

食品安全便利貼：遠離重金屬危害

食品安全為消費者重視之議題，而談及重金屬如砷、鉛、鎘和汞等，這些重金屬雖然在自然界中普遍存在，但它們被過度累積在食品中可能對健康造成嚴重影響。

衛生局局長陳南松表示砷和鎘的長期攝入可能對人體產生潛在的危害，尤其是對兒童和孕婦更為敏感。砷的暴露可能增加癌症風險，而鎘則可能導致腎功能受損。這些重金屬不僅在食物鏈中長期存在，還會隨著食物攝入而進入人體，累積到一定程度後可能引發健康問題。鉛和汞也是我們需要關注的重金屬之一，鉛的長期暴露對兒童的神經系統發育造成重大影響，可能導致智力發育遲緩和行為問題，汞則以其神經毒性著稱，特別是對中樞神經系統的影響最為顯著，這些重金屬殘留常見來自於工業排放、農藥使用或食物加工過程中污染。

為了降低食品中重金屬的暴露風險，選擇新鮮、檢驗合格的食品，能有效降低重金屬的攝入量。其次是避免食用高風險食品，因重金屬容易累積之特性，特別是大型深海魚類和受汙染的環境種植出的農產品等容易暴露於較高的重金屬殘留風險。

重金屬在食品中的存在是一個全球性的問題，需要政府、企業和消費者共同努力來解決，南投衛生局於113年上半年於本縣賣場、超市、餐飲業等場域，抽驗21件食材，檢驗重金屬殘留，21件皆與規定相符，請民眾安心食用，將持續進行後市場端監測，保障民眾健康。

民眾如有食品衛生安全問題及消費疑義，可電洽南投縣政府衛生局服務專線 049-2231994。