

# 2016食品安全微信10大谣言

下面让我们看一看，过去的一年里，是哪些谣言污染了我们的食品安全网络环境？

## 1. 葡萄无核是因为吃了避孕药？

谣言类型：以讹传讹

谣言：某视频中，一中年男子称无核葡萄是用避孕药培育的，吃了会绝育。

真相：避孕药是动物激素，对植物根本不起作用。

## 2. 维生素A伤害宝宝大脑？

谣言类型：断章取义

谣言：某理工女博士根据世卫组织文献《1-5月龄婴儿补充维生素A》得出“维生素A伤害宝宝大脑”的结论。

真相：世卫组织原文有着完全不同的含义。并且，世卫组织认为1-5个月的小宝宝补充推荐剂量的维生素A（5万单位）是安全的。

## 3. 小龙虾成了小“虫”虾？

谣言类型：夸大其辞

谣言：小龙虾浑身都是虫，不能吃。

真相：虾蟹不宜生食，但煮熟的小龙虾可放心食用。水产品中有寄生虫并非新鲜事，关键在加工过程中要烧熟煮透。

## 4. 肉鸭长得快是因为吃了“兴奋剂”？

谣言类型：改头换面

谣言：肉鸭生长过快，长期注射激素。

真相：肉鸭生长快是科学育种的结果，打激素既不合法也不合算。

## 5. 胆固醇被发“好人卡”？

谣言类型：断章取义

谣言：美国政府修改了40年以来的错误，胆固醇有益无害，不再分好坏。

真相：新版《美国居民膳食指南》取消胆固醇摄入的建议，但也强调“不代表建立健康饮食模式时胆固醇不再重要”。

## 6. 美国人民又不吃转基因了？

谣言类型：冷饭热炒

谣言：一篇名为《美国正式宣布转基因有毒》的文章流传开来，美国人民再一次不吃转基因了。

真相：美国是世界上最早研发转基因技术的国家，到现在已经吃了20多年，是转基因研发和消费大国。

## 7. 西瓜就桃要人命？

谣言类型：无中生有

谣言：桃子不能与西瓜一起吃，会产生剧毒，马上丧命。

真相：“食物相克论”造成了无数的冤案，且没有任何证据表明西瓜与桃同食会致命。任何一种农产品谣言的出现，都会辜负农民伯伯的血汗。

## 8. 方便面是垃圾食品吗？

谣言类型：冷饭热炒

谣言：方便面是垃圾食品。

真相：没有不好的食物，只有不好的食物搭配。



## 9. 樱桃感染禽流感H7N9病毒？

谣言类型：无中生有

谣言：有人因吃樱桃感染H7N9病毒死亡，参与抢救的医生已经被隔离。

真相：可查证的H7N9病毒是禽流感病毒，但该谣言嫁接痕迹太重，显然是“吃猪肉感染H7N9”、“吃麻辣烫感染H7N9”等谣言的新变种。

## 10. 猪肉寄生了无敌“钩虫”？

谣言类型：无中生有

谣言：多地网友上传“猪肉钩虫”的图片，引发轩然大波。

真相：猪肉中无“钩虫”说法，图片所指为猪的血管、淋巴管等组织结构。

《北京青年报》2017.1.11

# 家长嘴对嘴喂食 孩子吃不消

嘴对嘴喂食或者咀嚼后喂食，家长口中的细菌极易传染给宝宝，孩子的抵抗力差很容易引起各种疾病，尤其是感冒、肺炎等呼吸系统疾病、口腔疾病和肠胃疾病。

解放军254医院儿科主任杨清华说，中国有不少婴幼儿感染了幽门螺杆菌就与家长先咀嚼，或用嘴吹凉食物后再喂食有关。幽门螺杆菌是经口腔进入人体的，常存在于病人和带病者的牙垢与唾液中，儿童口腔接触了带菌的唾液就会感染。

