



纸巾“吃”掉了汽水的颜色

营养学家:色素易致锌流失,影响身体发育

文/片 本报记者 郑美芹 李黎

红、橙、黄、绿……夏天快到了,饮料成了市民解暑的首选!当你开怀畅饮时是否想过,各类颜色鲜艳的饮料为什么如此诱人?答案是,饮料里添加了合成色素。那么,现在市面上出售的各类添加合成色素的饮料,对饮用者身体带来什么影响?带着这些疑问,记者购买了几款饮料,对其颜色进行简单的实验检测。

实验材料:

美年达青苹果味汽水、芬达橙味汽水、百事可乐柠檬味汽水、新鲜橙子、西瓜、透明塑料杯、玻璃棒、面巾纸

实验过程:

记者从超市随机购买了三种颜色较为鲜艳的饮料,分别是绿色美年达青苹果味汽水、橙色芬达橙味汽水和褐色百事可乐柠檬味汽水。同时,又分别鲜榨了一杯橙汁和一杯西瓜汁。

将5种饮料分别倒入相同规格的透明塑料杯中,放入同规格的纸巾。纸巾刚被浸没就已变色,搅拌一分钟后,纸巾整体已经与饮料颜色几乎一样。随后将5种饮料静置10分钟,可见美年达青苹果味汽水、芬达橙味汽水和可乐变浅了一些,但也没有网上说的变成一杯清水那么夸张。而鲜榨的橙汁和西瓜汁在颜色上则没有明显的变化。

而在三款饮料的配料表上显示,美年达青苹果味汽水的食品添加剂中添加了柠檬黄、亮蓝,芬达橙味汽水添加了日落黄、柠檬黄,百事可乐柠檬味汽水添加了焦糖色。

记者调查:

消费者多对饮料成分不在意

近日,记者走访多家超市发现,各大超市货架上在售的饮料琳琅满目,果味饮料、功能饮料、碳酸饮料、茶饮料、乳饮料等等,价格更是从几块钱到十几块钱不等。面对超市上五花八门的饮料,消费者该如何选择,对其配料成分是否在意,含不含色素?“平时购买主要根据口味跟价格等信息挑选,对于成分并不是很在意,多是根据习惯购买熟悉品牌。”市民王先生说。正在选购饮料的季女士说:“家里孩子特别喜欢,每天放学回来都要,我一般会挑选这种大桶的。”“没啥问题吧,我家娃娃也喜欢喝这个。”看到我们在看饮料成分,从旁边经过的一位婆婆询问。

随机采访的消费者,有些人看重品牌,有些人看重品牌代言的明星,有些人表示自己是随机拿的。多数市民对不同的包装饮料并不熟悉,不少市民表示在购买时并不清楚不同名称饮料的区别,更不懂配料成分是什么,对于色素的问题也从未关注。

营养师:

孩子器官排毒并不成熟,最好远离饮料

针对实验出现的情况,国家高级营养师、高级体重管理师韩金顺解释,无论是天然色素还是人工合成色素都容易被纸巾吸附,而一般饮料中所添加的是人工合成色素。纸巾有许多微孔和空隙,人工合成色素的颗粒比天然色素颗粒大,所以更容易吸附在纸巾上,那么果汁的颜色自然会更容易变浅,而鲜榨果汁并不是那么明显。

“天然色素一般稳定性差,供应量也有限,这就给人工合成色素的应用提供了空间。合成色素多以煤焦油为原料,本身没有营养价值,在我国允许使用的人工合成色素有四种:苋菜红、胭脂红、柠檬黄、靛蓝。”韩金顺介绍,柠檬黄安全度比较高,基本无毒;胭脂红可以用在果汁饮料中,但是不能用于肉干、肉脯制品、水产品等食品中。这几种实用色素天交到饮料中,最大的使用量均为0.1g/kg。

“少量饮用是可以的。”韩金顺最后叮嘱,“但是孩子毕竟各项器官发育不是很成熟,这些色素容易导致人体锌元素流失,影响身体发育,所以建议家长尽量少给孩子买这种饮料。如果是在家中,白开水、清茶和绿豆汤是最好的选择,或者也可以给孩子做些鲜榨果汁饮用。”

