

物食的艷鮮彩色意注

——俊 少——

在市面上

你會看到許多

五顏六色的糖

果、點心，它

們的芳香和美

麗的顏色，都

強烈地吸引著

你，不由得你

饒涎欲滴，非

買來嚐嚐不可

。在家裡「大

拜拜」的時候

，你也會吃染

得紅紅的「麵

龜」，取一個

吉利的徵兆。

就是日常吃飯

的時候，你的

飯桌上也常擺上一些黃蘿蔔，

這都會引起你的食慾。

但是當心！這些花花綠綠

的顏色，多半是有毒的；我們

的生命，正在有意無意中，受

着它們的摧殘。

就拿最普遍的黃蘿蔔來說

吧。據衛生試驗所在各縣市檢

查的結果，市上賣的，大多使用

有毒性色素黃色阿羅米。這是

一種顏色鮮艷，氣味芳香，不

易褪色而價格便宜的色素，但

是毒性却相當強烈，如果吃得

較多，二十分鐘後就會發生中



毒現象。

紅色的糖果，餅乾，大多

使用一種桃紅色色素叫羅達米

B的，因為它色彩鮮麗，使用

方便。但這種色素，吃多了也

會中毒。

此外如本省所賣的許多有

鮮艷顏色的食品如蜜餞、飲料

水、人造果汁等，據檢查也多

少摻有有害色素。我們每一個

人，多多少少總要吃一點這類

的食物，這許多有害的色素，

進入人體以後，雖然都須經過

肝臟行去毒作用；少了自然還

沒有大害，但如果一多可就危

險了。縱使幸而沒有中毒，也

會給你的肝臟增加負擔，影響

你的壽命呢！

商人們使用這些有毒性的

色素在食品裡，只是因為價格

便宜，顏色又漂亮，可以用來招

徠顧客而已；但是却在無意中

傷害了顧客。一些做父母的當

孩子要求買糖時，大半也喜歡

買顏色美麗的，但也在不知

不覺間傷害了自己的孩子。

為要維護大家的健康，

那末我們就應當注意幾點：

告訴孩子這些美麗的顏

色是有毒的。為使孩子不吃

，當然你先要給他作榜樣，自

己絕對不吃。盡量利用食物的

天然顏色，作巧妙的配合，使

飯桌上的食物彩色，一樣能引

起孩子們的食慾。

如果萬不得已，非用顏色

不可時，也應當儘量使用對人

體無害的天然色素，或用衛生

院以前許可的色素，你可以寫

治療燙傷

在農村燙傷是很常見的。燙傷須急治，愈快愈好。市面上

治療燙傷的藥雖多，但等燙了以後再買，未免太遲了。這裡介

紹一種簡便而不花錢的治療靈藥。

預備小缸一隻，將每天吃剩的殘茶，連茶葉一齊倒入缸內

，存積起來，大約二、三個月後，存量就相當可觀了。

如果被燙傷了，無論水燙、火燙、油燙，只要你把患處立

即浸在那茶缸裡（越快越好），疼痛即止。浸上二、三個鐘頭，

不但不起泡不破皮，而且包紮起來，照常可以工作，以後再浸

兩三天就可痊癒。但是如燙的面積大，還是應該立刻就醫的。

吃糖以後要漱口

中行

我們常常看到一些尚未到換牙齒的年齡的

孩子，小嘴吧裡，滿口蛀牙，有的甚至缺了好

幾顆牙齒，一看就知道是被蛀壞了的。

大多數人以為孩子的蛀牙，是由於吃糖太

多的緣故，於是許多作父母的，為了保護孩子

們的牙齒，絕對禁止孩子們吃糖。但是他們却

不知道，要保護牙齒，並不是禁止吃糖就行的

，縱使不讓孩子吃糖，別的食物，像澱粉質乳

類或酸性的食物。吃後不好好處理的話，也一

樣可以侵蝕牙齒。

如果我們能在吃糖以後，立刻將口漱刷乾

淨，不使糖質留在牙縫裡；那末，不管吃多少

都無妨。因為如讓糖質留在牙縫裡，時間久了，

就會起化學作用，形成一種酸性物質，會損

害牙齒表面的一層琺瑯質，這時如不趕緊求治

，漸漸就會侵害牙齒中的神經，形成很大的痛

苦。如果在吃糖以後，立即漱口刷牙，就是不

使糖質長留在齒間，那就不會再產生什麼有害

物質了。

也許有人會覺得，每次吃糖後，都要刷牙

，是多麼麻煩啊！其實只要在每次吃過以後，

倒杯開水或冷水，含在口中，輕輕地漱漱，再

把水吐掉就行了。這樣，就可把留在口中的糖

質洗乾淨，並不一定要用牙膏牙刷來刷洗。

不但吃了糖以後如此，

就是吃了飯或其他食物以後

，也應該如此，飯米菜屑，

留在牙縫裡，一樣會發酸傷

害牙齒，如能每餐後和睡覺

