

農村 家庭



“硝”會引起癌症

台大醫學院
林仁昆

食品中不宜添加此物

據醫學研究報告證明，已有32種亞硝酸鹽的化合物可在人體中（動物體內）引起肝癌、胃癌、肺癌、腎臟癌、腸癌、鼻咽喉頭癌、腦癌……等各種癌症。

國人在製作香腸、火腿、魚乾、蝦乾時，都會習慣地加入一些“硝”（亞硝酸鹽）來增加色澤、風味及防腐，這是非常危險的。

目前世界先進國家對食品中添加亞硝酸鹽都在嚴加取締及管制，希望國人能重視此問題，製做香腸、火腿、魚乾、蝦乾……等食品時，不要再添加此類化合物。

亞硝酸鹽（硝）是一種食品添加物，尤其在一些肉類與魚類的食品加工，使用相當的廣泛。它的功用在於保持食品的色彩、抑制肉毒桿菌的生長與增加食品的特有風味。

亞硝酸鹽在酸性狀況下可和二級胺或三級胺反應形成亞硝胺。亞硝胺的毒力致癌力已有很多研究。

雖然不是每一種亞硝胺都有致癌性，但據癌學家 Magee 等人（1967）報告，已證明32種此類化合物可在動物體中引起肝、胃、腎、腸、咽、鼻咽、喉、腦……等各種癌症。因此各國對食品中添加亞硝酸鹽的含量都嚴加管制。

硝酸鹽為亞硝酸鹽的前驅物質，可還原為亞硝酸鹽。硝酸鹽的來

源很多，蔬菜、穀物、飲水中都有存在。在我們研究室裏也已證明動物腸管中很多種細菌，如大腸菌、乳酸菌等都含有還原酶的活性。因此食物中硝酸鹽的含量，也是值得重視的問題。

早在1895年，美國 Dr. N.S. Mayo 就報告牛因攝食含有大量硝酸鹽的玉米幹引起死亡。最近科學家已證實當人類或動物攝食大量的硝酸鹽後。可在其唾液檢查到亞硝酸鹽的存在。因此體內自行產生亞硝酸鹽可能是上述牛隻死亡的原因。

最近我在國科會的支持下，曾就食品中如香腸、洋火腿、乾魚、乾蝦等硝酸鹽與亞硝酸鹽的含量作

了一次抽查，結果發現有些香腸（約20%）有亞硝酸鹽的含量超出法定規定（70 p p m）者；硝酸鹽的含量則有高有低，最高有達 1,800 p p m 者。

台北市衛生局最近就市面上的香腸中亞硝酸鹽含量作抽查，結果約19%的樣品超出70 p p m。

美國最近由麻省理工學院的 Dr. Paul. Newberne 主持而由 FDA 支持的一個研究結果，使用了 1,954 隻老鼠，結果顯示僅在飼料中添加亞硝酸鹽就可增加動物產生癌症的機會。

我希望國內對硝酸鹽與亞硝酸鹽的使用能嚴加管制，以維護國人的健康。