

藥物食品 安全週報



第 635 期

2017 年 11 月 17 日

發行人：吳秀梅 署長

【本期提要】

- 一、慎選咖啡豆
避免赭麴毒
- 二、食品安全要解密
特定成分可送驗
- 三、洗碗精天然尚好？
注意標示勿輕信！



慎選咖啡豆 避免赭麴毒

喝咖啡已成了國內許多民眾的飲食習慣，但是臺灣的氣候高溫潮濕，萬一咖啡豆經過不良的加工烘焙，或不當的儲存方式容易滋生真菌，並可能因而產生赭麴毒素污染。赭麴毒素為某些真菌的代謝產物，共分為 A、B、C、D 四種，其中又以赭麴毒素 A 毒性最高，世界衛

生組織國際癌症研究機構（IARC）已將赭麴毒素 A 列為 2B 類致癌物，若過量攝取含赭麴毒素 A 的咖啡，可能造成腎、肝等病變。

一般咖啡生豆烘焙時溫度都在攝氏 210 到 260 度之間，此烘焙溫度下咖啡生豆中的赭麴毒素絕大多數都會被破壞，但如果烘焙現場旁擺置其他裝有咖啡生豆的麻布袋，或是烘焙過程中開放式朝向熙來攘往的街道，烘焙好的咖啡豆也就有可能受到空氣中的真菌孢子污染，並於包裝後再度滋生。

政府為了替民眾的食安把關，食品藥物管理署（以下簡稱食藥署）訂定「食品中真菌毒素限量標準」，將烘培咖啡豆及咖啡粉中赭麴毒素 A 限量標準，訂為 5 ppb 以下，與國際食品法典委員會（Codex）、歐盟和中國規定一致，且持續不定期的抽樣市售咖啡豆以檢驗是否符合規定，並與地方政府衛生局共同合作執行「2017

烘焙咖啡豆及咖啡粉中赭麴毒素A
限量標準訂為5ppb以下



年度市售食品中真菌毒素污染風險辨識與管理計畫」，抽驗市售食品檢測真菌毒素，其中咖啡製品件數檢驗皆合格。

食藥署提醒大家，選購咖啡豆時，除了注意其來源外，也要選擇衛生環境良好的烘焙空間、產品乾燥完全與包裝完整，並考量個人飲用習慣，適量購買並於期限內使用完畢；研磨後的咖啡粉因容易吸濕導致真菌生長，開封後可使用密封罐、袋來保持咖啡豆與咖啡粉的乾燥，亦可存放於冰箱維持低溫以降低真菌生長，如發現異狀時則丟棄不要食用。



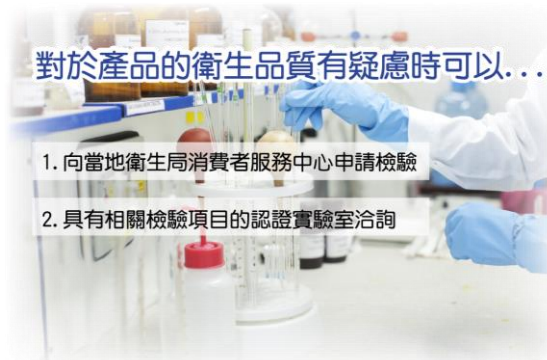
食品安全要解密 特定成分可送驗

想要維持健康體態，靠吃保健食品有效嗎？市面上許多訴求調節生理機能或補充營養的食品（如：機能性食品、保健食品、膳食補充品及經查驗登記核可的健康食品等），因各種原料基質複雜，成分種類繁多，業者對其產品應負自主管理的責任；無論是自行研發或委託可信賴的實驗室，以科學可靠的方法確認產品中特定成分，都應藉由成分含量標示等方式，讓消費者在選購時獲得正確的訊息。

基於維護國人健康，管理食品安全衛生及品質考量，食藥署陸續公開多項特定成分建議檢驗方法供大眾參考使用，並藉由市售產品調查，評估產品的特定成分標示符合情形。

另外，以建立檢驗方法聞名的美國分析化學家協會（AOAC），於徵詢膳食補充品的特定成分檢驗方法的項目中，亦有多項與食藥署已公開（如：兒茶素、薑黃素、蘆薈素、葉黃素、維生素 B12、維生素 D 及游離胺基酸等），或正進行研發（軟骨素硫酸鹽）之檢驗方法項目相同，顯示食藥署與國際關切的議題趨勢一致。

食藥署呼籲大家，不要購買及食用來路不明或誇大療效的產品，以免破財又傷身。如果對該項產品的衛生品質有疑慮，請直接向當地衛生局消費者服務中心申請檢驗，或向具有相關檢驗項目的認證實驗室洽詢。



1. 向當地衛生局消費者服務中心申請檢驗
2. 具有相關檢驗項目的認證實驗室洽詢



洗碗精天然尚好？注意標示勿輕信！

民眾日常居家生活，最常做的家事之一就是洗碗；但您知道，家裡用於清洗碗盤、杯碟等餐具的洗碗精，其包裝上標榜著天然、有機、無毒和抗菌字眼等，到底含有何種成分呢？

洗碗精屬「食品用洗潔劑」的一種，市售食品用洗潔劑應符合食品安全衛生管理法第 27 條及第 28 條之規定，其標示、宣傳或廣告，不得有不實、誇張或易生誤解之情形發生；食藥署為加強食品用洗潔劑標示管理，並於 2017 年 5 月 18 日公告「食品用洗潔劑標示原則」，例如：洗碗精不是供人食用的食品，所以不可以宣稱食品級；另外，物質之毒性與劑量相關，任何物質過量攝入均可能有不良影響，所以洗碗精不可以宣稱「無毒」，以上這些詞句有不實及誇張之虞。除標示外，衛生單位亦會抽驗市售洗碗精是否符合衛生標準，為消費者把關。

