

雌激素、避孕药、咸鱼、酒致癌？

你被最全致癌物清单吓到了？

不久前，国家食药监总局发布了官方版“致癌物”完整清单，其中不乏餐桌上的常见食物，如咸鱼；此外，常用的女性避孕药、雌激素也被点名。清单一出，立刻引发热议。这些“致癌物”还能不能吃？业内人士对此有何看法？

● 咸鱼不是首次上榜

世界卫生组织国际癌症研究所对已进行致癌研究的化学物质分为四类：1类，明确可以致癌；2类，动物致癌，但对人致癌性证据还需进一步研究；3类，不确定能不能致癌，有致癌可能性；4类，没有明确证据表明不致癌。所谓“明确可以致癌”，指的是确认含有引发癌症物质，是一种可能性、风险性，而不是吃了就

肯定得癌或不吃就肯定不得癌。

上海市疾控中心健康危害因素监控所副所长朱珍妮说，“中国式咸鱼”指用盐腌制并加以暴晒制成的咸鱼。咸鱼在制备过程中会生成亚硝酸盐类物质，这些物质在人体胃中会转变为具有致癌性的亚硝胺类物质，是其致癌的主要原因。

其实，咸鱼并非首次上榜。这份致癌物清单一直都在更新。近日，国家食药监总局把这份清单翻译整理并发布，这才引发了关注。“中国式咸鱼”早在2012年就被确定为1类致癌物。此外，酒（及相关制品）、烟草、烤肉、马兜铃酸也被认定为1类致癌物。

● 致癌物研究有争议

值得注意的是，1类致癌物中

还包括了女性更年期、绝经期治疗使用的雌激素、孕激素，以及口服避孕药，引起不少女性的恐慌。对此，复旦大学附属妇产科医院妇产科副主任医师邹世恩告诉记者，虽然被列为致癌物，但临床医生对此尚有争议。事实上，雌激素在女性更年期应用十分广泛，一定程度上可降低部分癌症的发病率，对另一些癌症的致病率没有影响，对个别癌症的致病率略有提升，因此不能笼统地打上“致癌”的标签。

此外，口服避孕药问世多年，使用人群庞大，目前尚无明确证据显示其具有致癌作用，无需谈之色变。“是否要使用某些药物，还是要根据实际情况，遵照医嘱。”邹世恩说，癌症是环境、遗传因素、生活习惯、饮

食等各方面共同作用的结果，并不是由于单一因素引起。对这份致癌物清单，可以了解它，但不必恐慌，更不可过度解读。

这些年来，关于致癌物的研究也引发了很多争议，如“红肉是否致癌”，学界至今仍有不同意见；再比如，酒精对人体的作用，也不是绝对有害。朱珍妮解释说，从癌症预防的角度来看，尽量不要喝酒；但考虑到适当饮酒对心血管疾病有益，可以每天少量喝一些。

● 勿谈“致癌”色变

“致癌物清单有一定的指导作用，但并不是说上榜的东西都要退避三舍。”朱珍妮强调，现实生活中，常见、常吃的很多都被列为致癌物，

不过，要在人群中观察到致癌概率增高，还是跟食用或接触的频率、剂量等有关。而且，不同致癌物之间也没有可比性，如同为1类致癌物，黄曲霉素和砒霜只要少量接触就会有致癌风险，而加工肉制品、高盐腌渍食物必须要长期大量食用才会有风险。

“简单来说，有的致癌物要尽量避免，如烟草、霉变食物；有的要权衡利弊，该用还是要用，比如药物；还有的要控制摄入量，如烧烤、腌渍食物等。”朱珍妮说，现代城市人群动物性食物吃得较多，植物性食物吃得远远不够。预防癌症，平时还是要多吃蔬果、戒烟限酒、合理作息、适量运动，保持良好的心态。

本报记者 左妍

心中的静安寺

前不久，一名外国女青年正在百乐门旁临摹对面的静安寺。据在场的保安人员说，她花了不到2小时已基本完成这幅油画。原来，静安寺早已烙在她的心中。

黄崇德 摄

街拍
水业集团协办

投稿 xmsyb@xmwb.com.cn



居民楼下门禁“虚设”一个多月

屡修屡坏，居委、物业承诺换锁

已损坏多日。“之前，可能是因为楼内的部分租户为图进出方便，将防盗门人为破坏。近日，居委和业委会等方面正开会协调此事，将告知防盗门公司，更换主板。争取在年底前解决此事。”

听罢物业的反馈，赵先生无奈地摇了摇头。“修一扇防盗门，还要我们再等半个月？”

帮帮忙

求帮忙

求助人：赵老伯

我是一名住在沪东新村116号居民楼的居民。一个多月来，楼下的防盗门屡次被人破坏：电线被拉、对讲面板被砸，几个礼拜以来，防盗门已经完全“罢工”。虽然经过几次修理，仍未见好转。年关将至，如此“大门敞开”，对整幢居民楼的安全来说，都是一个极大的隐患。希望有人能尽快帮我们修好这扇防盗门。

去调查

赵老伯告诉记者，失去了防盗门这道屏障，楼内人员嘈杂，频繁进出，给居民的居住安全带来了隐患。“我们年纪大了，每到晚上，一想到楼下的门就这样开着，毫无遮拦，心里就发慌。”

