第一图书网, tushu007.com

<<食品安全大透视>>

图书基本信息

书名：<<食品安全大透视>>

13位ISBN编号：9787538855357

10位ISBN编号：7538855351

出版时间：2008-1

出版时间：黑龙江科学技术

作者：王清华

页数：286

字数：276000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

炒菜的油有可能是从下水道里提炼出来的“ 泔水油 ”；牛百叶有可能是经氢氧化钠和福尔马林泡制的；碧绿的海带有可能用化工染料浸泡而成；市场上那些根粗叶厚的蔬菜，让我们食欲大开，但没想到竟然是用禁用农药灌根的；又长又白的豆芽很可能是用尿素、硝铵和无根剂培植出来的；酱油作为具有中国饮食文化特色的调味品，在一些不法商家手中会和毛发联系在一起……近年来，有关问题食品的报道不断见诸报端，让人看了不免心惊胆战，食品安全问题几乎成为社会难以根治的顽症。
最近，有专家指出我国每年实际发生食物中毒例数至少为200万，这不能不引起人们的警惕。
食者，生民之天，然而在物质丰富、食品供应充足的今天，广大消费者面对商场里琳琅满目的食品常常感到无所适从。
2004年7月5日《中国青年报》报道，根据一项调查，有82%的中国民众担心食品安全问题，有超过90%的受访者表示，曾经在生活中遇到过食品安全问题。
这项调查范围涵盖全国31个省、自治区和直辖市。
另据权威部门透露：国内消费者对国内任何一类食品安全的信任度均低于50%，由食品质量引起的食品安全问题已成为消费者关注的焦点。
失去痛感就无法规避伤害。
对于一个民族如此，对每一个人亦如此。
要使食品安全问题在短期内得以规范，是不现实的，对食品制假分子一味迁就是不理智的。
作为我们每一个消费者来说，只有识得食品真相，才能真正的保障自己的身体健康。
因此，我们编写了《食品安全大透视——选对食品，吃出健康》一书。
本书分为上篇、中篇、下篇三部分。
上篇属于综述篇，首先对国内外的食品安全现状做一概览，使读者对食品有一初步认识。
中篇和下篇对常见的各类食品做一全面扫描，其中，中篇对各种加工食品密码一一破译，使读者做到有的放矢；下篇追本溯源，对谷物果蔬等原料食品真相一一揭示，使读者以一颗平常心坦然面对食品安全。
总体结构上做到从密码破译、到选购技巧再到正确食用三部曲环环相扣、步步为营、层层把关，将食品不安全因素彻底拒之口外，建构起稳固的食品安全防线，使你真正做到选对食品，买得省心、吃得安心、食得健康！

