

免洗竹筷所含物質對人體的影響

免洗筷，又稱衛生筷、一次性筷子、即棄筷、便利筷，是免洗餐具的一種，指一般只使用一次就拋棄的筷子。以下整理出免洗筷的負面影響，讓大家知道免洗筷對我們生活影響有多麼大。

一、免洗筷所含物質對人體的影響



▲不少業者會為了免洗筷的美觀，而使用俗稱漂白劑的二氧化硫。（圖 / 東森新聞）

（一）漂白劑(二氧化硫)：

同樣是酸性物質，胃酸偏鹽酸，屬還原型的酸，對人體本身無害；免洗筷所含的二氧化硫（漂白劑）、過氧化氫（雙氧水）屬氧化酸，腐蝕性大，會傷害胃黏膜，並改變食物的性質，破壞化學價態。舉例來說，高血壓、血糖的控制用藥採用三價鉻，當其碰到氧化酸時，會被氧化成六價鉻，而六價鉻正是致癌物。

一般免洗筷子的製程中，常會使用二氧化硫及過氧化氫作為漂白劑，讓免洗筷外觀顯得潔白、增加賣相，但如果不慎誤食過多的二氧化硫，會造成呼吸道方面的疾病，像是呼吸困難、甚至引發氣喘；而如果吃進高劑量的過氧化氫，可能引發急性腸胃炎，食用者會有噁心、嘔吐、腹脹、腹瀉等不適症狀。

(二) 亞硫酸鹽:

陳玉梅、王正德、李彥秀在台北市議會召開記者會表示，根據衛生署民國八十八年所作的一份研究報告顯示，市售免洗筷中，有超過九成的竹筷子用二氧化硫燻蒸來漂白，燻蒸時間愈長，筷子就愈起來愈酸，但相對筷子上殘留的二氧化硫也愈多。

二氧化硫遇水後大部分轉為硫酸根，再與其他物質結合後將成為亞硫酸鹽，人體食入亞硫酸鹽後，多半會轉換成硫酸鹽，隨著尿液排出體外，但如果食入過量的亞硫酸鹽，可能會造成呼吸困難、嘔吐、腹瀉等症狀，且亞硫酸鹽會與人體的鈣結合，會有造成骨質流失之慮。

學醫出身、並曾從事竹筷製造業的議員王正德指出，亞硫酸鹽近來已被認為可能導致氣喘病，但竹筷製造後都一定以二氧化硫燻蒸漂白，通常燻蒸後必須用水蒸煮或其他方式去除二氧化硫，而台灣幾乎百分之百的竹筷都在東南亞製造進口，且大多數製造商都未按水煮等程序清理，對於身體影響很大。

(三) 雙氧水(過氧化氫)：

損害消化功能 - 免洗筷在製作過程中用雙氧水漂白，雙氧水俱有強烈的腐蝕性，對口腔、食道甚至胃腸造成腐蝕。





▲上圖為免洗竹筷用顯微鏡放大後的樣子，台灣網友稱為猴子，大陸網友稱為骷髏頭，這些硫磺或雙氧水被吸收後，當我們把筷子送進嘴裡,這些毒物就直接進到胃裡面。

(四) 螢光劑：

成分複雜，若是苯環成分，就有致癌的風險。

(五) 鉛：

包裝袋印刷油墨含有過量的重金屬，一旦汙染筷子，長期食入的結果，恐會蓄積體內，影響健康。過量的鉛會影響血液、骨骼、肝腎系統，並阻礙小孩發育，使智商變低。

(六) 病菌感染：

經過消毒的免洗筷保存期限最長為 4 個月，一旦過了保存期很可能帶上黃色葡萄球菌、大腸桿菌及肝炎病毒等。

(七) 免洗筷致癌：

專家指出，過期免洗竹筷含致癌物黃曲黴素，具有極高的致癌風險，可誘發肝癌的發生。別小看這小小的一次性筷子，它可是有保存期限的，過了保存期限它就是危險物品。

二、遠離問題免洗筷四步驟

免洗筷不安全，消費者該如何自保？若真的不得已，需要使用免洗筷時，消基會也提供以下四步驟：

(一) 避免購買「太白」的免洗筷：

因為筷子取材自木頭或是竹子，本身都有原來的顏色，「太白」的免洗筷有過度漂白的風險。

(二) 拿起來聞一聞：

若免洗筷聞起來有酸味，就可能含有二氧化硫。由於二氧化硫會溶於水中，消費者使用前可先將筷子浸泡在溫水或熱水中數秒，減少筷子中二氧化硫的殘留量。（後來經實驗證明，就算如此還是很毒）

(三) 看看包裝：

有些免洗筷的圖案印在包裝內面，如果遇熱，有可能會印在筷子上，消費者須謹慎，以免吃下不明的色素。也可從免洗筷較粗的一頭剝開，即使筷子沾到油墨，也不至於誤食進入體內。

(四) 自備環保餐具：

不但衛生、安全，又兼具環保的功效。

資料來源：<http://cwces.com.tw/blog/?p=326>

