

6000吨蔬菜每天怎么“体检”？

只听说过给人做体检，没听说过给蔬菜做“体检”。你错了！人检查的是血压、血糖和血脂，蔬菜检查的是农药残留、重金属和荧光剂。蔬菜生了病，送进人的嘴里，人也会生病。这样看来，给蔬菜做“体检”的人，应该和医生一样重要。

江桥市场是上海蔬菜销量最大的批发市场，每天平均 6000 吨。6000 吨蔬菜怎么“体检”？肯定是抽检。蔬菜卖家送一车，车上随机取一个，逢到七、八、九三个月还多取一个，碰到有“病史”的卖家和产地，再多抽一个。一句话，不冤枉好菜，也不让“病菜”蒙混过关。

江桥市场负责给蔬菜“体检”的检测站有 12 个工作人员。和医生一样，他们也穿白大褂。每天，他们要对 2000 多个蔬菜样本给出结论。尤其是清晨 6 时到上午 10 时，忙得团团转。他们并不知道送检的是谁家的蔬菜，客户一栏只是一串数字。

看看一条丝瓜、一只茄子或者一个蘑菇是怎么检查“身体”的。第

一步，“身体”上被用刀刮下一条，大概 1 到 2 克重，加农残提取液，然后放进仪器震荡 5 分钟，随后进移液管。接下来换个房间，滴上酶和显色剂，进快速检测仪见分晓。这个检测仪能耐不小，可以同时给 88 个样本做检查。时间也不长，就两分钟。蔬菜上残留的有机磷和氨基甲酸酯都逃不过它的法眼。一旦仪器显示酶抑制率大于 50，就意味着“阳性”，换句话说“有问题”。如果你不服，可以申请复检。还不服，样本再送气相色谱检测，告诉你什么指标超标了多少量，一清二楚。蘑菇还多一个体检项目，查查“身”上有没有荧光增白剂。对于大多数卖家来说，从进场登记、抽样到最后知道结果，只要大约半个小时。

蔬菜“体检”不及格，必须交由市场统一销毁。去年一年，江桥市场销毁抽检不合格蔬菜 22.6 吨。今年 2 月 13 日，一批来自南方某省的香葱被检出甲胺磷超标，3 万公斤全部就地销毁。 本报记者 陈杰



■ 江桥市场检测站的工作人员在对蔬菜“体检” 本报记者 陈意俊 摄

去年全市快速检测各类食品7万多批次,阳性率0.2% 蔬菜抽检不合格 停售并接受调查

“现在去菜市场买菜，看上去样子都不错。可是，邻居跟我说，要挑一些卖相不突出，甚至有点虫眼的小菜，反倒比较安全。”吴佳敏是家里的“马大嫂”，今天上午打通本报“春令热线”求解困惑。

记者从市食药监部门了解到，上海作为特大型城市，每年消费蔬菜近600万吨，50%以上的蔬菜来自外地。批发市场作为外地蔬菜进入

上海的“门户”，也是食品安全监管的重点。近年来，市食药监局始终把批发市场作为食用农产品监管的重点，加强对蔬菜等食用农产品的食品安全监管。

据了解，有关部门把监督经营者作为突破口，让其落实食品安全主体责任。这包括要求经营者密切关注输入地相关品种的质量安全状况，加强对供货商的考察把关，严格

落实索证索票、进货查验等基本制度，严把蔬菜“进货关口”；运用信息化手段，实现食品“来源有记录、流向可追踪、安全可追溯”；推进批发市场快检室建设，通过对蔬菜农药残留的快速检测，及时发现、有效控制食品安全风险，防止问题蔬菜及其他食用农产品流入市场。

同时，对蔬菜的日常快检和监督抽检也不断加强。记者了解到，近

年来，市食药监部门借助快检仪器和设备，以批发市场和大型超市为重点，加强了对蔬菜农药残留的检测。2013年，全市快速检测各类食品7万多批次，快检阳性率为0.2%，对快检不合格的食品，均及时采取暂停销售措施，并送相关检验机构检验。其中蔬菜中农药残留检测约占20%左右。

由于蔬菜是与市民关系密切的

食用农产品，有关部门每月监督抽检超市、农贸（批发）市场销售的蔬菜，检测指标包括农药残留、重金属等共137项。2013年以来，共抽检蔬菜样品1200批次，其中1172个批次符合相关标准的要求，抽检合格率为97.7%。对抽检不合格的蔬菜，均采取立即停止销售、调查处理等措施，同时，抄告不合格信息，促进源头监管，有效地控制食品安全风险。

