

# 谈食品添加剂对食品安全的影响

沈锦璐

杭州加点滋味科技有限公司 浙江 杭州 310000

**摘要：**食品添加剂在食品工业中广泛使用，但对食品安全的影响仍存在争议。本文探讨了食品添加剂的种类、使用范围和危害，并提出了合理的解决方案。研究表明，合规的食品添加剂在适量使用下不会对食品安全产生负面影响，但长期过量使用或使用不当可能会对人体健康造成潜在危害。为确保食品安全，需加强食品添加剂的监管和使用规范，提高消费者对食品添加剂的认识和了解，从而保障公众的健康。

**关键词：**食品添加剂；食品安全；影响

引言：食品添加剂是一种用于改善食品品质和感官、以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要人工合成或者天然物质。食品添加剂在食品工业中发挥着重要作用。但近年来由于食品添加剂使用乱象，食品添加剂对食品安全的影响引起了广泛关注。

## 1 食品添加剂的概念

食品添加剂是指可添加在食品中，用于改善食品品质和感官，以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要的人工合成或者天然物质。食品添加剂也包括食品用香精香料、胶基糖果中基础剂物质以及食品工业用的加工助剂。每个食品添加剂都有其对应的功能。食品添加剂的种类繁多，可分为天然和合成两种。其中天然食品添加剂如天然香精香料、天然色素等，通常是从植物或动物中提取的，对人体无害。而合成食品添加剂如苯甲酸钠、山梨酸钾等，则是由化学合成的方法制造的，其安全性需要严格评估和监测<sup>[1]</sup>。本文主要探讨的是人工合成添加剂对食品安全的影响。食品添加剂是现代食品工业的重要组成部分，可以为食品行业带来许多好处，同时也需要注意合理使用。此外，消费者在购买食品时也需要关注食品添加剂的使用，应该选择符合安全标准的食品，尽量避免在非正规渠道购买食品。同时，消费者也可以选择天然、无添加或配料简单的食品，如新鲜水果、蔬菜、全麦面包等，这些食品通常不含添加剂，更加健康和安全。食品添加剂的出现和发展极大地改善了食品的质量和口感。然而，在追求食品的功能的同时，我们也不能忽视食品添加剂对食品安全的影响。因此，在使用食品添加剂的过程中，我们应该充分了解其性质和使用方法，并严格按照规定进行使用和控制，以确保我们的食品安全和健康。

## 2 食品添加剂在食品工业中的作用

食品添加剂在食品工业中扮演着重要的角色，它们

根据功能可分为防腐剂、甜味剂、增稠剂、着色剂等不同类型，具有改善食品质量、延长保质期、改变感官等特性，使得食品更加符合消费者的需求和偏好。首先，食品添加剂可以改善食品的感官。比如，增味剂可以增味，酸度调节剂可以调节酸度，甜味剂增加甜度；乳化剂和增稠剂可以改变食品组织状态，改善食品的口感；香精可以增加食品的香气底味；着色剂可以增加食品色泽或亮度。食品添加剂可以从各个维度改变食品的色、香、味等感官，使食品更偏向大众的偏好，使其更具吸引力。其次，食品添加剂可以改善食品的品质和稳定性。例如，防腐剂可以一定程度上抑制微生物的生长，延长食品的保质期，保持食品的新鲜度和口感；抗氧化剂可以防止食品氧化变质，保持其色泽或营养价值；着色剂可以更长时间保持食品色泽；增稠剂可以改善食品稳定性。食品添加剂使食品达到更长的保质期，更利于物流运输、储存等。最后，食品添加剂还可以改善食品的加工和制造过程。例如，添加乳化剂可以改善食品的加工性能，使其更加易于加工和制造；添加发泡剂可以制作泡沫状的食品，增加其体积和轻盈感；添加稳定剂可以保持食品的稳定性和安全性。

## 3 食品添加剂的危害及其副作用

食品添加剂被广泛应用于食品生产中，通过它们可以改善食品的色香味和食品品质以及为食品防腐、保鲜等提供支持。然而，长时间的滥用食品添加剂也会带来一些危害。首先，食品添加剂对人体健康可能会造成危害。例如，亚硝酸盐是一种在腌制品中广泛使用的食品添加剂，过量食用亚硝酸盐会导致肠胃功能紊乱，引起亚硝酸中度；2017年10月27日世卫组织在导致内源性亚硝化条件下的亚硝酸盐为2A类致癌物。此外一些添加剂由于让食物变得更加美味诱人，诱惑人们大量食用，也可能引起过敏和肥胖等问题。此外，一些食品添加剂对

