

您了解

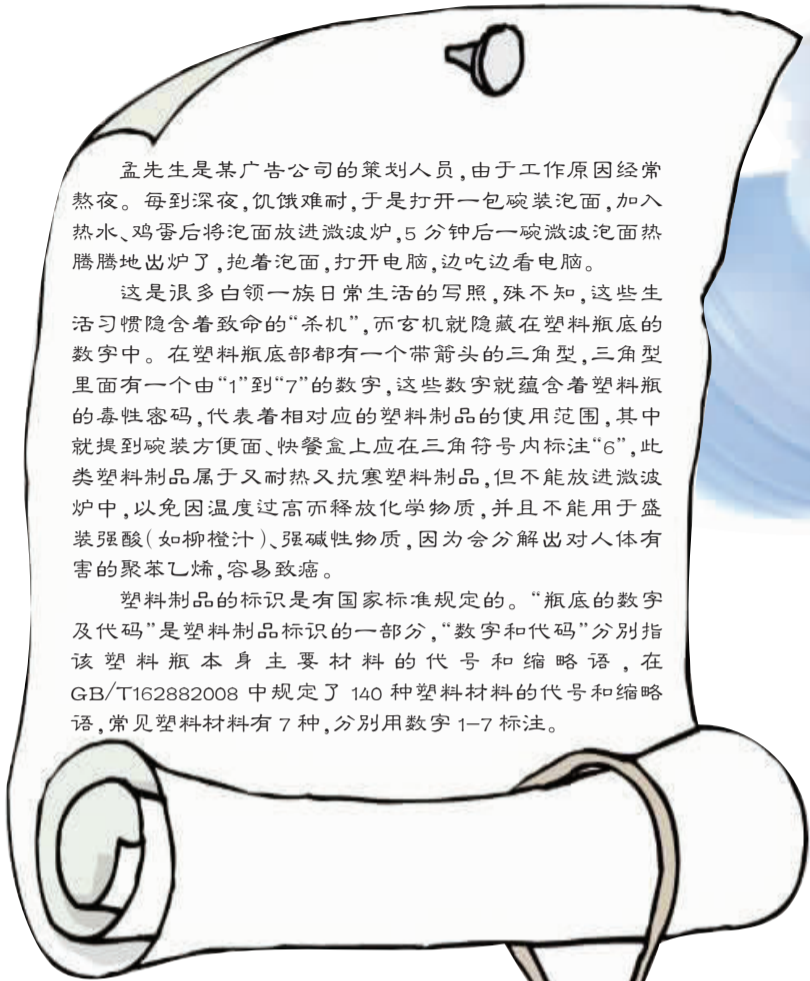
藏在塑料瓶底的

秘密吗?

孟先生是某广告公司的策划人员,由于工作原因经常熬夜。每到深夜,饥饿难耐,于是打开一包碗装泡面,加入热水、鸡蛋后将泡面放进微波炉,5分钟后一碗微波泡面热腾腾地出炉了,抱着泡面,打开电脑,边吃边看电脑。

这是很多白领一族日常生活的写照,殊不知,这些生活习惯隐含着致命的“杀机”,而玄机就隐藏在塑料瓶底的数字中。在塑料瓶底部都有一个带箭头的三角型,三角型里面有一个由“1”到“7”的数字,这些数字就蕴含着塑料瓶的毒性密码,代表着相对应的塑料制品的使用范围,其中就提到碗装方便面、快餐盒上应在三角符号内标注“6”,此类塑料制品属于又耐热又抗寒塑料制品,但不能放进微波炉中,以免因温度过高而释放化学物质,并且不能用于盛装强酸(如柳橙汁)、强碱性物质,因为会分解出对人体有害的聚苯乙烯,容易致癌。

塑料制品的标识是有国家标准规定的。“瓶底的数字及代码”是塑料制品标识的一部分,“数字和代码”分别指该塑料瓶本身主要材料的代号和缩略语,在GB/T162882008中规定了140种塑料材料的代号和缩略语,常见塑料材料有7种,分别用数字1-7标注。

**数字1代表PET,即聚对苯二甲酸乙二醇酯**

矿泉水瓶、碳酸饮料瓶都是用这种材质做成的。饮料瓶不能循环使用装热水,这种材料耐热至70℃,只适合装暖饮或冻饮,装高温液体或加热则易变形,有对人体有害的物质溶出。科学家发现,这种塑料制品用了10个月后,可能释放出致癌物,对人体具有毒性。因此,饮料瓶等用完了就丢掉,不要再用来作为水杯,或者用来做储物容器盛装其他物品。(阿联酋女童就是因为16个月使用同一矿泉水瓶,结果致癌物DEHP析出,才不幸患的癌症。)

数字2代表HDPE,即高密度聚乙烯

承装清洁用品、沐浴产品的塑料容器,目前超市和商场中使用的塑料袋多是此种材质制成,可耐110℃高温,标明食品用的塑料袋可用来盛装食品。盛装清洁用品、沐浴产品的塑料容器可在小心清洁后重复使用,但这些容器通常不好清洗,残留原有的清洁用品,变成细菌的温床,清洁不彻底,最好不要循环使用。

