“泡打粉”的罐子,随后起获数十袋“泡打粉”。

海南省食品药品监督管理局稽查局食品生产科相关负责人张博告诉记者,这种名为“泡打粉”的食品添加剂主要成分是硫酸铝铵,问题包子铺将其直接掺入发面的面粉中,造成包子皮中的铝含量严重超标,而我国规定包子中不允许检出铝元素。去年5月,国家卫生计生委、食品药品监督管理局等部门联合下发《关于调整含铝食品添加剂使用规定的公告》。其中明文规定,自去年7月1日起,除油炸面制品、面糊、裹粉、煎炸粉外,膨化食品和包子、馒头、发糕等面制品禁用如“泡打粉”、明矾等任何含铝添加剂。

如果违反禁令,将面临什么样的处罚呢?张博告诉记者,根据《刑法》相关规定,生产、销售不符合食品安

全标准的食品,足以造成严重食物中毒事故或者其他严重食源性疾病的,处三年以下有期徒刑或者拘役,并处罚金;对人体健康造成严重危害或者有其他严重情节的,处三年以上七年以下有期徒刑,并处罚金;后果特别严重的,处七年以上有期徒刑或者无期徒刑,并处罚金或者没收财产。

## 铝危害多 被称“智力杀手”

张博告诉记者,使用含铝泡打粉可以快速发面,省去了传统发酵所需要的时间;并且含铝泡打粉的膨化效果好,制作的馒头和面包,个头也会更大。另外,含铝泡打粉相对于其他几种发面方式要来得便宜,用量也比较省,含铝添加剂在价格上与正规添加剂相比存在一定优势。目前,市场上不含铝的食品添加剂通常要比含铝添加剂贵1—2倍。一些不法商家甘愿购买和使用低价的含铝添加剂,以牟取更大的经济利益。

目前,国际上对人体所能承受的铝元素摄入量已有明确认识。2011年6月,联合国粮农组织/世界卫生组织

食品添加剂联合委员会,将铝元素的暂定每周耐受摄入量(PTWI)修订为每周每公斤体重2毫克。据相关专业机构研究,我国居民铝元素PTWI值处于较高水平。

“铝常被称作‘智力杀手’。铝元素在体内过度富集,会给人健康带来严重隐患。”张博说,铝具有聚集性,一经吸收后会进入体内大部分器官,主要大量积聚于骨骼,对大脑和肾脏也有损害,此外,铝超标对儿童的影响更大,不仅影响儿童骨骼的生长,还会引起婴幼儿的神经发育受损导致智力发育障碍。

## “察色尝味”辨别铝馒头

虽然今年以来,我省还没有收到关于含铝面制品的相关报告,但是省食药监局稽查局局长刘鸿涛表示,这样的食品安全隐患也不能完全排除。因为问题包子铺很可能藏身于居民小区或街头巷尾那些环境简陋的街头作坊中,部分店铺甚至连店名都没有。为了在制作过程中偷偷添加含铝添加剂,问题包子铺常常将“泡打粉”的包装袋撕掉,将这种白色

粉末存放于没有标识的袋子或罐子中,外人很难发现。同时,一些个体包子铺还采取游商分销的方式,增加了日常监管的难度。

如何辨别含“铝”馒头呢?张博告诉记者,日常生活中,老百姓可以通过察色尝味的方法辨别含“铝”馒头。首先是察“色”,真正的老面馒头,会白中微黄,捏在手里不会干瘪,即使捏扁了,松手后也会很快还原。而添加了泡打粉、增白剂等添加剂的馒头,颜色则会发白,而且个头也比较大,一捏就扁不易还原,掰开可以看到蜂窝较大。而加酵母粉的馒头蜂窝小,更有嚼头。然后是尝味,老面馒头还会有一股淡淡的面香味,而使用添加剂的馒头,吃到嘴里会有发糕或面包味。

刘鸿涛提醒消费者,如果发现有不法商家出售含“铝”包子、馒头等面制品,可以拨打12331进行举报,最高奖励高达50万元。另外,省食药监局将严格执行国家的最新规定,在日常监管中对相关企业使用含铝食品添加剂情况加强监管,特别是针对数量巨大的街头餐饮摊贩,会重点纳入监管范畴。

## 止界资讯

## 国家医疗数据中心在京成立

国家医疗数据中心日前在北京大学医学部成立,中心将通过规范、指导医院基础数据,提升数据质量,逐步将临床数据和基础标本资源库有效衔接,最终实现精准医疗。

国家医疗数据中心由国家卫生计生委医管中心和北京大学共同建设,中心的建立宗旨主要是为建设适应卫生改革与发展需求的信息化体系,提高医疗卫生服务与管理水平。

中心将在精准管理上进行机制创新,通过运用先进的技术解决数据接收问题,不再单纯依靠“我布置、你填报”的传统数据采集方式。运用先进设备和技术手段,处理来自全国不同层面、不同数据接口的医疗服务数据。

