



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

甲醛 Formaldehyde

甲醛普遍存在於自然環境中，在室溫下是無色的氣體，極溶於水及具強烈刺激性氣味，經呼吸道吸入是人類暴露甲醛的最主要途徑。由於甲醛是生物體細胞代謝的正常產物，故多數食物，如蔬果、肉類及水產品等，天然就含有不同量的甲醛。工業上甲醛用途廣泛，可用作防腐劑及消毒劑等；但在食品加工業上，許多國家均禁止將甲醛和含甲醛的化合物用作食品添加劑。中華人民共和國在2011年4月20日最新公告的《食品添加劑使用標準》(GB2760-2011)亦已將甲醛自加工助劑名單剔除，除非經行政許可申請，不得作為食品用加工助劑生產經營和使用。過去不時有媒體報導不法商人在食品加工過程中使用甲醛的消息，曾被發現違法添加甲醛的食物有腐竹、粉絲、九吐魚、牛柏葉及鳳爪等。

對人體的影響

一般透過食物吃入少量甲醛不會引致急性的健康危害，但若吃入大量甲醛，則會致人急性中毒，出現腹痛、嘔吐、昏迷、腎臟受損等症狀，嚴重者甚會導致死亡。2004年國際癌症研究機構(IARC)已將甲醛歸類為第一類致癌物，即人體致癌性證據充足，但有關證據僅證明長期通過吸入途徑攝入甲醛對人體具致癌性，目前仍未有科學證據顯示透過進食而攝入的甲醛會令人患癌。根據世界衛生組織的資料，甲醛的每日可耐受攝入量為每人每公斤體重0.15毫克。要降食物中甲醛的含量，徹底清洗及烹煮食物是有效的方法。

建議

購買食物時，應避免選擇色澤異常亮白的產品。由於甲醛可溶於水，故食物經徹底清洗及浸泡，可有效降低當中甲醛的殘留量。另外，高溫亦能有助去除食物中的甲醛，徹底煮熟食物同樣可降低食用風險。