如果不是整瓶洗碗精都是天然或有機成分，不可以在「品名」、「圖畫」或「記號」出現天然或有機之中外文字樣，只可以在其他文字敘述中說明天然或有機之成分為何種原料，以免造成消費者誤解；並且從 2018 年 1 月 1 日起，市售洗碗精若要宣稱其原料為「天然」或「有機」，還要標示該原料之含量百分比，以免消費者在選購發生「以偏概全」的誤解。

想要少用洗碗精又可消除油膩嗎？食藥署提供以下清洗小撇步，在清洗碗盤之前，宜將油膩及不油膩的餐具分開處理；先將油膩餐具上的油膩成分擦掉並以熱水沖洗，再將洗碗精適當稀釋後使用，就能減少洗碗精的用量，清洗時也會更有效率喔。只要養成習慣，逐漸減少洗碗精的使用量，不但可避免洗碗精沖洗不乾淨的殘留問題，還能降低對環境造成的影響。若民眾想要了解更多洗碗精的相關資訊，歡迎到食藥署網站查詢：首頁 > 業務專區 > 食品 > 食品用洗潔劑宣導專區 > 簡介。



聽說頭尾呈現綠色的香蕉，吃了會致癌，這是真的嗎？

- (1) 香蕉若在樹上自然黃熟，常常無法轉色及熟成一致，導致口感品質不佳，因此目前市售香蕉是先於綠熟期採收，後再以低溫催熟促使後熟，使香蕉熟成品質一致。
- (2) 根據農委會指出，青蕉催熟是以低溫(14~20°C)催熟約5~7天，催熟的第1天利用酒精或電石(電土)產生微量乙烯，促使青蕉果皮逐漸退綠轉黃，絕無塗抹催熟劑，網路流傳之「頭尾綠香蕉」實際上是果皮轉色級數達第5級的香蕉。乙烯屬揮發性物質，會自然揮發消散，不會存在於香蕉內，並無致癌風險。
- (3) 選購香蕉時，若表皮出現黑點，並非香蕉腐敗，反而是香蕉最香甜的時候。若民眾仍有疑慮，可以在食用前用清水沖洗。

廣告

喝咖啡

看**紅黃綠**標誌

再忙，也要注意咖啡因標示

現煮咖啡業者應於販售場所明顯處顯著標示或張貼紅黃綠標誌或圖樣加強提醒消費者



紅色表示每杯咖啡因含量
201毫克以上

黃色表示每杯咖啡因含量
101-200毫克

綠色表示每杯咖啡因含量
100毫克以下

咖啡因的來源

咖啡因天然存在咖啡豆、茶葉、可可豆、瓜拿納樹（guarana）等植物。常見含咖啡因的食品和飲料，如：咖啡、茶、巧克力、可樂及部份能量飲料。

咖啡因對健康的影響

咖啡因過量會使人有心悸、焦躁不安、失眠、頭痛等症狀，長期喝含咖啡因飲料會產生心理依賴，當停用咖啡因時即會出現戒斷症狀，因此建議每天咖啡因總攝取量不要超過300毫克，至於有心血管疾病、心律不整、腸胃病、長期失眠的患者與孕婦及孩童，最好避免或減少含咖啡因飲品的飲用。

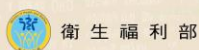
含咖啡因包裝飲品，應於個別產品外包裝標示咖啡因含量

為了讓消費者更易掌握到每日攝入了多少咖啡因，衛生福利部自民國96年起公告含有咖啡因成分之包裝飲品，應在外包裝上列出咖啡因含量。而消費者飲用咖啡因含量較高的飲品亦應適可而止，以免損害健康。

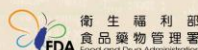
每100毫升所含咖啡因高於或等於20毫克者，其咖啡因含量以每100毫升實際所含咖啡因毫克數標示

每100毫升所含咖啡因低於20毫克者，其咖啡因含量以「20mg/100mL以下」標示

每100毫升所含咖啡因等於或低於2毫克者，得以標示「低咖啡因」



衛生福利部

衛生福利部
食品藥物管理署

刊名：藥物食品安全週報 (Food & Drug Consumer Newsletter) 出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

電話：02-2787-8000 地址：臺北市 11561 南港區昆陽街 161-2 號

編輯委員：吳秀英、林金富、陳信誠、陳瑜綸、吳立雅、簡希文、張志旭、許朝凱、林旭陽、李婉嬪

王博譽、陳可欣、洪悅慈、洪肇宏、闕麗卿、曾素香、遲蘭慧、謝碧蓮、陳惠章、陳美娟

出版年月：2017年11月17日 創刊年月：2005年9月22日 刊期頻率：每週一次

GPN : 4909405233 ISSN : 1817-3691

本刊電子版登載於衛生福利部食品藥物管理署(<http://www.fda.gov.tw>)政府出版品及食品藥物消費者知識服務資訊網(<http://consumer.fda.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeID=310>)；或請至該網站訂閱電子報