儿童感染幽门螺杆菌后一般很难被机体清除而慢慢变成了慢性感染，引起慢性胃炎、消化性溃疡等疾病，

从而出现厌食、腹痛、腹胀、恶心、呕吐、反酸、嗳气等症状，其中腹痛以持续性隐痛或阵发性痉挛性腹痛多见。此外，有些患儿还可能出现消瘦，甚至消化道出血等症状。

由于胃病会长期持续、反复发作，给患儿的身心健康带来了一定的影响，严重时会影响患儿的生长发育，甚至会危及患儿生命，因此小儿胃病也需要引起家长足够的重视。

当宝宝已具备较好的咀嚼和消化食物的能力时，家长就应该让宝宝自己咀嚼食物，这样不但可以促进牙齿、颌面肌肉骨骼发育，还有利于培养他们咀嚼和吞咽的良好习惯。另



外，给宝宝喂食时一定要用宝宝的专用餐具，避免细菌交叉感染。应选择细软的食物，避免给宝宝喂食生硬、粗糙、油腻或过于刺激的食物，并注意多样化搭配，既保证营养丰富均衡，又避免宝宝因为食物单一而产生厌食。

《健康报》2017.1.9  
文/李京红 孙守君

# 掌握这三招识破无抵押贷款骗局

## 1. 联系方式极其简单

正规机构都有固定的办公场所和联系方式，如果对方总是用QQ和手机号作为沟通的桥梁，被问及固定电话也常以种种理由搪塞过去，那么背后一定另有隐情。

## 2. 对外宣称可在全国放款

由于贷款业务不可跨区操作，所以，从某种意义上来说，就算是最强机构也很难将业务触角大面积伸向全国，所以，如果骗子不懂行，自信满满地宣称可在全国放款，那么圈钱心切的他终究是露了马脚。

## 3. 放款前先收费

正规机构可是相当的善解人意，毫无例外的都是借款在先，收费在后。而只有别有用心的不法份子才会将流程颠倒，勾勒出了一个先收费，后放款的贷款世界，实则在钱款到账后，便已人间蒸发，不见了踪影。

《当代健康报》2017.1.12文/宗如申

# 中国母乳库亟待建立规范标准和运行指南

1月10日，在中国母乳库推广项目会上，北京协和医院儿科副主任李正红指出，国内母乳库尚处于摸索阶段，没有规范的建立标准和运行指南。

河北医科大学第一医院教授李增宁也指出，“母乳库”是一项为特别医疗需要而选择、收集、检测、运送、储存和分发母乳的重要设施。现在很多国家都已经制定了本国的母乳库的行业标准，而我国的母乳库工作刚刚处于起步阶段。

据了解，目前已建的十余家中国母乳库均为“无偿捐赠、无偿使用”，所需相关设备、采集母乳所需的耗材、捐赠者的血清学检查等相关资金多由医院或社会捐助承担，缺乏可持续的资金保障。

“参照国外母乳库‘无偿捐赠、有偿使用’的模式才能够使母乳库可持续发展。”李正红呼吁政府、学术团体、传媒机构、民间团体等参与到母乳库的建设中，使中国母乳库能够在标准化、制度化的基础上科学发展。

中国关心下一代工作委员会副主任武韬也呼吁，尽早出台相关政策，使中国母乳库在有监管、有保障的基础上健康发展；呼吁学术机构、社会团体，推动中国母乳库标准颁布。

据悉，会议由中国关心下一代工作委员会儿童发展研究中心携手伊利集团联合主办。

中国科技网 2017.1.10 文/马爱平

# 真该管管专坑老人的推销骗局了

每次读到老年人被骗子用高价保健品诈骗的社会新闻，心头都不免泛起一阵酸楚。许多老人的退休金本来就不高，有的完全靠子女供养，平日里节衣缩食，一件好衣服都不舍得买，一旦落入骗子精心布下的美丽陷阱，存款就成千上万地往外掏，换回一大堆被吹得神乎其神实则作用不大的保健品，被斩得“一颈血”而不自知，就算知道上当受骗，碍于面子或其他原因，也往往选择打碎牙齿往肚里吞，不敢告诉家人，可怜复可叹。