市食药监局相关负责人表示，下一步将进一步加大对蔬菜农药残留的快速检测和监督抽检力度，通过补贴快检试剂耗材等形式，大力推进企业自检，并加强对大型超市和批发市场快检室的督促和指导，切实防止问题蔬菜流入市民餐桌。

本报记者 陈杰

柠檬水防癌？饭后吃梨防癌？ 网络热传“养生秘招”不靠谱



喝柠檬水可以防癌，饭后吃个梨也能防癌，这样的说法是不是靠谱？当记者就这些说法请教专家后，得到的答案是，由于缺乏必要的科学方法和数据支撑，这些所谓的“养生秘招”其实大多不靠谱。

“柠檬水养生”说的是柠檬泡水可以防癌，又有人总结了如何泡、如何喝的一些“注意事项”，再加上“国外某某研究机构发现”“柠檬中的某某成分比化疗药物高效10000倍”等网民喜闻乐见的宣传用语，“柠檬泡水”开始广为流传。

然而，科普作家云无心认为，“柠檬抗癌”的研究，还只停留在细

胞实验和动物实验的层次。需要注意的是，细胞实验只是说明“有可能”，在科学研究中只能作为筛选手段。同时，动物跟人还是有差别的，在动物实验中有效但在人体中显示不出效果是很常见的现象。“柠檬抗癌”之说虽然没被“否定”，但距离“有效”还有遥远的路要走。而这条路上处于同一阵营的，还有许多蔬菜、水果或者非常规食用的植物，甚至有很多表现得比柠檬要更好。“没有任何一种食物或者食物成分能够保护你不得癌，但强有力的证据显示：多吃各种植物性食物，如蔬菜、水果、全谷粗粮和豆类，有助于降低多种癌症的风险”。

“不要小看梨的功效，饭后吃梨能防癌症。”有些人说，“饭后吃

个梨，积存在人体内的致癌物质可以大量排出。在人们热衷于吃煎烤食品、快餐类食品的今天，饭后吃一个梨不失为一种值得推荐的健康生活方式。”

“吃水果有好处，但可帮助排出致癌物似乎有夸大嫌疑。”市食品协会专家委员会主任王志英分析说，作出这样的结论，必须要有严格的科学试验和数据，推定饭后吃梨与致癌物排出之间有必然的因果关系。这里涉及多方面因素：哪些是“致癌物质”，多少人参加试验，这些人本身情况如何，吃饭吃了什么东西，饭后多长时间吃了多大的梨，结果排出了哪些种类的致癌物质，分别是多少数量。“轻率下结论，不科学。” 本报记者 陈杰

【回音壁】

市民邹剑来电询问：
哪些蔬果的皮不宜食用？
食品专家回答：
有几种蔬果的皮不宜食用。

红薯皮：因含碱量较多，食用过多会导致肠胃不适，呈褐色或有黑色斑点的更不能食用，因这种红薯受了黑斑病的感染，食用后会引起中毒。

马铃薯皮：内含不益于人体健康的配糖生物碱，进入人体后会形成积蓄性中毒。

荸荠皮：因荸荠生于肥沃的水泽，皮上会聚集多种有害、有毒的生物排泄物和化学物质。因此，生食或熟食都应去皮，否则会引起难以预料疾病。

柿子皮：据医学研究证明，柿子未成熟时，可对肠胃造成伤害的鞣酸主要存在于柿肉内，而柿子成熟后，鞣酸便会集中于柿皮内。

市民宋忠献来电咨询：
纯果汁能否完全代替水果？
食品专家回答：
纯果汁代替不了水果。

一方面，果汁中不含纤维素，而水果中含有较多纤维素。纤维素虽然不人体消化吸收，但会增加肠道蠕动，促进排便。食物中缺乏纤维素不仅会引起肠功能紊乱，容易发生便秘，而且会使肠道内厌氧菌繁殖增多，有害物增多，这也是导致结肠癌的原因之一。

另一方面，果汁含糖量高，吃完后再喝果汁，又会增加热量的摄入，这对于营养比较充足或需要减肥的人来说，显然不是理想的食品。水果中有天然营养物质，于健康有益，加上吃水果时增加牙的咀嚼力和面部肌肉的活动，增加唾液的分泌，有益于牙的健康和面部的美容。