此外,随着大数据技术应用、大量的相关指标的分析研究,将对现有的统计数据进行第三方印证、评估,从而提高统计数据的质量和可信度。提高数据分析效率,数据分析结果与基层数据提供单位实现数据共享,实现数据规范的管理机制,统一顶层设计、数据标准和管理模式,使政府统一、规范、标准化管理成为可能,为更多的机构研究、数据分析奠定基础。

中心还将集中优质资源,借鉴国际经验,建立科学有效的评价指标和评价模型。(据新华社电)

## 食药总局: 别片面迷信“原生态”食用油

广西梧州和广东肇庆两地市场近期被曝出所出售的部分散装花生油存在黄曲霉毒素超标情况。国家食品药品监督管理局日前在官网发布公告,表示黄曲霉毒素的含量如果在安全限量范围之内,并不会对消费者的健康构成风险,并提醒广大消费者,不要片面迷信“纯天然”和“原生态”制品,应注意通过正规可靠渠道购买食用油。

黄曲霉毒素最早被发现于1960年,是黄曲霉和寄生曲霉的次级代谢产物。黄曲霉毒素中毒的症状一般为一过性发烧、呕吐、厌食、黄疸、腹水、下肢浮肿等肝中毒症状,严重者出现暴发性肝功能衰竭、死亡。

近年来,“纯天然”和“原生态”成为部分消费者的追求,除了购买“土榨油”外,也有使用家用榨油机自制油的方式。对于这两种榨油方式,专家认为存在较大安全隐患。除了原料品质是否过关的问题,“土榨油”或自榨油还存在下列问题:未经过精炼加工,杂质多,易氧化变质;榨油设备不易彻底清洗干净,残留的油渍及谷物残渣在氧化后会产生霉变,食品安全隐患很大;此外,资源利用率低,会造成很大浪费。

因此,食药总局提示广大消费者应注意培养良好的消费习惯,注意产品的标签、标识,做到在保质期内妥善储藏。特别应注意通过正规可靠渠道购买食用油,不要片面迷信“纯天然”和“原生态”制品。(宗和)

## “国字号” 食品安全APP亮相

国家食品安全宣传周将于6月16日正式启动,今年的一大亮点就是国家食品安全风险评估中心推出《食事求是》APP官方软件。

《食事求是》是由国家卫生和计划生育委员会、国务院食品安全委员会办公室、农业部、国家发展和改革委员会、农业部农产品质量标准研究中心、中国医学科学院、中国疾病预防控制中心、国家食品安全质量监督检验中心、中国食品药品检定研究院、军事医学科学院、中国食品工业协会等理事单位共同指导和支持下,由国家食品安全风险评估中心发布的一款关注食品安全的App官方应用软件。

该App的主要功能有3个,一是普及最权威、最全面的食品安全知识;二是聚焦最新的食品安全动态;三是切身参与到食品安全透明化的过程之中。

值得注意的是,这款APP设计了“食安共治”版本,为广大群众提供了食品安全监督举报平台,在这里你可以和“智能安全员—小安”或者附近的食安专员联系,来举报你日常生活中遇到的食品安全问题。举报之后有关部门会及时跟进,可以在App里查看处理的进度和结果。(三九网)

## 看1小时电视 糖尿病风险增3.4%

近日,发表在《欧洲糖尿病学杂志》上的一项研究表明:每坐着看一小时电视,糖尿病的发病风险就会提高3.4%。

美国匹兹堡大学的研究者召集了3234名25岁以上的超重者,将他们分为三组。研究之初,他们每天花140分钟看电视,还有400分钟静坐工作。随后,研究者让第一组服用二甲双胍,第二组增加活动量,第三组服用安慰剂。在研究结束时,增加活动量组的参与者静坐时间减少37分钟,而其他两组人只减少了不到9分钟。最终结果显示,坐着看电视时间太长,增加糖尿病的风险。

研究者推测,久坐会增加体重,而超重是糖尿病的重要风险因素。因此,未来对糖尿病的干预应着眼于增加活动量、减轻体重、减少久坐时间等。(生时)

# 糖尿病也能致盲? 及早发现,尽早预防,可起到良好效果

可以导致视力下降甚至失明。糖尿病眼病主要包括糖尿病视网膜病、糖尿病视神经病变、糖尿病白内障等多种疾病。

刘伟仙说,糖尿病视网膜病变发生率高,带给患者的伤害也最大。I型糖尿病患者,患有糖尿病20年以上者几乎100%会发生糖尿病性视网膜病变;II型糖尿病患者,即使平时血糖控制理想,患病15年后也会有50%以上的人会发生糖尿病视网膜病变。