在“飓风2016”专项行动中，广州荔湾警方于近日端掉一个高价售卖保健品诈骗老人的团伙，抓获7名犯罪嫌疑人。专门坑老年人，骗阿伯阿婆，这样的钱你们花得可心安？还有一个细节令人大跌眼镜：主要犯罪嫌疑人早年毕业于国内知名学府，是经济管理类的高材生，曾担任某著名

企业的地区负责人。试想，一个知名学府毕业的经济管理高材生，用他的智商与学识去骗那些与社会有些脱节的老年人，老年人如何斗得过他？

警方神勇，斩断这些伸向长者的魔爪，大快人心。点赞之余，不免忧虑，面对此类案件多发态势，靠警方单打独斗能否抓得过来？不说别的，在我居住的小区，周边就有几家专门针对老年人的保健用品店，有的在店里摆放了七八张床，每天都躺满老年人，男女皆有，这是卖高价保健品的；有的在店门摆放了一些仪器，喷头不断喷出一些蒸汽，老人张开嘴不停吸入迎面而来的蒸汽，这是卖保健器材的；有的挂着文化传播公司招牌，把老人关在里边开讲座，至于卖什么，外人不得而知……有些店也开了一些日子了，一些老人天天守在店里，把这里当作自己的家。不敢说这些专门向老年人兜售保健品的行为

肯定有问题，但从其打“健康牌”“亲情牌”以及走高价路线的经营模式来说，暗藏的风险极大。

由此引发的思考是，对专门诈骗老年人的行为能否打提前量，或在注册关将他们堵在门外，或在经营关严格监控，不让诈骗老人的企图变现，而不是等到老年人上当受骗、报警之后才由警方介入，查案、抓人。和全部在线上操作的电信诈骗不一样，向老年人兜售高价保健品的诈骗行为，几乎都是线下操作、面对面进行，有的还大门洞开“做生意”，要发现并不是特别困难。假如，行政监管在日常巡查中发现这类经营行为，能够进去查看一番；或微服私访，问问经常出入这类场所的老年人，就不难发现这类非法经营行为。然后，按图索骥，上门查处，最大程度防止老年人上当受骗。

《广州日报》2017.1.13

**肉类1个月：**生肉买回后，最好在1个月内吃完，否则不但会造成营养物质流失，还会产生一种名为李斯特菌的“嗜冷菌”，食用后可能影响人体健康。

**豆制品两天：**豆制品蛋白质含量高，水分多，格外适合微生物繁殖。豆腐可以用烧开的盐水焯一下再放进冰箱，这样能保存两天左右；豆浆直接放进冰箱冷藏，可以保存一夜。

**鸡蛋15天：**一般来讲，存放在2℃~5℃的环境下，鸡蛋的保质期是40天，而冬季室内常温下保质期为

# 别囤货了，食物也有“寿命”

15天。但在购买时鸡蛋往往已经在超市储存了一段时间，所以建议购买鸡蛋以一周的量为宜。

**谷物类6个月：**一般来说，谷物最多能保存六个月。一旦打开包装袋，最好把它们放在密封食品罐里，这样能保证其新鲜。

**葱姜蒜2~3周：**葱姜蒜中的水分含量会影响品质。可以把锡纸剪成合

适的尺寸，将葱姜蒜分别包装，包裹时尽量将锡纸紧贴住食物，然后放在室内阴凉通风的地方即可，这样即使放两三周也不会变质。

**食用油3个月：**未开封的食用油在常温下(不超过25℃)保质期一般为18个月。开封后通常只能维持三个月，因此开瓶食用油最好在三个月内用完。

《大河健康报》2017.1.3文/王敏