



# “变了味”的食品添加剂



## 专家说老百姓没有必要谈“剂”色变

### 超量使用、滥用添加剂才是罪魁祸首

食品专家：  
符合标准的  
可以放心食用

山东轻工业学院的副教授于海峰博士指出，食品添加剂的应用是一把双刃剑，满足人们各种口感需求，但如果超标、滥用，就会危及人体健康。于博士的主要研究方向就是新型食品配料与添加剂开发。她说，在食品加工制造过程中合理使用食品添加剂，既可以使加工食品色、香、味、形及组织结构俱佳，还能保持和增加食品营养成分，防止食品腐败变质，延长食品保存期，便于食品加工和改进食品加工工艺，提高食品生产效率。

山东省食品工业协会的一位专家也对记者说，目前我国食品添加剂有23个类别，2000多个品种。如果没有这些添加剂，人们不可能吃到果冻、冰激凌等各种美味食品。如果没有防腐剂，牛奶、火腿肠不可能保鲜几个月甚至更长。

“面粉增白剂最初是防止白面发霉而引进的，后来由于滥用，才成为个别不法分子遮丑的工具。”专家表示，市民不应该谈“剂”色变，合理使用食品添加剂可以防止食品腐败变质，保持或增强食品的营养，改善或丰富食物的色、香、味等。实际上，很多食品不使用防腐剂，很容易变质，引起食物中毒，危害更大。现在的防腐剂除了能防止食品变质外，还可以杀灭霉菌等微生物，有益于人体健康。

于海峰指出，目前食品添加剂的问题主要集中在两个方面：一是超量，二是滥用。“关于食品添加剂的用量，国家制定有严格的标准，每种都有规定。但是，商家往往为了追求效果，不按规则办事，超标使用。比如有的厨师使用鸡精、味精，随意就来一勺。”她说，另外一种情况就是使用非法添加物，如用吊白块增白，工业明胶增稠等等。

“现在很多人迷信‘天然的就好’，其实不管是天然提取的还是人工合成的，只要正常使用，作用效果都是一样的。”于海峰表示，只要选择正规厂家的食品添加剂，合理使用，就可以放心，完全没有必要恐惧、抵触食品添加剂。（记者 赵国陆）

消费者反应：  
搞不清楚  
对身体有没有害

“像有些食品放很多天都不变质，毫无疑问，肯定里面是有食品添加剂的。”18日，正在超市中购物的李女士告诉记者，自己买食品的时候比较关心的是食品保质期，而对添加剂没有太多的关注，因为看了添加剂的那些专有的化学名词，自己也搞不清楚到底它们是干什么的，这些添加剂对健康有没有影响。

“反正是大家都吃，我也跟着吃呗。”采访中，很多消费者表示，一般老百姓除了上中学的化学课上听到过那些添加剂的化学名称外，根本不可能知道那些形形色色的化学物质是什么东西，所以也只能随大流了。反正也搞不清楚这些东西对身体有没有害，大家都吃，自己也跟着吃呗。

而此前，很多专家都曾经表示过，“只要符合国家管理规范”，“限量内使用”，食品添加剂在安全上完全可以放心，但对此，很多市民却不以为然。“食品添加剂即使是安全的，前提也是限量使用。”家住历城区的消费者崔先生有些担心地说，添加剂数量种类那么多，恐怕国家有关部门很难一一监管吧？那么是否超标使用，恐怕就只有企业自己知道了。（记者 李萌博）

营养专家：  
吃多了  
对身体没好处

随着市民日渐重视食品安全问题，食品添加剂成为大家关注的焦点。“有些方便面的包装上写有十几种添加剂，这还能吃吗？”近日，不少读者致电本报热线反映。

对此，千佛山医院营养科主任杜慧珍表示，对于食品添加剂的问题要两方面看，不能“非黑即白”。

杜慧珍说，其实市民们每天吃的食物基本上都含有食品添加剂，不能说食品添加剂全是坏的，但前提是，食品添加剂的添加量要在国家标准范围内。

同时杜慧珍强调，食品添加剂并不是食物本身的成分，所以要有有一定限量，吃多了对身体肯定是无益的。比如，目前市面上的色素类添加剂主要有两种，一种属于天然类色素，比如番茄红素和辣椒红素；另一种则是人工合成色素，如柠檬黄，后者对身体造成的影响要比前者大得多。

作为营养学的专家，杜慧珍提醒，老年人和婴幼儿在日常生活中最好少食或不食含有添加剂的食品。她表示，食品添加剂进入人体后，需要通过肝脏进行代谢，经过肾脏进行排泄，一段时间内进入人体的添加剂成分将在体内形成蓄积作用。

老年人和婴儿都是肝功能较弱的人群，不适量的食品添加剂会给肝脏造成严重的负担和损害。所以国家规定，婴儿食品是不能含有食品添加剂的。

（记者 高明兴）

企业监管：  
食品添加剂  
生产监督有规可依

6月1日，国家质检总局发布的《食品添加剂生产监督管理规定》正式实施。这是目前我国正式实施的首部专门规范食品添加剂生产的管理规定。

新规指出食品添加剂是指经国务院卫生行政部门批准并以标准、公告等方式公布的可作为改善食品品质和色、香、味以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要而加入食品的人工合成或者天然物质。