<<食品安全大透视>>

内容概要

美味食品秀色可餐，而“化了妆”的食品更是诱人。
在超市里，我们时常可以看到这样的宣传：“无与伦比的松脆。
”“柔滑的如丝绸一样。

”更有一些食品如此宣传：“本品不含防腐剂。
”“本品不含人工色素。
”广大消费者被这些诱惑的语言所征服，于是纷纷欣然购买。

过度追求食品的口感、颜色和味道，导致添加剂摄入量过多，也可能引起各种毒副作用。
此外，许多食品添加剂是由人工合成，而且有些是有毒的，有的还能致癌。

长期大量食用膨化食品会造成湖旨、热量摄入高，粗纤维摄入不足，长期空腹食用还会影响身体健康。
因为在空腹的情况下，其所含有的铅、砷等毒素特别容易被身体吸收。

转基因食品可能会威胁人体健康。
如转基因作物中的毒素可引起人类急、慢性中毒或产生致癌、致畸、致突变作用；作物中的免疫或致敏物质可使人类机体产生过敏反应。

…… 本书分为上篇、中篇、下篇三部分，对食品安全作了大透视。

<<食品安全大透视>>

书籍目录

上篇　食品安全，谈虎色变
第一章 食品知识，你了解多少
1 食品安全不是概念游戏
2 食品存在哪些不安全因素
3 走出食品安全认识误区
第二章 食品真相：安全与危机并存
1 饱尝食品安全之痛
2 谁应为我们的食品安全买单
3 被媒体炒作了的食品安全危机
4 食品并没有那么可怕
第三章 选对食品，才能吃出健康
1 我们不仅要吃，而且要更健康地吃
2 什么样的食品才安全
3 迎战食品危机，消费者是无可替代的主力
中篇　密码破译，有的放矢
第一章 食品添加剂：不可或缺，不可不防
1 食品添加剂的毒性
2 防腐剂多耍“隐身术”
3 毒鸡腿为何这样毒
4 “香肉排骨”面粉制成
5 火腿问题多
6 腊肠色泽红艳有“猫腻”
7 添加硼砂的年糕
8 奶油蛋糕“看上去很美”
9 “奶精”不含一滴奶
10 甜味剂是零食中的甜蜜杀手
11 “彩妆”冰淇淋色素很伤人
12 工业润滑油炒瓜子
13 开心果购时勿贪“色”
14 腌腊制品肉并非越红越好
15 乌黑发亮的糖炒栗子有问题
16 皮革垃圾炼成果冻原料
17 工业酒精勾兑的白酒
18 合理使用添加剂对人体无碍
19 食品的美色与美味多是添加剂的“功劳”
20 怎样减少食品添加剂的毒性
第二章 调味品：一双慧眼辨真伪
1 调味品并非多多益善
2 看看泔水油是如何炼成的
3 棕榈油加棉籽油制成精炼油
4 腐臭猪皮榨毒油
5 食用盐是一把双刃剑
6 盐的味道出自海里的矿物质
7 怎样识别工业盐
8 料酒也有纯米料酒和料酒式调味料之分

9 酱油特有的味道是如何形成的
10 用毛发做成的毒酱油
11 冰醋酸勾兑名牌醋
12 酱油是否越鲜越好
13 糖类——生命活力的主要能源
14 味精是有害还是有益
15 鸡精没“鸡”也能生产
16“广告颜料”＋“辣椒粉”＝“胡椒粉”
17 为生活增光添彩的调味品
18 既是调料又是良药的姜
19 大蒜的神奇功效你知道吗？

第三章 膨化食品：香脆可口，食之有度
1 膨化食品有哪些
2 膨化食品——好吃莫贪吃
3 膨化食品藏有哪些有害因素
4 购买休闲食品应注意什么
5 爆米花不要多吃，否则会患老年痴呆
6 炸薯条含致癌物怎么办
7 小心虾条含铝超标
8 膨化食品，可以吃一点
9 膨化食品如何吃得健康
10 休闲食品吃出健康
11 煎炸食品应怎样吃
12 为什么常吃方便面会得营养缺乏症
13 加工食品好吗
14 方便食品给身体带来“不便”
15 小点心藏“甜蜜杀手”
第四章 转基因食品：求解是非之间的未知数
1 什么是转基因食品
2 转基因食品有哪些常见种类
3 转基因食品研制的前前后后
4 国内外转基因食品的生产现状
5 转基因食品为何受到质疑
6 转基因食品安全性评价
7 转基因食品有哪些潜在危害
8 转基因食用油是否安全
9 转基因食品真的那么可怕吗？

10 面对转基因食品，莫让自己的知情权悬空
下篇　追本溯源，坦然面对
第一章 谷物类食品
1 面粉增白隐毒患
2 米粉中人所不知的隐患
3 粉丝吃多会怎样？

4 香精＋大米＝香米

5 吃陈化大米有何害处
6 白芝麻如何染成黑芝麻
第二章 果蔬类食品
1 问题水果有哪些
2 畸形果蔬，宜看不宜吃
3 带虫眼的蔬菜好！
错！

4 野菜来路不明，不要轻易吃
5 鲜黄花菜食用不当会中毒
6 化肥浸泡过的豆芽长什么样
7 警惕染色青豆的鲜艳“外套”
8 漂亮马铃薯，药水泡
9 催熟番茄，莫吃！