自制饮料——绿豆菊花茶

材料:菊花10克、绿豆沙30克、柠檬10克、蜂蜜少许。

做法:

- 1.将菊花放入水中煮沸,
- 2.将榨汁的柠檬和绿豆沙的汁注入菊花水中搅拌,
- 3.放入少量蜂蜜即可饮用。



实验前

美年达青苹果味汽水中纸巾颜色变成绿色,汽水颜色变淡。



实验后



实验前

新鲜西瓜汁中纸巾,颜色变成红色。西瓜汁颜色没有任何变化。



实验后

购车大福利

东汇汽车开业大放送

全国首家互联网+汽车综合服务产业链——东汇汽车东营分公司终于在半年多的筹建中开业大吉!东汇汽车东营分公司位于东营市西四路与菏泽路交汇处西58米路北——是新建的东汇标准的东汇汽车互联网+汽车销售+汽车金融+汽车线上销售+后市场+汽车装潢改装,严格按照东汇汽车特约店统一的CI形象和“前店后市场”的模式建设,是全球统一标准的蓝盒子。公司向广大客户提供新车销售、售后服务、零配件供应、二手车、分期金融、信息反馈、保险代理、定损理赔、个性化装饰改装等等服务,全方位满足不同用户的不同需求,本着一切以客户为中心的经营理念,实实在在为客户着想,踏踏实实为客户服务——让每一位东汇客户都体会到!目前产品涵盖一汽大众,东风标致,福特,别克,雪佛兰,雪铁龙,东风风神,荣威名爵全系,北京现代,DS,双龙,宝马等十几个品牌四十多款品牌新车。在南京基地、拥有80万辆整车及零部件销售能力,具备发动机、变速器核心零部件的自主配套能力。

东汇汽车是由三汇投资集团(前身为东汇集团下属江苏三汇融资租赁有限公司)组建的全国连锁性专业汽车综合服务公司。东汇汽车以线下体验式“城市综合展厅”为主导,战略合作主机厂、经销商、4S店等线下实体,首次提出互联网+汽车产业的全新购车模式。本着以“合法、诚信、共赢、创新”的企业理念,2016年底,东汇汽车在全国建立至少200家直营展厅,业务全面覆盖:常规品牌整车销售、东汇定制车型销售、汽车融资租赁(以租代购)、置换、维修保养、美容改装、保险理赔、二手等多个细分市场。全款分期自由办理,首付10%,仅需身份证,驾驶证和三个月手机通话记录即可!客户当日审核,当日提取新车,要想快速购车,就来东汇汽车东营分公司!



野菜好吃,但小心日光性皮炎

过敏体质者应避免食用光感型野菜

本报4月14日讯(记者 解岩) 春天正是吃野菜的好时节,荠菜、苋菜、香椿等常见的野菜因其鲜美的口感与营养及药用价值深受市民的喜爱。野菜虽好,但市民在食用时一定要谨慎。有些野菜属于光感性食物,市民食用后晒太阳则有可能会引起植物日光性皮炎,严重可导致休克。

东营市人民医院皮肤科主任马强表

示,植物日光性皮炎是因患者过多食用或接触光感型植物后经日晒后所引起的急性光毒性炎症反应。“植物日光性皮炎的发生常与个人体质,有关植物和长久日晒三者有关。比较常见的有食用灰菜引起的植物日光性皮炎。”

马主任表示,每年到春季野菜成熟时,皮肤科都会接诊植物日光性皮炎患

者,“通常都是患者暴露在阳光下久晒的皮肤处出现红斑、水肿及水泡等,严重的甚至可引起休克。”

对此,马主任提醒,具有特异性过敏体质者应避免食用荠菜、灰菜、芹菜、莴苣、苋菜等光感性植物,“在吃过野菜后要尽量减少外出,特别是要减少直接受到阳光照射的机会。凡有过敏史或类似病史的

市民,最好不要采摘灰菜、荠菜等光感性强的野菜食用。”

马主任表示,如果市民在食用光感性植物久晒后身上裸露出现了瘙痒红疹等症状,应尽快前往附近医院就诊,“出现过敏后应立即停止食用致病植物性蔬菜和避免日晒,并前往正规医院寻求医生帮助。”