其他物质不得作为食品添加剂进行生产，不得作为食品添加剂实施生产许可。

新规中专门拿出一章来规定“生产者质量义务”，对食品添加剂企业提出了更为严格的要求。具体包括：生产者应当对出厂销售的食品添加剂进行出厂检验，合格后方可销售；生产者应当建立原材料采购、生产过程控制、产品出厂检验以及售后服务等的质量管理体系，并做好生产管理记录；食品添加剂包装应当采用安全、无毒的材料，并保证食品添加剂不被污染；生产者应当对生产管理情况，重点是食品添加剂质量安全控制情况进行自查等。

面粉增白剂、化学火锅底料……食品添加剂似乎让人谈之色变。对此，记者采访了省城相关人士。食品专家认为，其实没有必要抵触、恐惧食品添加剂，它在改善口味、延长保质期等方面功不可没，就连面粉增白剂最初也是用来防腐的。超量使用、滥用添加剂，才是罪魁祸首。而质监部门人士表示，“只要按国家标准添加食品添加剂，消费者就可以放心食用。”不过目前的确存在有企业超标滥用食品添加剂的行为需要打击，而即便对正规企业，质监部门也将采取产品抽查的方式，以保证食品安全。

制图：石岩

### 常用的食品添加剂

**防腐剂**：常用的有苯甲酸钠、山梨酸钾、二氧化硫、乳酸等。用于果酱、蜜饯等的食品加工中。

**抗氧化剂**：与防腐剂类似，可以延长食品的保质期。常用的有维C、异维C等。

**着色剂**：常用的合成色素有胭脂红、苋菜红、柠檬黄、靛蓝等。它可改变食品的外观，使人增强食欲。

**增稠剂和稳定剂**：可以改善或稳定冷饮的物理性状，使食品外观润滑细腻。它们使冰淇淋等冷冻食品长期保持柔软、疏松的组织结构。

**营养强化剂**：可增强和补充食品的某些营养成分如矿物质和微量元素（维生素、氨基酸、无机盐等）。各种婴幼儿配方奶粉就含有各种营养强化剂。

**膨松剂**：部分糖果和巧克力中添加膨松剂，可促使糖体产生二氧化碳，从而达到膨松的作用。常用的膨松剂有碳酸氢钠、碳酸氢铵、复合膨松剂等。

**甜味剂**：常用的人工合成的甜味剂有糖精钠、甜蜜素等。目的是增加甜味。

**酸味剂**：部分饮料、糖果等常采用酸味剂来调节和改善香味效果。常用柠檬酸、酒石酸、苹果酸、乳酸等。

**增白剂**：过氧化苯甲酰是面粉增白剂的主要成分。增白剂超标，会破坏面粉的营养，水解后产生的苯甲酸会对肝脏造成损害，过氧化苯甲酰在欧盟等发达国家已被禁止作为食品添加剂使用。

**香料**：香料有合成的，也有天然的，香型很多。消费者常吃的各种口味在生产过程中广泛使用各种香料，使其具有各种独特的风味。（记者 李萌博）

### 日本食品添加剂之神的背叛

1973年，毕业于日本山口大学化学系的安部司找到了一份工作——在食品添加剂公司做销售员。亚硝酸钠、山梨酸钾、甘油脂肪酸酯……看到这些化学品，他有些惊讶：那些东西竟被用在我们吃进嘴里的食品上。

很快，这些“魔法粉末”，让安部司尝到了越来越多的乐趣和成就感——10年间，安部司成了食品添加剂公司的首席推销员。安部司的绰号很响亮——“添加剂活辞典”、“食品添加剂之神”。他甚至渴望创立“全国第一的添加剂公司”。

他坚信，自己是在为食品加工厂排忧解难，帮他们用最低的成本做出好卖的产品。但是，一个偶然的转折，安部司却“背叛”了那个充满“魔法粉末”的世界，抛弃了当初的宏大理想。

1983年的那天，是安部司女儿的三岁生日。回到家中的安部司突然发现，孩子们抢着吃的肉丸子，是自己帮助制造商开发的“得意之作”。但他却并未感到骄傲，反而慌张地用两只手捂住了盛着肉丸的盘子。制造商采购了大量便宜的从牛骨头上剔下来的肉碎，这种肉碎黏糊糊的，水分多，既不能做成肉馅，又没有什么味道，一般用来制作宠物饲料。安部司被要求把这些肥肉变成能吃的东西。

作为“食品添加剂之神”，他给出的方案相当“完美”。这种用了二三十种添加剂、几乎可称作“添加剂堆”的肉丸，一盒售价不到100日元，因为成本才二三十日元。肉丸一上市就销售火爆，据说制造商仅靠这一种商品的利润就盖起了一座大楼。后来57岁的安部司出书、演讲，告诉人们每天填进肚子里的食品是怎样加工而成的，揭开添加剂世界里那些不为消费者所知的“内幕”。

“背叛者”安部司，却并非简单地“反添加剂”。他主张的是添加剂信息公开——让消费者知道他们究竟吃了些什么，然后自己做出选择。（据《瞭望东方周刊》）

相关链接