

本版主持人
医疗·健康新闻部主任:王淑云
电话:13939258016
E-mail:yjkkwb@163.com

防腐剂都加在哪儿了

化妆品、药品、加工食品等都可能添加

近日,一批零度可口可乐原液因被错送到台湾,被查出按台湾规定不允许添加到碳酸饮料中的防腐剂一事,又把百姓的目光聚焦到防腐剂上。更值得注意的是,此种防腐剂在国内是合法的。据记者调查,从食品到化妆品,防腐剂普遍存在于人们的生活中。不少老百姓对防腐剂有着很多疑问,甚至有人认为含防腐剂就等于危害健康。究竟什么是防腐剂?是否对人体有害?记者采访多位业内人士和权威专家,解开关于防腐剂的种种疑惑。



权威专家解答防腐剂五大疑问

面对众多食品、化妆品中的防腐剂,我们到底该如何正确看待?就此,江南大学食品学院徐学明教授给出权威解答。

1.防腐剂是什么?

防腐剂有广义和狭义之分。国外所说的防腐剂通常包括抗菌剂、抗氧化剂和抗褐变剂。抗氧化剂在食品中主要是为了抑制脂肪(通常吃的食用油)的氧化;抗褐变剂主要是为了防止食品,尤其是干制的果蔬食品因酶或非酶作用引起的颜色变化。我国所说的防腐剂为狭义的防腐剂,就是上述的抗菌剂,它多用于食品、药品或其他产品中,起到抑制微生物生长、延缓产品腐败速度的作用。

单就食品而言,中国目前已批准用于不同食品的防腐剂共32种。它们在批准使用前都经过了大量的科学实验,已证实规定的产品中按规定的量长期使用对人体不会产生任何急性、亚急性或慢性危害。

2.为什么要加防腐剂?

添加食品防腐剂是为了延长食品的保质期,防止食品腐败变质可能给消费者带来的健康危害。微生物的生长需要多种条件,一般只要有一个条件不满足,就很难生长。如我们吃的饼干因水分低就不必加防腐剂。食品防腐也不一定非要加防腐剂,还有高温、高压、低温冻藏、真空或充氮包装等方式。只不过,合理使用防腐剂更方便、成本更低,有时对保持食品原有的营

养、风味也很有好处。

3.哪些产品含有防腐剂?

记者调查总结了部分含有防腐剂的产品。化妆品类,比如羟苯甲酯、羟苯乙酯等多种对羟基苯甲酸酯类防腐剂成分大范围地存在于洁面乳、爽肤水、面霜、防晒霜、护发素等多种化妆品中。药品类,比如眼药水,一般超过0.4毫升的眼药水都含有防腐剂。部分加工食品,比如果冻、话梅、鱼片、糕点、香肠、酱油、饮料等。

4.防腐剂本身到底有没有毒?

这取决于我们的摄入量。有文献报道,在相同的食用量下,常用的防腐剂丙酸钙毒性与我们天天吃的食盐相当,而现在被广泛使用的山梨酸钾,毒性更是只有食盐的1/2。其实,按照我国《食品添加剂使用标准》的规定,就某一食品添加剂,包括防腐剂,针对其允许使用的食品,在其规定的最大添加量范围内使用,任何一种添加剂都是安全的,根本不存在“毒”的问题。

5.同一种防腐剂,为何会出现不同国家和地区的“双重标准”?

各地标准的不同源于人们的饮食习惯和生活方式等的不同。比如,美国人比中国人吃烘焙食品更多,因此与烘焙食品关系较大的反式脂肪酸的危害问题,他们考虑得可能就比我们更多。我们所有防腐剂,包括添加剂标准的制定,都是基于本地、本国人民的生活饮食习惯进行针对性试验、调查等而规定的。

对防腐剂 没必要草木皆兵

中国农业大学食品学院营养与食品安全系副教授何计国告诉记者,人们对防腐剂本身有毒及增加肝脏肾脏负担的担心没有必要。在允许添加的剂量内,防腐剂是完全安全的。建议购买大品牌的产品,因为他们更有能力规避掉由于技术、设备等导致的食物本身的潜在危害,确保产品质量,同时也保证食品添加剂在安全范围内。