糖尿病患者还可以发生白内障,和普通白内障不同的是,糖尿病患者的白内障发生的年龄要比正常人提前,40~

50岁便患有白内障,称为糖尿病性白内障,症状主要是眼前白雾状遮挡、视物不清。

## 糖尿病眼病能治好吗?

现代医疗技术的飞速发展,为糖尿病眼病患者带来了希望,不同类型的糖尿病眼病有不同的治疗方法。

刘伟仙说,总体来看,越早发现,越早治疗,成本越低,效果越好。比如,糖尿病视网膜病变的早期,可以通过视网膜激光治疗得到良好的效果,激光可以直接光凝视网膜的出血点,

还可预防新生血管的发生。“视网膜激光治疗大都可以在医院眼科门诊完成,每次治疗时间约30分钟,根据糖尿病视网膜病变严重程度决定激光的次数,一般需2—4次。”

若糖尿病视网膜病变发展到了大量眼底出血的严重阶段,则需要住院进行积血的手术清除。糖尿病白内障患者若视力低于0.3,平常空腹血糖稳定控制在6.0~8.9mmol/L之间,亦可以通过白内障手术进行治疗。

若患有糖尿病视神经病变,则需在医生的指导下,使用扩张血管和营养神

经等药物治疗。

## 如何早发现和早预防?

糖尿病眼病危害严重,早期治疗能起到良好的效果,如何才能及早发现和及早预防呢?

首先,糖尿病眼病是糖尿病发生在眼部的并发症,根源在于糖尿病,积极控制血糖是关键的一环。良好稳定的血糖可以预防和延缓糖尿病眼病的发生,同时还要重视高血压、高血脂的治疗,医生并配合治疗。

其次,一旦确诊为糖尿病,患者需尽快到眼科检查,以便早期发现糖尿病眼病,并按眼科大夫的指导制定严格的复查计划,一般半年或一年复查一次。

第三,饮食上宜多吃富含膳食纤维的食物,可适量食用高蛋白食物,少吃高脂肪食物,戒烟及合理运动。

## 海南省安宁医院精神卫生防治宣传窗口

# 关注精神健康 让心灵“放假”



海南省心理咨询与治疗中心主任罗海东在进行心理咨询。(图片由医院提供)

追星、过度节食、厌食和贪食等。

中青年(19—55岁)有与工作相关的问题,如工作环境适应不良、人际关系紧张、就业和工作压力带来的问题;与家庭相关的问题,如婚姻危机、家庭关系紧张、子女教育问题。

中老年(55岁以上)有退休、与子女关系、空巢、家庭婚姻变故、躯体疾病等带来的适应与情感问题。

一个人的成长经历和性格特征以及面对负面事件的应对方式,都会决定其心理状态是否正常。如果出现以下症状,应引起每个人的高度重视:

- 1、情绪处于持续低迷状态,一般超过两周需引起重视;
- 2、逐渐出现失眠、食欲差、人际交

## 窝沟封闭:让孩子远离蛀牙

“千万不能小看龋齿,它对儿童健康有着潜在的危害。”海南拜尔口腔医院专家表示,由龋齿引起的疼痛、炎症、乳牙早失,都会导致恒牙萌出后发育不良或萌出异常,以及咀嚼功能降低,胃肠消化吸收减弱,造成机体营养不良,生长发育受到影响等问题。

窝沟封闭是预防龋齿的有效方法。其原理是用高分子材料把牙齿的窝沟填平,使牙面变得光滑易清洁。一方面,窝沟封闭后,窝沟内原有的细菌断绝了营养来源,逐渐死亡;另一方面,外面的致龋细菌不能再进入,从而达到预防窝沟龋的目的。该技术在国际上已有50多年的使用历史。

海南拜尔口腔医院专家指出,儿童在3岁左右,乳磨牙已经长好,而“大牙”咬合面上有很多天然微细凹凸不平的窝沟,这些部位容易滞留食物残渣,孩子刷牙也很难刷干净。时间长了,就会造成牙菌斑或龋齿。如果把这些裂隙封闭,就能阻碍发酵性食

物及细菌进入,预防牙齿裂隙深处发生龋蛀。

“六·一”国际儿童节即将到来,海南拜尔口腔医院专家提醒家长,窝沟封闭的最佳时机为牙齿完全萌出,且尚未发生龋坏的时候。通常,孩子的小乳牙龋坏严重时,恒牙会有很高的患龋率,如果尽早做窝沟封闭,就可避免这种现象发生。

为了让孩子们了解爱牙护牙知识,培养良好的口腔卫生习惯,海南拜尔口腔医院举办了“我是拜尔小牙医”关爱儿童口腔健康大型公益活动,拜尔口医院的医生将为孩子们讲授有关口腔健康的知识,手把手地教小朋友学会正确的刷牙方法。此外,还免费为每一位小朋友做一次口腔检查,参加活动的小朋友每人将获得一颗免费的牙齿窝沟封闭。

活动正在火热报名中,请拨打拜尔口腔医院电话即可咨询报名! (晓琢 黄芳)



**海南拜尔口腔医院** 特约

拜尔口腔全国连锁  
IBYER DENTAL NATIONAL CHAIN  
—— 敬 请 您 参 观 参 展 ——

**24**小时咨询热线: **66556933**  
官网: [www.hnbyer.com](http://www.hnbyer.com)  
地址:海口市龙昆南路白坡里336号(南大桥下白坡里公交站旁)