

脏油流向备受关注,研究证实其中含致癌物质

在外就餐, 你是否有健康危机?

当你揣着几根油条,坐上清晨第一列地铁上班的时候;当你站在街头大嚼羊肉串的时候;当你点上一盆香喷喷的水煮鱼的时候,你是否意识到自己正处在危险之中呢?近日,公安部指挥浙江、山东、河南公安机关破获一团伙生产销售食用地沟油案件,一条集捕捞、粗炼、倒卖、深加工、批发、零售等六大环节的地沟油黑色产业链浮出水面。据了解,这也是公安机关首次全环节破获以地沟油为原料制售食用油的重大案件,这起案件也暴露了我国在地沟油监管机制方面存在的一些问题。地沟油对人体有哪些危害?怎样简易识别地沟油?记者就这些大家关注的问题采访了相关专家。

□快报记者 金宁



漫画 俞晓翔

专家观点

吃了地沟油最轻的是腹泻

据了解,地沟油可分为几类,一是狭义的地沟油,即将下水道中的油腻漂浮物或者将宾馆、酒楼的剩饭、剩菜(通称泔水)经过简单加工、提炼出的油;二是劣质猪肉、猪内脏、猪皮加工以及提炼后产出的油;三是用于油炸食品的油使用次数超过规定要求后,再被重复使用或往其中添加一些新油后重新使用的油。

“地沟油”属于三无产品,其主要成分仍然是甘油三酯,却又比真正的食用油多了许多致病、致癌的毒性物质。医学研究的成果显示,长期摄入地沟油会对人体造成明显伤害,如发育障碍、易患肠炎,并有肝、心和肾肿大以及脂肪肝等病变。而地沟油中的主要危害物之一黄曲霉素是一种强烈的致癌物质,其毒性是砒霜的100倍。

江苏省人民医院消化科专家焦建华说,“地沟油”的制作过程注定了它的不卫生,其中含有的大量细菌、真菌等有害微生物一旦到达人的肠道,轻者会引发人们腹泻,重者则会引起人们恶心、呕吐等一系列肠胃疾病。据悉,“地沟油”中混有大量污水、垃圾和洗涤剂,经过地下作坊的露天提炼,根本无法

除去细菌和有害化学成分。所有的“地沟油”都会含铅量严重超标,是个不争的事实,而食用了含铅量超标的“地沟油”做成的食品,则会引起剧烈腹痛、贫血、中毒性肝病等症状。专家提醒广大的消费者,一旦在饭店、大排档或是小摊贩处进食后出现了腹痛、恶心、呕吐等症状,一定要在第一时间内到医院进行救治,以免对您的身体造成更大的伤害。

解疑释惑

平时不妨多吃些解毒食物

人体吃进地沟油后,摄入大量的黄曲霉素及其他的有害物质,增加了肝肾的解毒负担,对整个机体的吸收及免疫系统都带来了巨大的负面影响。那么我们要用食物调理,减轻毒害物质对脏器造成的伤害。尽管吃排毒食物未必就能排出地沟油的毒素,况且有些地沟油中含有致癌物,但是,专家认为,适量地吃些排毒食物对人体有利无弊。

南京市中医院主任医师谢英彪教授告诉记者,人体排毒时应该多喝水,水可以加速营养物质的输送和毒素的排泄,所以叫人体的清道夫。而排毒食物首选黑木耳,黑木耳含大量纤维素,可以增加粪便体积,促进胃肠道蠕动,将有害物质及时排出体外,香菇也具有很好

的排毒效果,它含有丰富的纤维素,并且含有香菇嘌呤等核酸类物质,对体内的各种“脂毒”有溶解作用。芦荟可泻下排毒,减少毒素在肠道停留时间。魔芋精粉具有清除血毒,排除脂毒的作用。值得一提的是,茶叶有抗氧化作用,还有抑制黄曲霉素致突变的作用,因此平时适量喝茶对排毒有益。此外,绿豆、竹笋、苜蓿、胡萝卜、芦蒿、蒲公英、豆芽、西瓜和蜂蜜等食物都具有排毒的属性。

业内人士则认为,其实,地沟油本身没有罪。发达国家,废旧油脂已经被广泛用于再生能源研发。我们的地沟油之所以能够回流到餐桌,一是政府有关部门监管不力,二是经营者违规或违法经营。日渐增多的“地沟油”,从一个侧面反映了人们物质生活的变化。近年来,随着经济快速发展,各地宾馆酒楼剩饭剩菜相对也就越来越多。加上市民家庭生活条件改善,家庭餐饮用油量普遍增加,导致城镇下水道中油脂漂浮物急剧增多。面对无法禁绝的地沟油,政府有关部门应认真思考对地沟油的治理问题。事实证明要杜绝地沟油不现实,关键在于怎样为地沟油找到废物利用的出路,引导、规范、开发地沟油循环经济产业链,让地沟油变废为宝,而不是流入宾馆饭店的餐桌,危害大众健康。

新闻链接

如何选择好的食用油?

在超市里,如何选择好的食用油?在餐馆吃饭,如何知道炒菜的油是不是好油?相信这些都是大家非常关心的问题。

一、看油的颜色

好的食用油看起来一定是透明澄亮的,颜色越透明澄亮越好。而地沟油有多种化学成分,会浑浊和不透明,瓶底可能还有沉淀。专家建议消费者,尽量不要购买有沉淀的食用油。

二、看品牌

消费者到超市购买食用油,应该尽量选择大品牌生产的食用油进行购买。

大品牌比较注重企业信誉和企业形象,食用油的品质也比较有保障,而且万一购买的食用油出现质量问题,也比较容易获得赔偿,减少自己的损失。

三、看有效营养成分含量

正常油类的有效成分维生素E、不饱和脂肪酸的含量较高,那么食用油的营养价值就更高。购买油时,可对比标注的含量。建议消费者多吃植物油,少吃动物油。

四、用热水涮

中国农业大学食品学院范志红教授称,油的粘度是做不了手脚的,所以在餐馆里吃饭,如果菜上的油特别油腻,用热水都涮不掉的油,就是已经很坏的了。

现代快报 健康周刊

快报全科专家团汇聚

三甲医院名医

全科专家团系列之一 《健康周刊》逢周一出版

江苏省属医疗单位			部队医院		南京市属医疗单位		
江苏省人民医院 心内科主任医师	江苏省中医院 骨内科主任医师	东南大学附属中大医院 心血管科主任	解放军第八一医院 全军麻醉科主任	南京鼓楼医院 普外科主任医师	南京东大医院 骨科主任医师	南京市第二医院 急诊科主任	
南京二大医院 神经内科主任医师	解放军第454医院 骨科主任	南京市妇幼保健院 产科主任医师	南京市儿童医院 急诊科主任	南京市中医院 肛肠科主任			
江苏省中西医结合医院 内科主任医师	南京同仁医院 口腔科主任医师	南京同仁医院 耳鼻喉科主任医师					
江苏省中西医结合医院 内科主任医师	南京同仁医院 口腔科主任医师	南京同仁医院 耳鼻喉科主任医师	南京市口腔医院 牙体牙髓科主任	南京鼓楼医院 神经内科主任	南京鼓楼医院 神经内科主任	南京鼓楼医院 神经内科主任	