

热饮杯盖能致癌？专家：正常使用没问题



对于很多人来说，寒冷的冬天喝一杯热咖啡、奶茶，既暖和又时尚。有些人在使用热饮塑料杯的过程中怀疑塑料杯盖经过热饮的加热不安全，释放苯乙烯单体。那么它受热后是否会释放苯乙烯单体，造成人体免疫力下降，增加癌症的患病风险？

□ 阮光锋

苯乙烯单体、聚苯乙烯都和塑料有关

聚苯乙烯是常用的一种塑料，通常所用的聚苯乙烯成品则是以聚苯乙烯树脂为主要原料，经相应生产工艺加工制成。聚苯乙烯的优点是轻质、高强度、成本低，目前，被广泛应用于食品包装中，例如杯盖、塑料水杯等。在塑料包装制品中，都会带有数字的标

记表示不同的塑料，数字标记“6”代表的就是聚苯乙烯。如果你看到杯盖有一个数字“6”的标记，说明这个杯盖就是聚苯乙烯材料制成的。

苯乙烯单体除了用来加工聚苯乙烯，还可用于加工其他塑料、橡胶，美国FDA允许苯乙烯单体参与合成多达28种食品接触材料。包括美国、欧盟、日本和我国在内的多个



国家和地区都允许使用聚苯乙烯作为食品包装材料。

热饮杯盖日常使用没问题

的确，聚苯乙烯在生产过

程中可能会有少量苯乙烯单体未能完全聚合而残留在成品内，另外，聚苯乙烯产品的稳定性不是很好，在使用过程中，可能在高温等条件下

产生少量苯乙烯单体。香港食物安全中心推荐聚苯乙烯制品的使用温度一般不超过100℃。

苯乙烯单体的迁移量主要取决于接触的温度、食物中油脂的含量以及接触的时间。一个热饮杯盖（一般重量为2~3克）中的苯乙烯单体的迁移量是3.75微克。而JEFCA制定的苯乙烯的暂定每日最大容许摄入量是0.04毫克/千克。对于体重为60千克的人来说，每日最大容许摄入量是2.4毫克。要达到这个危害量，相当于每天要饮用约107杯热饮，普通人一般情况下很难达到，所以对于日常使用的热饮杯盖来说仍然安全。



辟谣者 联盟

晚上吃姜，如吃砒霜？专家：瞎说，早、晚吃都可以

□ 记者 王震

坊间流传着一句谚语“早上吃姜，胜过参汤；晚上吃姜，如吃砒霜”。这种说法靠谱吗？带着这个疑问，记者采访了郑州市第二人民医院临床营养科主任周燕。

周燕指出，从营养学角度来看，晚上不要吃姜以及吃姜的各种禁忌都没有任何科学依据。

姜是一种调味品，不仅能够去腥，而且能够增鲜，是料理中常用的一种食材，姜的营养丰富，富含多种有益成分，性温暖胃，适合寒性体质的人食用。没有明确规定姜什么时候吃最好，当然也没有绝对不能吃姜的时候，早上吃、晚上吃都是没问题的。周主任建议大家晚上少吃油腻、刺激的食物，鼓励大家吃适量的蔬菜、水果以及粗粮，这样才能均

衡膳食，身体才会更加健康。其实生姜有加速血液循环的作用，还可以刺激胃液分泌，进而帮助消化，达到健胃的功效。人体在摄入食品的时候，最重要的一条原则就是平衡膳食，当我们在选择食物时，一定要注意多样性，五谷杂粮、蔬菜水果、各种肉类、蛋奶类都要适量摄入，这种饮食方式可以保证我们身体所需的各种维生素、氨基

酸、矿物质等摄入充足。“姜烂了还可以食用”这种观点是错误的，因为变质的姜会产生许多致病菌，其中有一种毒性很强的物质黄樟素，一旦人体吸收，就会破坏人体肠道的菌群健康，也会出现一些症状，比如腹泻、腹痛等不良反应，严重的时候还可以引起肝细胞变性，进而发生癌变。

癌症、心脏病患者增多 或与吃红肉过多有关

最新研究发现，红肉和加工肉食与癌症、心脏病等疾病密切相关。

在大多数高收入国家和中等收入国家，红肉和加工肉食摄入量都远远超过了推荐标准，如大量食用汉堡包、

炸鸡排等，导致心脏病、中风及糖尿病等病例猛增。食用红肉和加工肉食每年会导致全球240万人死亡。

研究人员表示，在英国，征收“红肉税”后，肉馅和牛排等红肉价格将提高14%，

培根和汉堡包等加工肉食价格将提高79%。这样消费者将会更容易选择健康的肉或其他食物，既对个人健康产生重大有利影响，又会给医疗保健系统减轻不小的压力。

就全球而言，该研究认为，征收“红肉税”可以使加工肉类消费平均减少16%，癌症、心脏病、中风和II型糖尿病死亡病例每年可因此减少22.2万。

据人民网

在卤汤中加罂粟壳 负责人被判刑

河南信阳县的李某在当地经营一家酒店。为了让酒店生意更兴隆，在制作的卤汤中添加罂粟壳。

当地市场监管部门抽检发现，其生产的卤汤中非法添加罂粟壳，并销售用此汤料卤制的卤肉。经检测，其卤汤内含有罂粟碱成分，含量为260ug/kg。

息县人民检察院向息县人民法院提起公诉，指控李某犯生产、销售有毒、有害食品罪。法院经审理认为，李某在生产、销售食品中掺入有毒有害的非食品原料，其行为已构成生产、销售有毒、有害食品罪，判处有期徒刑一年，缓刑两年，并处罚金3万元。

据平安信阳微信公众号

老人被骗：

数万元的口服液竟是果汁做

专车接送免费听健康讲座，只要到场就能领取米面油等商品，听完讲座还有免费体检和午餐，这是一家推销假冒保健品口服液的公司为前来听课的老年人作的安

排。但据警方介绍，其声称能“治病”、售价数万元的口服液竟是“三无”产品的浓缩果汁，许多老年人被骗数万元。

北京市公安局海淀分局

曙光派出所近日捣毁这一使用假保健品诈骗老人的窝点，缴获假冒保健品3000多瓶，刑拘5名诈骗嫌疑人。

警方提醒广大消费者，特别是中老年人，不要相信

不正规的免费体检、专家讲座等信息。若身体不适，请到正规医院检查治疗，勿信不是权威机构出具的体检报告。

据北京晚报