



食品企业生产线

食品安全的这些知识，你都知道吗？

□记者康丽文 陈剑 陈洁 摄

生活中，每个人都是食品消费者，食品安全事关每个人的身体健康，食品安全科普尤为必要。如何辨别食品的优劣，如何解读食品包装上的标识和标示，如何正确选购保健食品……针对这些常见的食品安全问题，市市场监督管理局食品安全监管科进行了详细解答，以提高群众的食品安全防范意识和自我保护能力。

什么是食品质量安全？

食品质量安全是指食品质量状况对食用者健康、安全的保证程度。包括三方面内容：

- (1) 食品的污染导致的质量安全问题。例：生物性污染、化学性污染、物理性污染等。
- (2) 食品工业技术发展所带来的质量安全问题。如：食品添加剂、食品生产配料、介质以及辐射食品、转基因食品等。
- (3) 滥用食品标识。例：伪造食品标识、缺少警示说明、虚假标注食品功能或成分、缺少中文食品标识(进口食品)等。

如何辨别伪劣食品？

防“艳”。对颜色过分艳丽的食品要提防，如草莓像糖果样又大又红又亮，咸菜梗亮黄诱人，瓶装的蔬菜鲜绿不褪色等，要留个心眼，是不是在添加色素上有问题？

防“白”。凡是食品呈不正常不自然的白色，要谨慎选择。

防“长”。尽量少吃保质期过长的食品。

防“反”。防反自然生长的食物，如有食用过多可能对身体产生影响。

防“小”。防无证加工企业的产品，这类企业的食品平均抽样合格率最低，触目惊心的食品安全事件往往就在这些企业出现。

防“低”。“低”是指在价格上明显低于一般价格水平的食品，价格太低的食品大多有“猫腻”。

预包装食品选购技巧

预包装食品是指预先定量包装或者制作在包装材料容器中的食品。

购买预包装食品时，除了要看保质期、生产厂家等基本信息外，一定要看包装上的配料(表)和营养成分表。

配料(表)。按国家规定，在制造或加工食品时的各种配料应按加入量的递减顺序排列，即含量最大的原料应当排在第一位，最少的原料排在最后一位。食品的营养品质本质上取决于原料及其比例，如果主料营养价值很低，就算是无添加，也不能划入健康食品范畴。此外，要注意油、盐、糖以及食品添加剂等信息。

营养成分表：这是一个包括3列内容的表，第一列项目包括按照国家标准要求强制标识的能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠五大类营养素名称；第二列是100克该食品中上述五类营养素的含量；第三列是营养素参考值百分比。如果吃了100克该食品，就可达到这种营养素每日推荐量的百分比，这个比例帮助你掌握这个食品每天吃多少合适。

坚决抵制无任何标签的预包装食品。没有标签的预包装食品在广大农村市场还存在着，正因为农村不少消费者食品安全意识淡薄，给了那些三无厂家生存的空间。

食品用塑料包材选购及使用提示

选购时，要认准食品接触用标志。注意检查商品标识信息是否充分、清晰，还应注意商品上是否标有“食品接触用”或“食品包装用”等标识。

使用时，一要减少并尽量避免塑料饮料、矿泉水瓶的反复使用。除了专门生产用来装水的塑料水杯，其他塑料饮料、矿泉水瓶最好不要重复利用，可投入“可回收”垃圾箱进行回收利用；二要严格按照标签标识或说明书中的使用提醒使用，长期错误或超范围使用可能会导致化学物质迁移到食品中，进而危害自身健康；三是除非有明确标识，否则不要放进烤箱和微波炉，要关注产品上

否有明确的“烘烤适用”、“微波适用”及加热说明的标识；四是重复使用要慎重、及时更换很重要。外卖盒等塑料容器大多是一次性产品，不可用来重复储存食品。重复盛装食物只能用可重复使用的塑料容器(如密胺餐具等)，并且在使用一段时间后产生磨损或出现混浊、变色、开裂现象时，应及时更换。