记者随后联系到管理小区的沪船物业，一名工作人员承认，116号居民楼的防盗门确实

有结果

记者随后同沪二居委取得了联系，一名工作人员回复称，业委会已同防盗门的维护单位取得了沟通，将变“维修”为“更换”，并督促公司，这两天就上门解决。“由于涉及到的总金额比较低，也无需召开业主大会，将即刻更换整个防盗门的门禁系统。”

居委还表示，后续将会加强楼内宣传，呼吁居民文明使用防盗门。

居委的一番表态，让赵老伯吃下了一颗定心丸。他希望能尽快维修，别让居民们在担惊受怕中过日子。

本报记者 徐驰

殷行街道两条弄堂的居民众筹平安项目 小区“危墙”变“幸福弄堂”

社区新发现

近日，杨浦区殷行街道“殷310弄平安众筹——修葺危墙”项目在党总支引领下，有效解决了社区居民出行被老旧围墙困扰的问题。

殷行路296弄小区是上世纪90年初的老公房，将近30年的房龄辖区只有130户，维修基金有限。由于历史遗留问题，该区域与310弄相邻的共有围墙斑驳陆离、裂纹四处岌岌可危。近2年来，殷行路310弄居民区的居委工作人员常常接到附近居

民反映，夜间回来这弄堂通道黑漆漆的，心里难免不踏实。为解决此问题，居委会协调各方力量开始行动。

一方面，要点亮楼道照明灯。居委主动与物业协商，在殷行物业助力下，在这条弄堂里的每个楼门口都安装了照明灯，夜间光亮起来了。另一方面，居委巧借平台筹资金。党组织、居委组织经费管理委员会成员共同商议后决定，结合申报自治金项目的9000元，加上众筹义卖等募集到将近4000元，共计13000元用于修葺危墙。由殷行自治办指导自治金运作，确保将平安整洁的弄堂还给居民。

整个项目历时8个月，听取周边千户居民和相邻的2个业委会多名成员意见，做通居民思想工作。两个弄堂进行接力设计规划，不久小小的“微”弄堂锐变出彩，原先破旧不堪的暗色弄堂变美。

如今，透光透绿让近80米长的“微”弄堂焕然一新，可爱又独特地印有“310”LOGO的版面上展示了社区党员们在“两学一做”学习中的话语，还有学生们暑期的绘画作品等等，展现了党建引领社区自治下不一样的幸福“微”弄堂。

社区联络员 林榕 社区全媒体 夏扬

持本报刊至网点，即可领取迎新春台历一份。数量有限，先到先得。(详询各网点)

南京银行 BANK OF NANJING
上海分行 “鑫”推荐 精选特供理财

全国统一客户服务热线 95302
南京银行网址 www.njcb.com.cn

产品名称	期限(天)	起始金额(万元)	预期年化收益率(%)	名义到期日	渠道
季安享1号 149期新客户	91	10 (单户限50万元)	5.45	2018/3/28	柜面/网银/手机
年安享1号149期 新晋白金卡客户	364	50 (单户限100万元)	5.40	2018/12/26	
双季盈1号149期 新晋中高端客户	182	10 (单户限50万元)	5.35	2018/6/27	
季季鑫1号99期 新晋财富客户	91	20 (单户限300万元)	5.50	2018/3/28	

产品类型：非保本浮动收益型
以上产品募集期：2017年12月20日-2017年12月26日 起息日：2017年12月27日

温馨提示：以上产品每周三、周五滚动发行，测算收益不等于实际收益。额度有限，售完即止！风险提示：理财非存款、产品有风险、投资须谨慎！本理财产品不保证本金和收益，您的本金可能会因市场变动而蒙受损失，需要充分认识投资风险，谨慎投资。

新晋白金卡客户：购买前连续三个自然月，月日均资产小于50万元。新晋中高端客户：购买前连续三个自然月，月日均资产小于20万元。新晋财富客户：财富管理级别以下客户认购后在我行资产达标财富管理客户级别。财富管理客户：是指满足上月在我行月日均资产≥300万的自然人。

以上客户等级最终以银行系统内判定为准。

保证收益型理财产品

产品名称	期限(天)	起始金额(万元)	预期年化收益率(%)	名义到期日	渠道	客群
叁年稳鑫1号保本146期	1092	5	4.70	2020/12/23	柜面/网银/手机	全体客户
年年稳鑫1号保本146期	728		4.65	2019/12/25		
年稳鑫1号保本146期	364		4.55	2018/12/26		
年稳鑫1号保本146期			20			

风险提示：理财非存款、产品有风险、投资须谨慎！ 产品募集期：2017年12月20日-2017年12月26日 产品起息日：2017年12月27日

人民币/美元定期存款

币种	类型	期限	起存金额	年利率	渠道
人民币	定期	5年	1万元	4.10%	柜面 网银 手机
		3年	1万元	3.85%	
		大额存单	3年	20万元	
美元	定期	1年	8000美元(含)以上	2.20%	柜面 网银
			3000(含)-8000美元(不含)	2.00%	

个人投资人认购大额存单起点金额不低于20万元。认购期内如遇人行存款利率调整则提前终止发行，具体利率以官网公布利率为准。以上产品额度有限，售完即止。