

高端瓶装水 没有神“水平”

多数炒概念，
并不具备神效涉嫌虚假宣传

随着气温上升，饮用水市场也逐渐升温，一些水企纷纷发力高端水，大打概念牌，如富氧水、月子水、冰川水、弱碱性水、小分子团水等。这些概念水不仅价格昂贵，并宣传其具有神奇的疗效。不过，这些概念水真的这么神奇吗？国家食品安全风险评估中心副研究员钟凯、食品与营养信息交流中心专家阮光锋对市面上的一些高端水进行了解读。

弱碱性水：不能调节人体酸碱度

不少饮用水宣称“健康的生命需要天然弱碱性水”，同时弱碱性水能调节人体的酸碱度。真的有益人体健康吗？

解读：无论弱酸还是弱碱性水，喝到人体中都变成酸性的，因为我们胃里是pH值2.0左右的盐

酸。然后到了肠道，甭管什么水又变成碱性了，这是我们消化道细菌喜欢的环境。

我们的机体是一个精密的缓冲体系，比如血液的pH值正常范围是7.35-7.45，只有这样才能保证各种生理功能正常。

水的弱碱性来自于矿物质，比如碳酸盐、偏硅酸盐等，但这些微量的矿物质对人体的生理影响根本无法与来自膳食的宏量营养素相提并论。就连所谓的酸性食物、碱性食物也不能大幅改变我们的液体pH环境，更何况水呢？

富氧水：补氧功效不靠谱

去年有厂家推出“富氧水”，宣称喝了富氧水即可补氧。这种说法真的靠谱吗？

解读：富氧水中的氧气很少，市场上常见的富氧水中，溶解氧含量最高的为每升水80毫升氧气。而呼吸的时候，普通成年人每次呼吸大约是

500毫升空气，空气中氧气约占20%，一次呼吸中大约就有100毫升氧气。也就是说，我们呼吸一次所吸入的氧气含量都高于喝一升富氧水中氧气的含量。就算你每天喝的水都是这种富氧水，一般最多不超过3升，所含的氧气对于呼吸一整天的我们来

矿物质水：水中矿物质作用极小

一些商家宣传其水中含有人体需要的各种矿物质，常喝有利于人体健康？

解读：矿物质通常是指无机盐，水里面比较常见的是钠钾钙镁的碳酸

盐、偏硅酸盐等。水里也存在其他一些元素，比如铁、锌、锰、钼、钒等。不能否认的是，这些元素是人体需要的，但是我们获取这些营养元素的主要途径还是一日三餐。总体

来讲，如果你不缺，喝矿泉水也不会让你摄入过量，如果你缺，靠喝矿泉水也补不回来。宣扬水里的矿物质元素有多好，通常是卖矿泉水、矿物质水和其他涉水产品的人。

使用非食用物质、微生物、重金属、添加剂超标

进口食品不一定都安全

随着生活品质的提高、网购的发达，越来越多的消费者开始钟爱于购买进口食品。不仅是因为品种多样、口味新奇，还因为“进口商品对品质的要求比较高”——不少人这么想。可是，不得不告诉你，不是所有进口食品都是安全的。

近日，杭州检验检疫局就对一批不合格进口食品进行了现场销毁，共3个批次，100多箱，价值3500多美金。

这三个批次的进口食品主要为爆米花、饼干和水果果干。分别来自台湾地区、日本和韩国。这些食品包装精美，贴着中文标签，看起来没什么问题。

“其实它们都是不合格的。”杭州市检验检疫局卫食处负责人介绍，比如一款黑色真空包装，产自台湾地区的魔法泡菜星球爆米花中，就发现其违法添加了L-天门冬酸钠。L-天门冬酸钠是一种氨基酸钠盐，在大陆的食品生产标准中是不允许添加的。而日本生产的卡巴亚黄油味饼干棒、卡巴亚混合蔬菜味饼干棒中检出

小分子团水 其实只是噱头

一些商家推出专供产妇喝的“月子水”，号称是“小分子团水”（也称小分子水）。这种水真的更利于人体吸收，还有利于孩子智力发育？

解读：但由于氢键本身结合力很弱，因此无论哪种团块状结构都是不稳定的。人体消化吸收是一个很复杂的过程，并没有证据可以说明小一些的分子比大一些的分子更容易进入细胞中被人体吸收。目前也没有任何一个靠谱的文献证明这种水有什么神奇功效，所有有关这种水的功效信息，都来自卖这类产品的人。如果你真想喝“小分子团水”，不如烧开了趁热喝。

所谓“神水” 涉嫌虚假宣传

市面的水产品层出不穷，消费者该如何选择呢？

解读：喝水的根本目的是满足机体对水的需求。水是体内营养物质和代谢废物的搬运工，它只是一个载体，无论喝什么水不要把它当做营养来源，也不可能有什么神奇的功效。因此只要是符合国家标准的水都可以安全放心地饮用。平衡膳食，保证充足的饮水，适量运动和良好生活规律，才是健康的根本。