如何正确选购保健食品？

我国《食品安全法》明令禁止保健食品宣称有疾病预防、治疗功能。消费者特别是中老年朋友不要听信商家或广告宣称保健食品能包百病的虚假宣传，更不能停止正常服用或使用的药物，不去就医，以免延误病情，造成严重后果。

(1) 要到证照齐全的药店、保健食品专营店、大型超市等保健食品销售专区(柜)购买保健食品，索要发票或销售凭证；不要参加以保健食品销售为目的的健康讲座、专家义诊、旅游营销、有奖销售等活动，以免上当受骗、危害健康。

(2) 要认清保健食品功能，依据自身需要选购；不要盲目购买保健食品。

(3) 要查看保健食品标识、批准文号、标签、说明书；不要相信保健食品预防治疗疾病的虚假、夸大宣传。

(4) 要查看保健食品厂名厂址、生产日期、保质期等标识；不要购买假冒伪劣、过期失效的保健食品。

(5) 要购买价格适中的保健食品；不要购买或谨慎购买高价保健食品，以防价格欺诈，经济受损。

如遇保健食品欺诈或虚假宣传等问题，可及时向当地市场监督管理部门举报或拨打热线12345。

预防食源性疾病的十项建议

(1) 不买不食腐败变质、污秽不洁及其他含有有害物质的食品。

(2) 不食用来历不明的食品。

(3) 不光顾无证无照的流动摊档和卫生条件不佳的餐饮店。

(4) 不食用在室温条件下放置超过2小时的熟食和剩余食品。

(5) 不随便吃野菜、野果。

(6) 生吃瓜果要洗净。

(7) 不饮用不洁净的水或者未煮沸的自来水。

(8) 直接食用的瓜果应用洁净的水彻底清洗并尽可能去皮。

(9) 进食前或便后应将双手洗净。

(10) 在进食的过程中如发现感官性状异常，应立即停止进食。

外出就餐多查看 网上订餐要细心

外出就餐时，要慎重选择就餐场所，选择有《食品经营许可证》、公示从业人员健康证、管理规范、干净整洁的餐馆，最好不要到无证小店和街边小摊就餐。

消费者网上订餐时，要注意查看店家的相关证照，选择近距离的餐饮单位订购，尽量缩短食物运送时间，同时检查外卖食安封签设置，无食安封签或者封签破损的，消费者可以拒收。拒绝网购凉菜、生食食品和冷加工糕点等食品。



食品专项检查

食品安全关系人民群众身体健康和生命安全，是民生工程、民心工程。面对食品安全新形势和人民群众对食品安全工作的新期待，全市相关部门与时俱进加强监管，进一步落实食品安全各方责任，推动社会各界共同参与食品安全治理，携手共创食安芜湖新发展、人人共享幸福美好生活。食品安全宣传周期间，我们从食品安全科普角度，为市民普及常见食品及食品相关产品选购注意事项，以及进口食品安全常识。

——编者

近年来，随着生活水平的逐步提升，进口食品越来越多进入百姓的生活。与此同时，进口食品安全问题也引发社会高度关注——

“最近看报道发现国外出了不少食品问题，我想了解下海关对进口食品如何监管？这样我们能更放心。”“作为消费者，平时购买进口食品时应该怎么选？有什么小技巧吗？”……带着消费者的这些问题，记者对芜湖海关进行了专访，一起了解更多进口食品的安全知识。

如何严把进口食品安全关？

“进口食品安全事关人民群众的身心健康和生命安全。海关正不断强化监管，进一步筑牢进口食品安全防线。”芜湖海关副关长谌祥告诉记者，海关有一整套非常严格的进口食品监管制度。

“海关依法对进口食品实施合格评定。进口食品想进入我国市场，要经过一系列的进口食品合格评定活动。”据介绍，评定包括：向中国境内出口食品的境外国家(地区)食品安全管理体系评估和审查、境外生产企业注册、进出口商备案和合格保证、进境动植物检疫审批、随附合格证明检查、单证审核、现场查验、监督抽检、进口和销售记录检查以及各项的组合。