数字3代表PVC,即聚氯乙烯

常见雨衣、建材、塑料膜、塑料盒等。可塑性优良,价钱便宜。但只能耐81℃高温。据介绍,这种材质的塑料制品易产生的有毒有害物质来自于两个方面,一是生产过程中没有被完全聚合的单分子氯乙烯,二是增塑剂中的有害物。这两种物质在遇到高温和油脂时容易析出,有毒物随食物进入人体后,容易致癌。目前,这种材料的容器已经比较少用于包装食品。如果在使用,千万不要让它受热。

数字4代表LDPE,即低密度聚乙烯

保鲜膜、塑料膜等都是这种材质。耐热性不强,通常,合格的PE保鲜膜在温度超过110℃时会出现热熔现象,会留下一些人体无法分解的塑料制剂。并且,用保鲜膜包裹食物加热,食物中的油脂很容易将保鲜膜中的有害物质溶解出来。因此,食物入微波炉,先要取下包裹着的保鲜膜。

数字5代表PP,即聚丙烯

微波炉餐盒采用这种材质制成,耐130℃高温,透明度差,这是唯一可以放进微波炉的塑料盒,在小心清洁后可重复使用。需要特别注意的是,一些微波炉餐盒,盒体以05号PP制造,但盒盖却以06号PS(聚苯乙烯)制造,PS透明度好,但不耐高温,所以不能与盒体一并放进微波炉。为保险起见,容器放入微波炉前,先把盖子取下。

数字6代表PS,聚苯乙烯

这是用于制造碗装泡面盒、发泡快餐盒的材质。又耐热又抗寒,但不能放进微波炉中,以免因温度过高而释出化学物。并且不能用于盛装强酸(如柳橙汁)、强碱性物质,因为会分解出对人体不好的聚苯乙烯。因此,您要尽量避免用快餐盒打包滚烫的食物。

数字7代表PC及其他类

PC是被大量使用的一种材料,尤其多用于制造奶瓶、太空杯等。近年来,奶瓶因为含有双酚A而备受争议。专家指出,理论上,只要在制作PC的过程中,双酚A百分百转化成塑料结构,便表示制品完全没有双酚A,更谈不上释出。只是,若有少量双酚A没有转化成PC的塑料结构,则可能会释出而进入食物或饮品中。PC中残留的双酚A,温度愈高,释放愈多,速度也愈快。

因此,不应以PC水瓶盛热水。如果容器有任何摔伤或破损,建议停止使用,因为塑料制品表面如果有细微的坑纹,容易藏细菌。避免反复使用已经老化的塑料器具。因此,在平时的使用中,尽量少装热水、热食,不是微波炉专用塑料制品,别用微波炉加热。此外,塑料制品也别长时间放在冰箱里,尤其是冷冻室,低温会导致塑料降解,增加有害化学物质进入食物中的危险性。解冻时最好去掉塑料袋或从保鲜盒中拿出来。

吕文武 吴群 张静

延伸阅读

●陶瓷餐具不要盛放酸性食物

花色鲜美的瓷调料盒、瓷碗碟是浪漫主妇最喜欢的,然而,营造浪漫情调的同时可能潜藏着健康的危害。陶瓷是在烧成的素地胎上涂覆陶釉或瓷釉的釉药烧结而成,釉中主要成分为各种金属盐类,主要有铅、镉、锑等重金属。在含铅较多的陶瓷器皿中盛放醋、果汁、酒等酸性食品时,食后会引起中毒。故在使用陶瓷器具时应避免盛放酸性食物。

●不锈钢容器别放调味品

调味品中含有许多电解质,长时间盛放,不锈钢会像其他金属一样,与这些电解质发生化学反应,使有害金属元素析出。其微量金属元素会在人体中慢慢累积,当达到某一限度时,就会危害人体健康。另外,切勿用强碱性或强氧化性的化学药剂如苏打粉、漂白粉等洗涤不锈钢餐具。因为这些物质都是电解质,会与不锈钢发生化学反应,从而产生对人体有害的物质。

●不粘锅不宜高温煎炸

不粘锅的主要原料是全氟辛酸铵。全氟辛酸铵是人工制造的含氟聚合酸,由于其高度的稳定性,不易和食物产生粘连而作为不粘锅涂层必用的生产材料。这种不粘涂层其实就是一层薄膜,厚度在0.2毫米左右,如果干烧或油温达到300℃以上,这层薄膜就可能受到破坏。一般而言,炒菜时,温度不会达到260℃,但如果烹制煎炸食品,温度就可能超过260℃。烹饪时许多菜肴都需要煎炸,油的沸点是320℃,在煎炸食品时,油一直是滚烫的,这很容易导致不粘锅中的有害成分分解。所以烹制煎炸食品时应尽量避免使用不粘锅。另外,用不粘锅炒菜,不要用铁铲子,以防破坏不粘涂层。

松林 志云