

【食药安全】

关于有机食品,你应该知道的



近几年,有机食品越来越流行。不过,与普通食品相比,有机食品真的更好吗?有机食品其实就是按照有机产品的标准进行生产、加工、销售的供人类消费、动物使用的产品。我国《有机产品》国家标准详细规定了有机产品生产、加工、标示和管理的各种要求。如,物种(粮食、蔬菜、水果、牲畜、水产、蜂蜜等)未经基因改造;生产过程不得使用化学合成农药、化肥、生长调节素、饲料添加剂等物质。对于水质、空气、生态环境等也做出了许多细致要求。比如,生产基地要远离城区、工矿、工业污染源等。

相比普通产品,有机产品的区别主要在于生产过程的控制——其对生产过程、农药、添加剂及化学产品等的使用、对场地的选择等,都要求更为严格。因此,有机产品的生产加工和销售必须由政府机构来认证。面对有机食品日益流行,人们难免对其存在如下认识误区。

误区一: 有机食品不使用食品添加剂。

其实,有机食品的生产也会用到添加剂。我国国家标准对有机食品的生产有明确规定:可以使用添加剂和加工助剂。

误区二: 有机食品不用农药,无农药残留。

事实上,有机食品在生产加工中会使用“有机农药”。目前,我国国家标准规定,有机食品在生产过程中允许使用农药,包括一些植物源、动物源和矿物来源的杀菌剂、杀虫剂

等。它们同样具有毒性,也并非完全不残留,如果清洗不净,对身体同样存在安全风险。而且,有机食品还会存在污染物残留。因为,食品的生产种植都离不开环境,土壤、水源和空气都影响食品的质量,环境中残留的化学物质会转移到食品上。

误区三: 有机食品就是纯天然。

其实,纯天然是一个非常不明确的概念。目前,国际上很多国家包括我国在内,都没有明确的纯天然食品标准。人们很难界定什么样的食品才是纯天然的。而在实际操作中,只要生产的食品没有添加人工色素、人造香精或者合成物质,食品生产厂家都会使用“纯天然”这个标签。如果按照人们所期望的没有农药等化学物质来作为评价纯天然食品的标准,就很难找到纯天然了。因为,随着农药、

化肥等使用越来越广泛,一些地区的空气和水等自然环境已经被污染,食物中都难免含有这些物质。

误区四: 有机食品更营养。

有咨询公司调查报告显示,68%的城市人群相信,有机食品比普通食品营养价值更高。对此,科学家也试着找到它们的营养价值差异。2013年的一项研究发现,有机番茄含有更多维生素C,但它们通常个头较小,含量相差因此也很小。2015年,新西兰科学家系统分析了有机奶和普通牛奶的成分后认为,两者并没有明显差异。而且,牛奶成分的差异主要由奶牛所吃牧草和饲料的不同所导致,与是否有机饲养没有关系。

英国食品标准局曾对过去55项相关研究汇总分析发现,从营养质量角度比较,有机

食品和常规食品间没有差异。法国食品安全局对食品中的干物质、碳水化合物、蛋白质、脂肪等综合分析后发现,目前的研究无法判定有机食品更营养。2012年,有研究对1966年至2011年间发表的比较有机食品与常规食品的近6000篇论文,分析的结论是,有机食品并没有比传统种植食品更健康或更安全。

误区五: 有机食品更安全。

其实,在安全性方面,有机食品也未必更优。首先,有机食品同样会使用农药。其安全关键还在于合理使用和监控安全的残留量。有机农业中使用的植物农药对环境 and 动物也存在一定的安全风险。其次,有机化肥也有重金属和细菌污染的风险。有机蔬果不使用化肥,在种植时大多使用植物性堆肥或是动物排泄物。这就带来了一个问题:动物性畜体内都有病菌和重金属,会随着粪便排出,用这些肥料种植出来的蔬果同样可能存在安全风险。

法国食品安全局对有机食品和常规食品对比分析发现,有机食品中的杀虫剂残留通常会更低,但对重金属、二恶英、真菌毒素、微生物等危害物残留分析后认为,无法判定哪一种体系的食品更安全。美国农业部一直公开申明,不对有机产品是否更有营养和更安全发表评论,也不允许宣传有机产品对常规产品的优势。

所以,有机食品并不一定更安全,规范种植的常规食品和有机食品都是安全的。

【周医生加油站】



10月9日,新泾镇管理办在社区卫生服务中心开展“食物搭配巧补钙”健康大讲堂,来自绿一、南洋新都、虹九及淞五居民区的65名健康自我管理小组组员参加了活动。讲座由新泾镇社区卫生服务中心医师周祥俊主讲,向居民们传授和讲解食物补钙的知识。补钙的最佳方式是多在日常饮食中选择天然的食物,比如牛奶和豆制品,其钙含量绝对能够满足一个人的需要。周祥俊用通俗易懂的语言,使大家深入了解到日常生活

中忽略的相关补钙知识,得到了现场居民的一致好评。

12月健康大讲堂主题: 膏方,中医的智慧

地点:新泾镇社区卫生服务中心(淞虹路507号3楼会议室)

时间:12月4日14:00

注:11月周医生健康加油站讲座暂停一次

【司法之窗】

继承人对被继承人的债务如何处理?

