

别用太艳的瓷盘盛食物



洗碗坏习惯损健康

受访专家

中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授 朱毅

受访专家

应急总医院急诊科主任 缪国斌

生命时报记者 廖晔

生命时报特约记者 莫鹏

绘有五彩缤纷图案的陶瓷器具,给就餐者一种美的享受。不过,你知道这种餐具可能对人体健康有潜在的危险吗?

中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅告诉《生命时报》记者,不论绘在瓷器或陶器上的高温彩釉,还是低温彩釉,其中都有由一些有毒的重金属和其他化合物构成的颜料,如彩釉中的大红色多数是含铜的化合物,奶油黄色含铅,翠绿色含铬,用这种瓷釉器皿盛果汁、醋、酒等弱酸性食物时,彩瓷釉花中的有毒重金属就会溶解出来,随食物进入人体,对身体造成伤害,甚至能引起慢性中毒。铜中毒可引起肺、骨损伤,铅中毒引发贫血、神经衰弱、骨髓增生等,因此,对于彩瓷、彩陶餐具,特别是器皿内壁涂有彩釉图案的餐具,应该谨慎使用。

不过,也不是所有带有花纹的瓷器都不能用,朱毅表示,为了确保购买到安全、可接触食品的陶瓷餐具,需要注意以下几点。

认准国家标准。购买时,首先查看产品是否符合GB 4806.4-2016《食品安全国家标准—陶瓷产品》的要求。这个标准规定了食品接触用陶瓷制品的物理、化学和生物安全等方面的要求,确保产品使用过程中不会对人体健康造成危害。

选择品牌和正规渠道。优选知名品牌和经过认证的商家购买,以确保产品的质量和安全。避免购买来源不明或价格过低的产品,这些可能是劣质或不合格产品。

注意检查标签和包装。仔细查看产品的标签和包装,了解产品的材质、产地、生产日期等信息。确保产品信息完整、清晰可辨。

不要选釉上彩。釉上彩的瓷盘摸起来有凹凸感,釉料中的重金属更容易溶出,要选釉下彩。

稍微刮一刮。对于有图案的陶瓷餐具,可以用指甲轻轻刮一下图案表面,检查是否有掉色或脱落的现象。如果图案牢固,不易脱落,说明产品质量较好。

看成色。观察陶瓷餐具的颜色和光泽。优质的陶瓷餐具通常色泽均匀,表面光滑,无明显色差或瑕疵。避免选择颜色太鲜艳或表面有不正常光泽的餐具,这可能使用了劣质颜料或表面处理不当。

摸质地。优质的陶瓷餐具质地细腻,手感光滑,不粗糙或凹凸不平。特别是底圈部分,应该细腻不刺手,以确保使用的舒适性。

听声音。轻轻敲击陶瓷餐具,听其发出的声音。优质的陶瓷餐具声音清脆悦耳,而劣质产品则可能发声沉闷或有杂音。

闻气味。优质的陶瓷餐具通常没有刺鼻的气味。如果闻到异味,可能是使用了劣质材料或表面处理不当的原因。

最后,朱毅提醒消费者不要买仿瓷产品,其主要成分是树脂,常比瓷器还鲜艳,一般情况下稳定性较好,但是如果超过120℃或遇到酸性液体,部分树脂就会分解,产生甲醛、三聚氰胺等有害物质。

生命时报官方网站

在我们的日常生活中,洗碗是一项必不可少的家务劳动。然而,许多人在洗碗时都存在一些常见的误区和坏习惯,这些习惯不仅可能导致清洁效果不佳,还可能对我们的健康造成潜在威胁。因此,我们需要了解并改正这些坏习惯,确保餐具的卫生安全。

餐后堆叠碗筷不及时清洗。许多人在用餐后,习惯将用过的碗筷直接堆叠在一起,等待一段时间后再清洗。这种做法看似节省了时间,但实际上却埋下了健康隐患。应急总医院急诊科主任缪国斌表示,食物残渣和油脂残留在碗筷上,如果不及清洗,这些残留物将成为细菌滋生的温床。尤其是在高温潮湿的环境下,细菌繁殖速度会更快。

正确做法:用餐后,应尽快将用过的碗筷分开,用清水冲洗掉食物残渣和油脂。如果无法立即清洗,可以将碗筷浸泡在水中,但浸泡时间不宜过长,以免细菌滋生。在清洗时,应使用流动的清水,确保将餐具表面的污渍彻底清除。

洗洁精未适当稀释。有些人为了追求清洁效果,会过量使用洗洁精,或者将洗洁精直接倒在碗筷上,不进行稀释。这种做法不仅浪费,还对健康造成潜在威胁。过量的洗洁精不易冲洗干净,残留在碗筷上的洗洁精可能对人体造成刺激和伤害。此外,洗洁精中的化学成分也可能对环境造成负面影响。

正确做法:将洗洁精倒入水中,用海绵或洗碗布蘸取稀释后的洗洁精水进行清洗。同时,要注意之后要用清水冲洗干净,确保餐具上没有洗洁精残留。在选择洗洁精时,应选择环保、无磷、无荧光剂等对人体和环境友好的产品。

洗碗布更换不动且混用。长时间使用同一块洗碗布,甚至将洗碗布用于擦

拭其他物品。这样容易滋生细菌和霉菌,如不及时更换或清洗,会污染碗筷和其他物品。此外,混用洗碗布还可能导致交叉污染。

正确做法:一般来说,建议每周更换一次洗碗布,并在使用后用清水冲洗干净并晾干。

碗筷未彻底晾干便收纳。有些人清洗完碗筷后,不等晾干就将它们放入橱柜或收纳盒中。潮湿的环境是细菌和霉菌滋生的温床,如碗筷未彻底晾干便收纳,会对人体健康造成潜在威胁。

正确做法:在清洗完碗筷后,应将它们放在通风干燥的地方晾干。也可以使用干净的毛巾或纸巾擦拭碗筷表面,以加快晾干速度。同时,要确保收纳碗筷的橱柜或收纳盒保持干燥和清洁。

碗筷长期未进行消毒处理。长期未进行消毒处理的碗筷可能会滋生细菌和病毒,增加健康风险。

正确做法:定期对碗筷进行消毒处理,可以使用开水煮沸、紫外线消毒柜或专用的消毒剂等方法进行消毒。在消毒时,要确保碗筷完全浸泡在消毒液或暴露在紫外线下一定时间,以达到消毒效果。同时,要注意消毒液的浓度和使用方法,避免对人体造成刺激和伤害。在选择消毒剂时,建议选择对人体和环境友好的产品。

生命时报官方网站

