



有些水杯用太久或致癌症中毒?

喝水中毒, 还有一种“杯癌”

今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 刘轶轩



人不食, 坚持七日; 食不饮, 不过三日。喝水对每个人都特别重要, 尤其是在炎热的夏季。然而, 补水频繁的7月, “水中毒”患者也是最多的。7月30日, 记者从长沙市中心医院急诊科了解到, 近日有不少“海饮”市民, 每天拼命喝水, 却忽视了水质, 导致出现中毒症状而就医。

当然, 这里讲的水质好坏, 除了受环境影响, 装水的杯子也是至关重要。别忘了, 国际健康专家曾发微博提醒大家: “有几种水杯用太久, 或致癌症中毒!”

塑料水杯: 最易藏污纳垢

包装轻巧、不易打碎, 经济实惠又方便携带, 这些都是塑料水杯的优势, 深受年轻人喜爱。然而, 在国际食品包装协会秘书长董金狮眼中, 这种“优势水杯”用不好的话,

也是最容易侵害人体健康的。

“塑料水杯致癌性高, 原因在于它常被加热。”董金狮介绍, 在高温环境下, 塑料材质的水杯是会释放一些微量毒素的, 聚苯乙烯在高温时分解为苯乙烯低聚物或低分子物质, 这种分解是一个量变渐进的过程, 温度越高越危险。虽然无量化学数据说明多少摄氏度就产生多少毒物, 但是一般认为90℃是高温的临界点。

所以, 董金狮建议, 在选购塑料水杯时, 一定要选择符合国家标准食用级塑料所制的水杯, 并且在使用过程中及时用洗洁精进行彻底清洗, 避免用塑料水杯盛温度过高的热水, 以防止有害物质的稀释。

一次性纸杯: 暗藏潜在致癌物

出门做客, 我们最常接触的饮水工具就是一次性纸杯。那么我们心目中的安全卫生产品真的健康吗?

7月29日, 记者走访了长沙市高桥大市场。腾飞日用批发商店的老板王先生告诉记者, 一次性纸杯有好有坏, 有的纸杯生产厂家为使杯子看上去更白, 会加入大量荧光增白剂。而这种荧光物质可使细胞产生变异, 一旦进入人体就会成为

潜在的致癌因素。那么, 如何鉴别一次性水杯的好坏? 王先生说, 首先要看包装, 好的纸杯包装上会注明生产企业的名称、地址、产品的执行标准、生产日期等。其次, 好纸杯外形应挺括, 不应有变形。在选择纸杯时, 可用手在杯的两侧轻轻挤压, 了解杯身挺度的好坏。

合格的一次性纸杯就一定健康吗? 长沙市中心医院消化内科副主任医师申月明表示, 一次性纸杯存放时间过长, 存放不当, 也可能造成细菌滋生。用这样的水杯喝水, 很容易生病。

不锈钢水杯: 易产生化学反应

走进长沙市沃尔玛超市日用品专区, 售货员王女士正在给水杯专柜添货。她告诉记者, 夏季一到, 买杯子的市民明显增多。而在众多种类中, 不锈钢杯子卖得更好, 因为坚固耐用、防锈防腐蚀, 看着还大气, 深受市民喜爱。

然而, 不锈钢水杯是否安全健康? 记者随后致电长沙理工大学化学与生物工程学院, 陈克教授告诉记者, 不锈钢水杯属于合金制品, 含有较多的重金属物质, 如镍、铬、锰等, 一般情况下, 比较安全。但

在酸性环境下, 这些化学元素有可能溶出。

陈克表示, 不要经常用不锈钢杯装碳酸饮料, 也不可长时间盛放酱油、醋、菜汤、茶水等。另外, 洗涤不锈钢杯也是有讲究的, 不要用苏打、漂白粉等清洗, 这些物质也容易与不锈钢起化学反应。

磁化水杯: 不能“包治百病”

除了以上三种, 在水杯家族中还有一类比较庞大的队伍, 就是商家所宣传的“磁化杯”、“能量杯”。曾有国外报道称, 磁化水对人体的健康大有裨益, 让不少老年人对这种水杯爱不释手。