父亲再婚后没有再生育,前不久突然离世,生前未立遗嘱,只有我和继母两个法定继承人,但他生前曾对他说过他名下的房产由我继承,之后我和继母通过协商,房产由我继承,其他财产归继母所有。现有父亲生前的生意朋友拿着他的一张欠条找到了我讨要50万元。问父亲生前所欠债务应当如何偿还?

——沈先生

答复:按照《中华人民共和国继承法》规定:继承遗产应当清偿被继承人依法应当缴纳的税款和债务,遗产已被分割而未清偿债

务时,如有法定继承又有遗嘱继承和遗赠的,首先由法定继承人用其所得遗产清偿债务;剩余的债务由遗嘱继承人和受遗赠人按比例用所得遗产偿还;如果只有遗嘱继承和遗赠的,由遗嘱继承人和受遗赠人按比例用所得遗产偿还。

调解结果:新泾镇人民调解委员会和居委会召集双方当事人,经过多次调解,最终达成协议:沈先生父亲生前所欠债务由继母清偿10万元,剩余欠款由沈先生负责偿还。双方对协议均无异议,此纠纷得到圆满解决。(司法所李红供稿)

佳园装潢老房翻新讲座走入长宁仙霞大郡 11项老房安全免费检服务深受社区居民喜爱

10月13日周六上午,大清早没能挡住长宁仙霞大郡社区众多老房居民的热情,9点刚过,居民朋友便兴致勃勃地来到了活动中心,早早地在场地内抢占好有利位置,为了更近距离更仔细聆听佳园装潢资深老师带来的老房翻新精彩讲座,到场居民中有一位在去年10月28日已经参加过佳园首场社区便民活动,这次又带着家里人来参加,这位先生表示这样的老房翻新改造讲座非常实用,上次听了以后回家对自己家里的电箱水管都检查了一下,确实发现很多问题,拨打了佳园在活动现发免费服务券,他们很快上门帮我们解决了,这次活动又在自己丈母娘家社区办了,一定要再来听听,考虑把老房子整体交给佳园翻新一下,毕竟是上海翻新房屋装修的第一块牌子,我们老百姓还是很信赖他们的。

本次活动现场,佳园装潢一如既往带来了精彩讲座,居民朋友听的津津有味,不少居民边听边对照自己家里的现实情况不停向老师提问,都得到了非常实用的宝贵建议;这次现场还增设了游戏互动环节,实用礼品的发放让居民朋友兴趣盎然,到了互动环节结束后佳园装潢还拿出了社区王牌服务:老师免费上门查看!这项服务不仅是上海名牌的佳园装潢,只要是正规公司上门查看都要收取上门费,但是在佳园进社区系列活动中,全部都是免费提供服务的,这在佳园装潢其他任何渠道都是没有的服务,所以也受到了到场居民朋友的热烈欢迎。

在现场,关于老人房安全、厨房翻新、卫生间翻新、全屋涂料翻新、老家具搬运仓储、临时住宿等居民朋友棘手的需要迫切解决的问题,都在现场得到了专业解答。佳园装潢在活动现发倡导装修尤其是老



房子翻新,要把钱用在刀刃上,要为了提升居住舒适度,而不是铺张浪费豪华装修。更值得一提的是佳园装潢进社区活动专门准备了针对社区居民的特惠套餐,这些优惠在佳园平时展会和门店里都是不能享用的,还有特别受到居民欢迎的一项服务就是免费上门,现场提讲座,现场提问题,更可以现场让老师到家里去看看,有什么需求当面说,这样的机会确实非常宝贵。与此同时,和上场活动一样,11项老房安全免费检测维修更换服务也受到市民朋友的热烈欢迎,纷纷表示佳园装潢真的是在为老百姓做实事,真的是为老百姓做实事,这样的企业这样的活动,希望能够一直在社区里开展下去。

11项免费服务券

- 免费空调清洗(免清洗材料、免人工费)
 - 免费维修开关插座(免材料、免人工费)
 - 免费空调维修(免人工费)
 - 免费疏通下水(免材料、免人工费)
 - 免费维修脱排煤气灶(免人工费)
 - 免费更换角阀&连接软管(免材料、免人工费)
 - 免费灯具更换(免人工费)
 - 免费维修配电箱(免人工费)
 - 免费清洗自来水管(免人工费)
 - 免费维修铝合金封窗(免小配件、免人工费)
 - 免费厨卫五金安装(免人工费)
- 申领热线: 400-9200-412