中国食品药品检定研究院食品、化妆品检测中心主任张庆生表示,目前防腐剂存在的使用问题,一是没有按照国家规定,加了不该添加的物质;二是添加量超过了国家标准。两者都属于国家严厉打击的违法行为,因此,老百姓没有必要对所有防腐剂都觉得草木皆兵。一般来说,饼干、脱水制品等水分含量很少的食物,不会添加防腐剂;牛奶、酸奶的制作工艺,以及保质期较短的特点,也决定了它基本不含防腐剂;由于糖和盐都有杀菌作用,所以特别甜和特别咸的食物,不用加防腐剂;此外,铁皮罐头以及矿泉水也没有防腐剂。(据《生命时报》)

宫颈炎、宫颈糜烂 应早查早治

患者问:这几天我的小腹有坠胀感,腰酸痛,并且白带发黄,医生检查说我患了宫颈炎,我该怎么治疗、注意哪些问题?

市爱民医院妇科专家答:子宫是阻止病原微生物进入子宫、输卵管以及卵巢的一道重要防线。宫颈炎有急性和慢性两种,主要表现为:白带过多、发黄,宫颈充血、水肿,腰骶酸痛,小腹坠胀,痛经等症状。宫颈炎以慢性宫颈炎居多,常表现为宫颈糜烂。宫颈糜烂是由于炎性女性分泌物的浸渍刺激、宫颈鳞状上皮脱落、宫颈管柱状上皮发生非典型增生引起。宫颈糜烂常常合并HPV感染,因此会逐渐向宫颈癌前病变方向发展。有宫颈糜烂的妇女,宫颈癌发生率高于普通人群5倍到10倍。因此,宫颈炎、宫颈糜烂一定要早检查、早治疗,否则后果难以想象。

妇科主任张淑利提醒:预防女性生殖道感染,首先要养成良好的个人卫生习惯,每天用清水洗外阴及更换内裤。经期及性生活前后尤其要注意保持外阴清洁,一旦出现不适,如白带增多、下腹坠胀、外阴瘙痒等症状,应在医生的指导下对症用药。在没有明确诊断的情况下,随便买点女性洗液应付了事,或者羞于就医,或者认为自己年轻不会有病,这些做法都是不可取的,已婚女性出现感染时男方也应做检查,夫妻双方同时治疗,避免再次交叉感染。

市爱民医院拥有TCT宫颈防癌细胞学检查、阴道镜、美国新一代高频电磁波技术(即LEEP技术),治疗宫颈糜烂快速、高效,仅需十几分钟,不会改变宫颈的原有生理状态,治疗糜烂的同时,修复损伤的宫颈,使其变得光滑如初,未育的女性同样适用,不影响生育能力,无须住院,在门诊即可完成,手术后不影响生活质量,使患者重获和谐美满的生活。

专家热线:3326120

口腔异味 与胃肠疾病有关

患者问:我口腔有臭味,但我勤刷牙、常嚼口香糖、不吸烟。我没有口腔疾病,就是肠胃不好。请问,口腔异味跟肠胃不好有关系吗?

市爱民医院胃肠科专家答:绝大多数口腔异味都与胃肠疾病有关,不少胃肠疾病没有明显的症状表现。而口腔异味正是明确的警示信号,有功能性消化不良、慢性胃炎、消化性溃疡等疾病。幽门螺杆菌感染者,其口臭发生率明显高于未感染者,而消灭幽门螺杆菌后,口臭症状会明显减轻,原因可能是幽门螺杆菌感染直接产生硫化物,引起口臭,严重者往往还有一种特殊口腔异味,无论如何清洁,都无法去除。此外,人体感染幽门螺杆菌后,患胃癌的几率会增加。据临床资料表明:感染幽门螺杆菌是许多胃病发生、发展的一个重要原因,这种细菌会经口传播。世界卫生组织已把它列为胃肠疾病的头号致病因子。根除幽门螺杆菌后,胃癌的发病率明显下降。