10 吃维生素片能够代替蔬菜吗
11 黑木耳是怎样变“黑”的
12 反季节果蔬不要多吃
13 西瓜怎么不不甜了？

14 硫酸喷得美容荔枝
15 鲜红蜜桃红药水泡
16 揭开毒咸菜的加工“秘方”
17 蔬菜：不同的颜色，不同的营养
第三章 肉蛋类食品
1 “注水肉”掺假手段翻新
2 肉制品兽药残留导致机体慢性损害
3 这些动物部位不能吃
4 猪肉为什么会“出汗”
5 催肥肉：喂的是激素还是避孕药
6 羊肉串怎样吃危害小
7 病死猪肉，莫吃！

8 热鲜肉、冷冻肉、冷却肉的优势比拼
9 容易被忽视的猪肉皮营养
10 看白斩鸡怎样漂白
11 蛋黄为什么这样红
12 吃蛋黄会导致动脉硬化？

13 鸡蛋小，营养大
14 购买白条鸡要防止变质
15 病死鸡不可吃
第四章 水产类食品
1 有煤油味的鱼虾为何不能吃
2 野生红虾用二氧化硫“美容”
3 小心鲜鱼变药鱼
4 海鲜美白甲醛来泡

5 咸鱼有害，慢点吃
6 河豚鱼好吃但要慎吃

章节摘录

平常心对待食品安全问题民以食为天，面对诸多食品不安全的因素，消费者的反应很不相同。
有的消费者对不安全食品持无所谓的态度，依然我行我素，显得“气定神闲，悠然自得”，以前怎么吃现在还怎么吃，怕它有什么用？
认为吃上有毒的食品只能怪自己运气不好，怕这有毒那有毒干脆什么都别吃好了。
这类人心情“豁达”，但是不注意自我保护，容易受到问题食品的伤害。
还有一类截然相反的人，面对出现的食品安全问题天天担惊受怕，看到外面卖的食品就会想到有毒，即使饿着也不敢买。
买了菜自己回家做也是放心不下，一遍又一遍的洗，生怕农药残留洗不净，吃进胃里，即使吃到嘴里，还是怀疑是否吃进了有毒成分。
这类人走向了另一个极端，无限夸大了食品的危险性。
其结果有可能不是因吃了有问题的食品而患病，而是被食品安全的隐患所吓倒。
这两种人的做法都是错误的，面对食品安全问题既不能麻痹大意，也没必要惶惶不可终日把自己搞得很紧张。
关键是我们要掌握丰富的食品安全知识，在购买食品时做到有的放矢，才能保证自己的饮食安全，大可不必因噎废食。
由于消费者对食品质量要求越来越高，监管部门和媒体对违规操作的厂商曝光力度的加大，近年来食品安全问题似乎越来越突出，食品生产过程存在的制假售假等现象固然威胁着食品安全性，但要相信大多数食品还是安全的，一些绿色食品和有机食品可以成为我们的放心选择。
消费者要以平常心来对待食品安全问题，在食品安全的理解上，要从风险认知的角度来看待食品安全。
食品安全与否永远都是相对的，百分之百绝对安全的食品是永远不存在的，只能把安全问题降低到公众可以接受的程度。
全世界食品的安全管理都是基于风险的管理，公众应该有这样的风险认知能力，不要把不合格食品看同有毒食品，也不要认为今天吃了一个红心鸭蛋明天就会得癌症。
遇到食品问题不要忘了举报在食品安全事件涌现的今天，消费者应反思一下，我们自己有没有责任呢？
有多少消费者遇到食品安全问题后，会产生一种“多一事不如少一事”的消极心理，而不愿投诉或者根本不知应该怎样投诉？
减少不安全食品的危害离不开每个消费者的努力，可以说迎战食品安全危机，消费者是无可替代的主力，所以当遇到食品问题使自己的权利受到侵害时，记着向以下几个部门投诉。
（1）质监部门负责食品生产许可证管理工作，负责加工食品质量安全准人制度，围绕原材料进厂把关、生产设备、工艺流程、产品标准、检验设备与能力、环境条件、储运、包装等方面进行审查；依法查处生产和销售假冒伪劣食品和无证生产的违法行为。
出现上述方面的问题，可向质监部门投诉。
（2）食品药品监管部门负责食品安全管理的组织协调、综合监督，依法组织开展对重大食品安全事故的查处。
出现上述方面的问题，可向食品药品监管部门投诉。
（3）工商部门负责食品生产、经营企业和个体工商户工商注册登记主体资格的审查；依法查处无照经营行为；依法对食品商标、广告进行管理，查处食品流通领域的制售假冒伪劣商品行为，维护消费者合法权益。
出现上述方面的问题，可向工商部门投诉。
（4）卫生部门负责食品生产经营企业食品卫生许可证的发放和日常监督管理，对学校食堂、餐饮单位，包括各类宾馆、饭店、餐馆、酒楼、饮食店等以及食品添加剂生产企业的监督检查，对食品卫生质量的监督监测检验和食品生产经营人员的健康检查，开展食物中毒和食品安全重大事故病人的紧急救治工作。