对此, 湖南省中医院内科副主任医师张小江认为, 并不是所有的磁化水都会对人体的健康有益, 只有负极的磁化水才能改善人体生理功能, 起到保健的作用, 而正极处理的水不宜多喝。然而, 市场上所见的磁化杯大多采用普通磁铁, 正负极不分, 根本无养生之效。

因此, 张小江提醒市民, 在选择磁化杯的时候应该仔细鉴别, 不要被商家的夸夸其谈所蒙蔽, 尽可能选购单磁磁片(负极)作为磁化功能的磁化杯。

小贴士 >>>

喝水养生, 哪款水杯最安全

特邀专家: 李复兴 (中国医促会健康用水专业委员会主任)

对家庭用户和办公室一族来说, 喝水的首选应该是玻璃水杯。玻璃杯在烧制的过程中不含有机化学物质, 当人们用玻璃杯喝水或其他饮品的时候, 不必担心化学物质会被喝进肚里去, 而且玻璃表面光滑, 容易清洗, 细菌和污垢不容易在杯壁孳生, 所以人们用玻璃杯喝水是最健康、最安全的。

但是需要注意的是, 玻璃杯最怕热胀冷缩, 温度过低的玻璃杯不要马上盛热水, 以防炸裂。除此之外, 无彩釉涂染的陶瓷杯也是不错的选择, 不仅材质安全, 能耐高温, 还有相对较好的保温效果。但在挑选时, 我们尽量要选购内壁不添加颜色的水杯款。

湖南省人民防空办公室、今日女报/凤网传媒联合成功主办2009至2013年五届湖南人防安全夏令营及其相关活动, 已培养了上千名应急防灾小超人

2014, 今日女报/凤网传媒献给孩子们最好的暑假礼物:

应急安全技能培训夏令营

去重庆武陵变形金刚4拍摄地学习防灾避险知识

一次学习 终身受用

2014, 应急安全技能培训夏令营继续秉承2009至2013年五届湖南人防安全夏令营及其相关活动优良品质。

技能培训课程创新升级 五❤之旅再度扬帆起航!

- 责任心:** 专业课程, 提高孩子安全保护意识, 强化生存自救互救技能。
- 坚韧之心:** 勇敢放飞, 提高孩子的独立生活自理能力,
- 协作之心:** 团队生活, 培养孩子集体意识及协作精神,
- 快乐之心:** 寓教于乐, 让孩子们体验成长的快乐,
- 感恩之心:** 学会感恩父母、感恩社会。



专业师资、专业基地学习应急防灾安全技能



变形金刚4拍摄地领略武陵风光



重庆主题公园开心娱乐



重庆科技馆感受科学奥妙

行程安排:

- 8月6日: 营员报名, 纪律教育、团队精神训练, 乘坐火车(卧铺)前往重庆;
- 8月7日: 抵达重庆, 参观、赴基地学习应急安全技能及医疗救护课程;
- 8月8日: 重庆主题公园游览, 消防安全课程、烧烤活动及篝火晚会;
- 8月9日: 前往《变形金刚4》拍摄地武陵游览, 实景学习安全避险课程;
- 8月10日: 赴重庆科技馆参观, 乘坐火车(卧铺)离开重庆;
- 8月11日: 返回长沙, 颁发学习证书和奖品。

微信报名: (请扫描右侧二维码)

全款支付: 2880元/人 (全款支付成功, 活动结束后送一套全程珍贵图文视频资料!)

预订报名: 200元/人 (200元为预订金! 线上成功付款后在活动结束时送家庭应急包一个, 当天报名再付余款!)

网银转账:

账户名: 湖南凤网传媒有限公司
开户行: 长沙工商银行北站路支行
账号: 1901 0260 0920 0065 543

现场报名:

湖南省长沙市韶山北路1号省委大院旁今日女报社501(周一—周五 8:00—18:00)

电话报名及咨询热线:

0731-82333658 (刘小姐) 82333677 (尹先生)
13607430756 (夜间报名)

咨询QQ: 531906265; 详情请登录凤网: www.fengone.com



招募条件: 10—18岁, 身体健康, 具有一定生活自理能力 活动时间: 8月6日—8月11日 活动费用: 2880元/人