这样听起来还是对海关监管的严格没概念？别急，下面，芜湖海关就以“洋奶粉”为例，来看看国外婴幼儿奶粉通过正常途径出口到中国，要整整闯“七关”：进口前的第一关是市场准入，由海关总署对向中国出口婴幼儿奶粉的国家进行风险评估，只有经评估合格的国家才能向中国出口婴幼儿奶粉；

紧跟着的第二关是境外生产企业注册，既要符合出口国家或者地区法律法规要求，同时要保证向我国出口的乳制品符合中国食品安全国家标准和相关要求；

第三关是进出口商备案，婴幼儿奶粉的境外出口商或者代理商应当向海关总署备案，国内进口商应当向其住所地海关备案；

第四关是进口申报时必须随附国外官方卫生证书，证书上要清楚列明乳品原料来自健康动物、生产企业处于当地政府主管部门的监管之下、安全可供人类食用等内容；

第五关是是否持有符合中国标准要求的进口乳品检测报告；

第六关是产品中文标签有没有直接印制在最小销售包装上，标签上有没有产品名称、配料表、规格、原产国或地区、生产日期、保质期、营养成分表，以及国内进口商、代理商或经销商的名称、地址和联系方式等；

第七关是检验检疫，各地海关按照相关规定对进口婴幼儿奶粉实施检验检疫，被监管系统命中现场查验和抽样送检的，海关还将现场核对货物信息，并抽取样品送实验室进行检测，全部检验合格后才会予以放行。

“当一批奶粉所有条件都满足后，才能顺利登陆。”芜湖海关监管人员毛成达说，在芜湖海关的进口食品监管部门，这样的场景每天还要上演无数次——芜湖海关按照法律法规和相关指令的要求，



进校园宣传进口食品安全

对进口食品进行单证审核、现场查验、监督抽检等合格评定程序，“评定合格的准予进口；评定不合格的，责令其销毁、退运或技术处理。”

与此同时，海关还根据风险评估结果，对进口食品实施提高监督抽检比例、暂停或禁止进口等控制措施，当进口食品安全风险降低到可控水平时，可以解除相应控制措施。

消费者如何选购进口食品？

对于消费者而言，如何选购合格进口食品？海关表示，辨别正常途径进口的食品，最重要的是记着这个原则——“两看”：一是看中文标签，二是看是否有人境货物检验检疫证明。

“拿最常见的进口肉类来举例。消费者购买时，首先看标签，我们可通过包装标识来甄别正规进口肉类产品。”正规进口肉类产品外包装须以中文注明：规格、产地(具体到州/省/市)、目的地、生产日期、保质期、储存温度等信息；内外包装须注明产地国家(地区)、品名、生产企业注册号、生产批号等信息。“其次就是看入境货物检验检疫证明，怎么看呢？”毛成达解释，消费者可以登录海关总署查询《肉类产品检验检疫准入名单》，选择准入名单内的肉类产品进行购买；同时，消费者在购买进口肉类产品时可向商家索取由海关出具的《入境货物检验检疫证明》，并与所购买的产品信息进行比对，如果这两者都是正规合格合格的，则可以放心购买。

宝妈们挑选进口奶粉，也是同一个原则。“如何辨别在国内购买的奶粉是经过正常途径进口的原装产品，依然是要‘两看’。”一是要看中文标签，必须是直接印制在最小销售包装上的中文标签；二是可向经销商索取《入境货物检验检疫证明》，《入境货物检验检疫证明》上会列明产品名称、规格、原产国、生产日期、批号等信息。

此外，海关还科普了关于进口葡萄酒挑选的一个小知识——很多消费者在购买葡萄酒时都碰到过这个情况：有些葡萄酒中文标签上标示了保质期，有些则没有。对此，毛成达表示，葡萄酒的情况有点“特殊”，我国《预包装食品标签通则》明确规定，酒精度大于等于10%vol的饮料酒可以免除标示保质期。

海关提示：“在选购进口食品时，如果消费者有疑问，可以拨打12360海关热线向出具证书的海关进行咨询。”

(图片由采访对象提供)



现场查验进口食品

说说进口食品安全的那些事

□记者唐乐燕实习生王泽宇