市爱民医院拥有先进的幽门螺杆菌C14呼气检测仪和日本岛津遥控胃肠诊断系统,最大特点是体外检查,不插管、无痛苦。患者只需呼一口气,即可快速、准确地诊断出是否感染幽门螺杆菌及其数量,而且能用于药物疗效的观察,极大地提高了胃病的诊疗水平。另外也很适合心脏病和传染病患者、老年人、儿童。

专家提醒:在胃疼、胃区不适或消化道不适的时候,应该及时检查,弄清病因,对症治疗,预防胃癌发现时已成晚期。

专家热线:3326120

鹤壁市健康教育中心 保健与健康讲座

又是一年盛夏时,持续的高温使防暑降温成为头等大事,单位和家里的空调开始长时间运作,人们在得到凉爽的同时,“空调病”也随之而来。

一般情况下,夏季患关节炎的人相对较少,但空调的过度使用改变了这种情况。比如腰肌筋膜炎,虽不严重但易根治,而且病情到冬天时还会加重。

根据中医学理论,夏季受湿受寒易致冬秋发病,空调带来的温度骤变、对人的

夏季吹空调不当易致冬季发病

过冷刺激等会引发脾胃、心肺、呼吸系统等疾病,病症虽不明显或可暂时治愈,但对人体的影响将“潜伏”下来。中医讲“春夏养阳”,有些慢性病适于“冬病夏治”,如在夏天不抓紧治疗,病症将在冬天加重。

为了提高身体机能以抵御空调侵害,医生们各出妙招,如:慢吹气球提升肺功能、大步伐慢速倒走、练太极拳、穴位贴敷治疗等。同时,不要为了舒服和美丽忘了健康,比如:开着空调睡觉容易导致面瘫;

女孩子穿露脐装易患妇科病;夏天吃冷饮过多,容易导致冬天腹泻。



梦幻可视无痛人流术3分钟 轻松解决意外怀孕烦恼

可视 无痛 微创 安全 快捷 保宫
该技术具有定位准确、安全性高、手术时间短等优点,是迄今为止对身体伤害最小的人流术,并可提前10天终止妊娠,是目前摆脱意外怀孕烦恼的首选方案。

不伤宫颈、身体恢复快,不影响工作和学习;术后采用短波治疗,迅速恢复子宫机理,不影响生育。开展处女膜修补术、阴道紧缩术。

爱民医院 24小时 意外怀孕援助热线: 3326120

无痛包皮、包茎环切术

让男人从此“抛头露面”摆脱束缚

微创·无痛·恢复快·费用低

包皮过长和包茎是先天的发育异常,包皮过长是指包皮遮盖阴茎头部,只有用手将包皮上翻,或当阴茎充分勃起时阴茎头和冠状沟才能露出来;包茎是指包皮口过小、过紧、不能上翻或勃起仍不能露出龟头和冠状沟。

微创包皮、包茎环切术的优势:

- 1.手术只需几分钟,安全、无痛、微创、手术效果好;
- 2.随治随走,不用住院,不影响正常工作和生活;
- 3.一次治疗,“性福”一生,术后有效提高性生活质量;
- 4.有利于防止性传播疾病感染,并对早泄有一定的辅助治疗作用。

专家康复热线:0392-3326120

不插管、无痛苦检查胃肠疾病

金标准:查幽门螺杆菌 只需呼一口气

C14呼气检测仪体外检查,不插管。患者只需呼一口气,即可快速、准确地诊断出是否感染幽门螺杆菌及其数量。

如果长期胃部不适,胃胀、胃痛、胃酸,伴有口腔异味,首先要查明是否感染幽门螺杆菌。在胃溃疡患者中,幽门螺杆菌检出率为70%-90%。现代医学研究表明:幽门螺杆菌是消化性溃疡和慢性胃炎的罪魁祸首,也是世界卫生组织认定的胃癌第一类致癌源。及时地诊断并杀灭幽门螺杆菌是防止胃病反复发作、治愈胃病的有效途径。

爱民医院咨询电话: 3326120