要记住的是，凡是吹上天的水都是骗人的，凡是能治病的“神水”都涉嫌虚假宣传，它们不会给你带来健康，只会让你掏更多冤枉钱。

■ 大开眼界

化妆师脸上作画 真人变身卡通



据报道，加拿大25岁女子莉安娜·莫斯利尽管从事化妆行业已有2年多，但直到最近开始漫画式上妆才令她名声鹊起。每个漫画式妆都要花费她2个小时左右，包括脸部和上身。

到目前为止，莫斯利最喜欢的漫画妆是将自己变身为地球超人。莫斯利还自曝称：“当我告诉爸爸那是我的作品时，他脸上的震惊表情让我非常开心。”

美国八旬老人 荒漠建艺术山



3月28日，美国80多岁近乎全盲的艺术家莱纳德·纳特为了将上帝对于世人的爱告诉大家，独立将一片荒漠打造成色彩缤纷的“救赎山”。走进“救赎山”，仿佛进入到爱丽丝梦游仙境里的童趣世界，随处都是令人赞叹的景致。此座艺术山曾登上国家地理杂志，并被专业旅游杂志《孤独星球》列为全美4千处必到景点之一，连当地的加州参议员都称它为国家珍宝。

意大利那不勒斯 比萨申遗



据悉，意大利那不勒斯比萨申请列入教科文组织(UNESCO)人类非物质文化遗产名录。报道称，那不勒斯位于意大利南部，长期以来决心巩固其“世界美食摇篮”的美誉。那不勒斯比萨有2种正宗风味，分别是大蒜西红柿酱比萨和玛格丽特比萨。比萨的特色是用燃烧橡木窑烤，将饼皮烤成金黄色，口感柔软、富弹性且嫩而香。

游客零下30℃ PK冰冻发型



据报道，国际冰冻发型大赛日前在加拿大怀特霍斯市的一个温泉浴场举行，参赛者冒着零下30摄氏度的严寒进入温泉池中，拍摄冰冻发型并将照片发布，参加评比。国际冰冻发型大赛每年都会举行，参赛者要做的就是进入水温40摄氏度的温泉，头部的水蒸汽可在60秒内迅速冻结。

（本报综合）

四大不合格 进口食品案例

●2014年，杭州检验检疫局陆续在6批食品中检出大陆禁止使用的添加剂“硼砂”和“铝”。其中5批为来自台湾地区的白朗妮海苔脆片（饼干）和大同花生味甜圈（膨化食品），1批为来自越南的友谊牌鸡蛋牛奶面包干（黑芝麻巧克力味）。

硼砂毒性较高，世界各国多禁止在食品中添加。连续摄取会在体内蓄积，妨碍消化道的酶，人体若摄入过多的硼，会引发多器官的蓄积性中毒。铝会损害人的脑细胞，一旦发生代谢紊乱，后果非常严重。

●2014年1月，杭州检验检疫局从马来西亚进口的扭扭乐香辣味玉米条（膨化食品）和蝴蝶形棉花糖中，分别检出大肠菌群和柠檬黄（色素）超标，其中大肠菌群超标2倍多。蝴蝶形棉花糖为首次在杭州口岸入境，检测结果

显示超标近2倍。“柠檬黄”过多摄入会导致过敏和其他反应，是我国GB2760-2011食品添加剂使用标准中的限用添加剂，在除胶基糖果以外的其他糖果中限量是0.3g/kg。

●2014年1月，杭州检验检疫局在一批产自日本的酵素中检出中药材通草，根据食品安全法规定，食品中禁止使用中药材成分。由于日本酵素成分复杂，根据功效不同，其配方通常含有20~100余种不同的原料，为加强功效很多配方中都会使用到中药材成分，某些功效对特定体质人群并不适宜，反而会产生健康危害。

●2014年7月，杭州检验检疫局在波兰生产的丝味娃可可华夫饼干中检出菌落总数、大肠菌群超标，分别为10000CFU/g, 230MPN/100g，超出我国食品安全国家标准限量的4倍和7倍。

大肠菌群超标，为210MPN/100g和90MPN/100g，分别超出我国食品安全国家标准限量的6倍和2倍。

每年杭州检验检疫局都要进行多次不合格进口食品的销毁，此次销毁的是2014年7月~2015年1月检测出的不合格食品。据统计，2014年，杭州检验检疫局共检出涉及安全、卫生项目不合格进口食品30批，其中，微生物不合格占26.67%，品质问题占16.67%、使用非食用物质占16.67%、添加剂超标占6.67%、重金属超标占3.33%、其他占30%。进口涉及安全、卫生项目不合格食品主要输出地为越南、德国、台湾地区、马来西亚、波兰、泰国、日本、韩国、智利、丹麦、意大利、瑞士等。