



矿物质水、弱碱性水、小分子团水……走进超市,名目繁多的包装饮用水让人忍不住感叹“连喝水都会患上选择困难症”。今年5月24日起,消费者再也不用纠结这个问题了——国家将统一监管标准,今后饮用水统一为三大类:矿泉水、纯净水和其他类饮用水。

目前,市场上的饮用水纷纷穿上了各种各样的马甲,对于这些五花八门的“概念水”,是否真有其效还只是宣传手段?
现代快报记者 笪颖 王苏颖

“弱碱性水”“富氧水”“小分子团水”……傻傻分不清
喝水不再“选择困难”

人工添加矿物质,原来是为了调口味!

根据新规,诸如“冰露”、屈臣氏和康师傅等品牌的矿物质水,由于添加了硫酸镁、硫酸锌、氯化钙等食品添加剂,以后都需在产品名称的临近位置标示“食品添加剂用于调节口味”等类似字样。

“我们咨询过一些矿物质水生产厂商,了解到矿物质水产品中添加的诸如硫酸镁、硫酸锌等成分,其含量很少,远不能与天然矿泉水中矿物质含量相媲美。但这些添加剂可以改变水的pH值,对水的口感

也有一定的调节作用。”中国民族卫生协会健康饮用水专业委员会秘书长马锦亚说,为了防止消费者混淆矿物质水与天然矿泉水的概念,新规才提出了上述要求。

与此同时,马锦亚也直言,人工添加的这些矿物质,对于水产品口感的调节,只有专业级的人士才能品尝得出。“新标出台的新规定,其实也是为了让市场上的矿物质水产品继续得以存在,而不至于被清除。”

“弱碱性水”不稀奇,自来水也是!

近年来,“弱碱性水更有利于健康”的说法一直在朋友圈流传,据说通过摄入该种类的饮用水,可以改变不健康的“酸性体质”。那么,真相到底如何呢?

“在医学上并没有‘酸性体制’这一说,它也跟中医的体质学说毫无关系。”南京市中西医结合医院副主任医师杜长明告诉记者,“人体环境非常稳定,外界的酸

和碱不能改变身体平衡。”他认为,碱性水有益健康的说法只是一种营销手段,不能当真。另一方面,有些弱碱性水所强调的健康功效,主要是由于其中所含有的特殊矿物质本身具有功效,而不是因为这些矿物质所呈现的酸碱性。

事实上,马锦亚透露,就连日常生活用水(自来水)也是呈弱碱性的。

“小分子团水”“富氧水”“活化水”……以后统统没这叫法

新规规定,包装饮用水名称应当真实、科学,不得以水以外的一种或若干种成分来命名包装饮用水。产品名称不得标注“活化水”“小分子团水”“功能水”“能量水”以及其他不科学的内容。

记者咨询了农夫山泉、昆仑山等品牌包装饮用水的负责人,得到了诸如“小分子团水是存在的”“小分子团水更有利于人体吸收”等回复。不过,马锦亚则表示,“目前学界争议较大,并没有统一的认知,‘也许小分子团水确实存在,但是以目前

我国的科学技术和科研能力,还没有切实发现它的存在。”

同样的,诸如市面上存在的娃哈哈富氧水产品,目前也没有足够的依据能证明其补氧效果。马锦亚认为,以加工工艺或水中添加的成分来命名水产品,对于产品本身来说,是一种概念的打造,它们对于消费者而言,容易造成误导,“尤其是以一些没有足够依据证明的成分来命名,会让消费者产生效果上的误解,也容易引发消费者对产品涉嫌虚假宣传的质疑。”

冰川水、火山水、地下深层水……水源明确,值得提倡

“像冰川矿泉水、火山矿泉水、地下深层水这样的叫法,我是提倡的,这样明确告知了消费者水源属性。”马锦亚表示。据了解,包装饮用水新国标中,对原料做出了明确要求:1. 以来自公共供水系统的水为生产用源水,其水质应符合GB5749的规定;2. 以来自非公共供水系统的地表水

或地下水为生产用源水,其水质应符合GB5749对生活饮用水水源的卫生要求。源水经处理后,食品加工用水水质应符合GB5749的规定;3. 水源卫生防护:在易污染的范围应采取防护措施,以避免对水源的化学、微生物和物理品质造成污染或外部影响。



符合国标
也未必饮用安全

近期,诸如阿尔山等包装水因成分含量不达标或溴酸盐超标等原因上了国家食药监总局的黑榜,惹得不少消费者忧心忡忡:高端水也不安全了吗?以后该如何选择高端水产品呢?

对此,马锦亚特意强调,有些产品虽然成分含量不达标,不符合国家或地方标准中对成分含量的要求,但并不意味着它的产品质量不合格、不安全。同样的,符合GB(国家标准)、DB(地方标准)要求的产品,也不表示它一定属于绝对安全放心的产品。

“产品标准和安全标准,其实是两个概念。大家最容易在这上面犯迷糊。”马锦亚说,诸如,很多人都知道符合GB8537的产品比较好,因为只有真正达标的天然矿泉水才能标注“符合GB8537”,“但GB8537只是产品标准,产品标有符合GB8537的字样,只能说明这是天然矿泉水,产品符合标准中对锶、偏硅酸等成分含量的要求,并不是说它的食品安全性也一定是有保障的。”



分分钟读懂
包装水标志

● 纯净水 以符合生活饮用水卫生标准的水为水源,不含矿物质,长期作为生活唯一饮用水,不利于健康。

● 天然矿泉水 从地下深处自然涌出或经过人工采集的未受污染的地下水,较为业界所推崇,水中含有较多的矿物质,其中的某些特定元素对人体健康有保健作用。

● 矿物质水 又名“再矿化水”,在纯净水的基础上添加少量矿化元素制成。

● 天然水(山泉水) 取自污染较少的地表水或地下水,经过深度过滤及一系列处理工艺净化消毒后制成,含有一定量的矿物质,但含量低于矿泉水。