出现上述方面的问题，可向卫生部门投诉。
（5）农业部门负责农业产地环境的监测和保护，负责畜禽防疫、检疫工作，负责组织对种子、肥料、农药、兽药、饲料和饲料添加剂等农业投入品的监管，组织对生产基地和批发市场、农贸市场、超市的农产品质量安全进行监测和抽验，负责无公害农产品产地认定和无公害农产品、绿色食品等产品认证的推荐工作。
如出现上述方面的问题，可向农业部门投诉。
（6）商务部门负责对食品流通业的行业指导和管理，负责监督管理畜禽定点屠宰，依法查处经营病害肉、注水肉案件。
出现上述方面的问题，可向商务部门投诉。
我们可以对不法厂家实行“经济制裁"由于我国有些食品标准并不完善、食品法规并不健全或监管工作不到位，在遇到问题食品时，我们可以对生产食品或销售食品的厂商实行“经济制裁”。
这种制裁并不是对其进行罚款，而是拒买这种假冒伪劣食品，看管好自己的钱袋子，这里的前提是我们消费者必须练就一双火眼金睛，知道它们是不合格食品。
只要所有的消费者齐心协力久而久之就会净化市场，使这些食品没有藏身之地。
一些厂商之所以生产或销售劣质食品，无非是为了降低成本减少支出，赢得最大利益。
更有一些利欲熏心的不法商贩置消费者的健康和安全于不顾，为了金钱铤而走险，有意制作伪劣食品暗中出售。
对于这些食品，生产者自己是绝对不吃的。
现在四川生产泡菜的人很少吃自己的产品，他们的泡菜只给消费者吃，因为他们知道里面有过量的防腐剂苯甲酸钠；生产凉皮的人也不会吃凉皮，因为这是自己用脚踩过；河北香河人也不吃自己灌根的韭菜，而是吃自己家的屋前屋后种的韭菜。
面对这些明明有害的食品，我们消费者千万不要拿自己的生命开玩笑，一味的贪图便宜而误买。
我们只有对这些黑心的造假者实行经济上的制裁，才能使他们无利可图，也就没有了市场，他们才会渐渐地提高产品质量，因为利润始终是他们行为和动机的方向盘，仅仅谴责商家的道德违规，盼望着他们良心发现，是不会收到好的效果的。
这就需要我们平时多积累一些如何选购食品的小窍门，并把这些东西运用到现实生活中。

编辑推荐

《食品安全大透视》内含最实用的食品知识，最详细的食品揭秘，最精确的食品透视，最贴心的食刻提醒。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com