

認識食品添加物(下)

◎本社資料室

(接221期)

附表列出一些毒性強、禁用，卻被違法使用，以及合法允用，但毒性及安全仍有疑慮者，供參考。

合法但安全上有疑慮的食品添加物

類別	品目	使用食品舉例	對健康可能的影響
防腐劑	去水醋酸鈉	乾酪、乳酪、奶油 人造奶油	具致畸胎性。
抗氧化劑	BHA、BHT	油脂、速食麵、口 香糖、乳酪、奶油	BHA確定為致癌劑，BHT 有些研究顯示具有致癌性。
人工 甘味劑	糖精、甜精	蜜餞、瓜子、醃製 醬菜、飲料	由動物試驗顯示會致膀胱癌。
	阿斯巴甜	飲料、口香糖、蜜 餞、代糖糖包	眩暈，頭痛，癲癇，月經不 順，損害嬰兒的代謝作用(苯 酮尿症者不可以食用)。
保色劑	亞硝酸鹽	香腸、火腿、臘肉 培根、板鴨、魚干	與食品中的胺結合成致癌物 質亞硝酸胺鹽。
漂白劑	亞硫酸鹽	蜜餞、脫水蔬果、 金針、蝦、冰糖、 新鮮蔬果沙拉、澱粉	可能引起蕁麻疹、氣喘、腹 瀉、嘔吐，亦有氣喘患者致 死案例。
人工 合成色素	黃色四號	餅乾、糖果、油麵 、醃黃蘿蔔、火腿 香腸、飲料	以石油工業產物—煤焦為原 料合成，有害物質混入的機 會很多，本身毒性強，有致 癌性的隱憂，會引起蕁麻疹 、氣喘、過敏。

殺菌劑	過氧化氫 (雙氧水)	豆腐、豆干、素雞 麵腸、魚漿、肉漿 製品、死雞肉(漂 白並除異味)	會刺激腸胃黏膜，吃多了可 能引起頭痛、嘔吐、有致癌 性。規定食物中不得殘留， 不得作漂白劑。
-----	---------------	--	---

非法食品添加物

類別	品目	使用食品舉例	對健康可能的影響。
以前合法 現已禁用	溴酸鉀	使用於麵粉(麵筋 改良劑)	已確定有致癌性(民國83年 正式禁用)。
	甘精	蜜餞、飲料等 (甜味劑)	會傷害肝臟及消化道，致癌 性已確定。
	色素紅色 二號	糖果、飲料	有致癌作用(民國64年禁用 ，但73年某些進口糖果、清 涼飲料仍抽驗到)。
毒性強、 一向禁用 ，但仍有 業者違法 使用	硼砂	年糕、油麵、油條 魚丸、碗粿、粽子 板條、火腿、芋圓 粉圓(使Q、脆、 具彈性、具保水、 保存性)	硼砂吃下後，轉變為硼酸， 積存體內達1~3公克會急性 中毒而嘔吐、腹瀉、虛脫、 皮膚出現紅斑。超過20公克 腎臟可能萎縮，生命危險。
	吊白塊 福馬林	本為工業用的漂白 劑卻被使用於米粉 、黃葡萄乾、麥芽 糖、洋菇、蘿蔔乾 等食品	殘留的甲醛易引起頭痛、眩 暈、呼吸困難、嘔吐、消化 作用阻害、眼睛受損。殘留 的亞硫酸可能引起：蕁麻疹 、氣喘、腹瀉、嘔吐，也有 引起氣喘患者致死的案例。
	奶油黃	酸菜、醃黃蘿蔔、 麵條(工業用黃色 色素)	肝癌
	鹽基性 芥黃	酸菜、醃黃蘿蔔、 麵條(工業用黃色 色素)	頭痛、心跳加快、意識不明。