

有關食物中含三聚氰胺所帶來之問題

近日市面上發現有多款奶類製品及含奶類成份的食品被驗出含「三聚氰胺」(Melamine)，可嚴重危害人體健康，事件引起普遍市民的關注。

什麼是三聚氰胺？

食品工業中常常需要測定食品的蛋白質含量。由於直接測量蛋白質技術上比較複雜，所以通常會通過測定氮原子的含量來間接推算食品中蛋白質的含量。由於三聚氰胺(含氮量 66%)與蛋白質(平均含氮量 16%)相比含有更高比例的氮原子，所以被一些不法商人利用，添加在食品中以造成食品蛋白質含量較高的假象。

三聚氰胺對人體有什麼影響？

長期攝取三聚氰胺可造成生殖能力受損、膀胱或腎結石、膀胱癌等。成年人由於經常喝水，因此三聚氰胺結石並不容易形成，但對於哺乳期的嬰兒，由於喝水很少而且相比成年人腎臟較小，因此容易造成結石、腎衰竭，甚至死亡。

人體每天最多可容忍多少份量的三聚氰胺呢？

美國食品藥物管理局 (FDA) 於 2007 年發佈的風險評估報告指出，人體可容忍的每日攝取量為 0.63 毫克/每公斤體重/每天。舉例而言，一個體重 60 公斤的人若每天累積攝取三聚氰胺達 37.8 毫克以上，將會有即時性的健康風險。

現時有哪些食品被驗出含有三聚氰胺？

香港政府於 2008 年 9 月 22 日緊急立法，禁止食物的三聚氰胺含量超標。新法例規定：嬰幼兒及孕婦食品，每公斤不能含有超過 1 毫克的三聚氰胺，食物每公斤不能超過 2.5 毫克。大家可參考以下食物安全中心的網頁內公佈有關食品中三聚氰胺含量的測試結果：

http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/whatsnew/whatsnew_fstr/whatsnew_fstr_Test_results_of_dairy_products.html

立新世紀產品有否受到影響？

立新世紀產品中，有 3 款含有牛奶成份，已證實不含三聚氰胺，大家可以放心使用。

活性靈芝咖啡 – 所選用的低脂奶精是由天然的椰子油及棕櫚油提煉而成，屬全植物性，故絕不含三聚氰胺。

免疫寶及營養補充配方 – 內含的牛奶原材料是採購自美國，並非由中國入口，亦未有被三聚氰胺所污染，故此可放心使用。

怎樣做才能保護身體免受三聚氰胺的影響？

1. 每天飲用 2 公升的清水，有助稀釋尿液，避免腎石形成。
2. 多進食鹼性食物，如深綠色蔬菜、海藻及菇類，可有助中和血液中的過多的酸性代謝物，預防結石形成。
3. 立新世紀產品建議：

超級葉綠素粉 – 成人每天一茶匙。4 歲以下兒童每天 1/4 茶匙。

青藍藻 – 成人每天兩至三粒。4 歲以下兒童每天一粒。