心血管系统、肝、肾等器官亦可能会造成明显的损害。其次,长期过量使用食品添加剂对环境的影响也不能忽视。食品添加剂的生产和使用过程中可能会产生许多污染物,如工厂废气等。大量的废水,废弃物会被排放到河流、湖泊、水库及地下水中,可能引起水污染。长时间的滥用食品添加剂,导致环境温度上升,加重了光化学氧化过程,对环境产生了不利影响<sup>[2]</sup>。最后,长时间的使用和滥用食品添加剂对社会造成不良的影响。首先,食品添加剂会增加食品成本。由于食品添加剂的价格相对较高,生产厂家需要支付更多的成本。这导致了食品价格的上涨,影响了消费者的购买力。其次,滥用食品添加剂也会导致部分消费者失去信心。如果消费者持续感到担忧,他们会更倾向于选择更健康的食品,导致更高的消费。

食品添加剂对人类健康尤其是孕妇和儿童的影响也是需要我们关注的重要问题。过度摄入某些添加剂可能会对孕妇的健康和胎儿的发育可能造成负面影响,对于儿童来说,食品添加剂的影响同样需要引起重视。儿童的生理特征和代谢功能与成年人有所不同,因此,一些添加剂可能会对儿童的生长发育产生影响。例如,一些人工色素和防腐剂可能会影响儿童的神经行为和免疫系统,长期积累也可能可能会对健康产生潜在风险。但我国食品安全标准并未真正区分需要特别照顾的人群的食品。

另外由于食品工业仍然在发展,一些食品添加剂的潜在副作用在现阶段由于检测手段的不足或者认识上的狭隘,导致未意识到某些添加剂的危害,现阶段大量滥用可能引起未知的危害。

#### 4 强化食品添加剂的管理建议

食品添加剂的产生是积极正面的,它推动了食品工业的发展,它们可以为食品增添口感、色泽、保鲜等方面提供多种功能。然而,由于一些不良企业过度滥用食品添加剂,造成公众普遍对食品添加剂会影响食品安全的印象。因此需要对食品添加剂采取积极的管理来增加公众的信心。

##### 4.1 加强生产环节的监管

由于一些不法企业违法添加使用添加剂,导致食品行业添加剂乱象丛生,因此,加强生产环节的监管是保障食品安全的重要措施之一。食品添加剂的使用必须严格遵守相关的法律法规和标准。首先,食品添加剂的生产及使用企业应该严格遵守相关的法律法规和标准。这些规定包括食品添加剂的种类、使用范围、使用量、标签等方面的要求。添加剂生产企业应该对食品添加剂的质量和安全性进行严格的控制和管理,确保其产品符合

规范要求。此外,添加剂生产及使用企业还应该建立完善的质量控制体系,包括原料验收、生产工艺控制、成品检验等环节,以确保产品的质量和安全性。添加剂使用企业应该自觉遵循在能达到预期效果的情况下尽量降低添加剂的使用量的原则。其次,应该对食品添加剂的生产企业进行定期的现场检查或市场产品抽检。这些检查应该包括生产设施、生产工艺过程、产品质量、标签等方面。检查人员应该对生产企业的生产设备、生产工艺、原辅材料、成品检验等方面进行细致的检查,确保其符合相关的规范要求<sup>[3]</sup>。市场产品抽检包括对添加剂生产企业的产品进行含量、质量等进行监测;对添加剂使用企业的产品进行添加剂超范围、超量的监测等。政府应该加大对食品生产、加工、销售等各个环节的监管力度,对不符合食品安全标准的食品生产和销售行为进行严厉打击,对于不符合要求的企业,应该及时采取措施,包括责令整改、罚款甚至停业整顿等处罚措施,以保障消费者的健康和权益。最后,应该加强对食品添加剂的监测和评估工作。食品添加剂的新品种、新用途应该经过科学的风险评估和安全性评价,以确保其使用不会对人体健康造成潜在的危害。此外,对于已经被允许使用的食品添加剂,也应该不断进行监测和评估,及时发现和解决潜在的安全问题,保障消费者的健康和权益。

##### 4.2 推广食品安全知识

由于公众缺乏一定的食品安全知识,导致公众对添加剂有所误解,因此推广食品安全知识迫在眉睫。社会各界应该共同努力,加强食品安全知识的宣传和教育,提高公众对食品添加剂的认识和了解。公众需要了解食品添加剂的种类、使用范围和使用限量,以便做出更明智的消费选择。加强食品安全知识的宣传和教育可以通过多种途径实现。政府可以通过制定食品安全教育计划和宣传活动,向公众普及食品安全知识<sup>[4]</sup>。媒体可以通过报道食品安全事件和相关新闻,提高公众的关注度和意识。此外,学校和社区也可以开展食品安全教育活动,提高青少年和老年人对食品安全的认知。建立食品安全信息平台,提供食品安全监测数据、食品质量抽检结果等信息,食品安全信息公开透明,让公众了解食品安全状况,提高公众的食品安全意识和自我保护能力,共同维护食品安全和健康。

##### 4.3 推动科技创新

当今社会,人们对食品安全和健康的越来越要求越来越高,这也促使了食品添加剂行业的科技创新。通过开发新型、安全、高效的食品添加剂,可以更好地保障食品安全,提高食品品质。首先,新型食品添加剂的开发需

要建立在科学研究和实验的基础上。科研人员应该加强对食品添加剂的研发,尤其是对天然食品添加剂的研究。通过对植物、微生物等天然添加剂的深入挖掘和研究,可以开发出更多安全的食品添加剂。其次,对于现有的食品添加剂,应该通过科技创新来减少其潜在的副作用。例如,可以通过改进添加剂的生产制备工艺,降低其用量和残留量,从而减少对人体的潜在影响。此外,也可以通过研究和开发复合添加剂,实现多种功能的协同作用,从而提高食品的安全性和品质。除了添加剂本身的创新,科技创新也可以提高食品生产和加工的效率 and 品质。例如,通过应用先进的食品加工技术,如超高压、微波、辐射等,可以实现对食品的高效、安全处理,提高食品的品质和保存期限。此外,通过应用智能制造技术,可以实现食品生产线的自动化和智能化,提高生产效率和稳定性<sup>[5]</sup>。在推动科技创新的过程中,政府、企业和科研机构都应该发挥各自的作用。政府应该加大对食品添加剂研发的支持力度,提供政策支持和资金扶持。企业应该加强自主创新,积极推广和应用新的食品添加剂和技术,同时加强与科研机构的合作和交流。科研机构应该加强对食品添加剂的基础研究和应用研究,为政府和企业提供科学支撑和解决方案。

#### 4.4 完善食品检测技术

由于目前阶段需要通过检测技术来查验食品中添加剂含量及残留量,食品检测技术是食品添加剂安全与否的校验手段,加强对其研究和应用具有重要的意义。首先,加强食全检测技术的研究。随着食品添加剂的种类和用途不断增加,食品安全检测技术的研究也需要不断跟进和创新。食品检测机构或食品企业应该加大对食品安全检测技术的研究投入,鼓励企业、科研机构 and 高校加强合作,开展相关研究和开发工作,学习国际上先进的食品安全检测技术和经验,提高检测水平、准确度及精度。其次,提高食品安全检测的自动化和智能化水平。随着科技的发展,食品安全检测技术也应该逐步实现自动化和智能化<sup>[6]</sup>,可以采用先进的仪器设备和检测技

术,如高效液相色谱、气相色谱、质谱等,实现食品中各种添加剂的快速、准确检测。同时,可以利用人工智能和大数据技术,对食品安全数据进行挖掘和分析,提高检测的精准度和预警能力。最后,建立共享的食品安全信息平台。不同地区和国家的食品安全标准和检测技术存在差异,因此建立共享的食品安全信息平台可以促进信息共享和合作交流,可以通过该平台发布食品安全检测数据、风险评估结果、政策法规等信息,为相关部门和企业提供参考和指导。

#### 结语

食品添加剂在食品工业中扮演着重要角色,但使用不当或过量使用食品添加剂可能会有潜在危害。为确保食品安全,政府和相关部门应加强食品添加剂的监管和使用规范,确保食品添加剂的使用符合相关法律法规和标准。企业应该加强社会责任感,自觉遵守相关法律法规,坚守底线,制造合规美味的食物。同时,消费者也应提高对食品添加剂的认识和了解,合理选择和使用食品添加剂,以降低潜在风险。社会各界共同努力,创造一个更安全更美好的食品餐饮环境,让食品添加剂在食品工业继续发挥正面的作用。

#### 参考文献

- [1]许金英.食品添加剂对食品安全的影响及策略研究[J].食品安全导刊,2022(08):34-36.
- [2]杨彩莹.论食品添加剂对食品安全的影响[J].食品界,2021(11):95.
- [3]曹琳霞,王喜云.食品添加剂对食品安全的影响[J].食品安全导刊,2021(29):32+34.
- [4]王哲.食品添加剂的作用与安全性控制[J].食品安全导刊,2019(22):77-78.
- [5]王子建.食品添加剂对食品安全的影响及控制措施研究[J].中国食物与营养,2021(10):4.
- [6]顾凯辰.预防和控制食品添加剂对食品安全的影响分析[J].健康之友,2019,000(007):110.