

# 美東華人學術聯誼會

Chinese American Academic & Professional Society (CAAPS)

website: [www.caaps.us](http://www.caaps.us)

## 華人學聯塑化劑講座

世界日報紐約訊

June 08, 2011

美東華人學術聯誼會主辦的「健康人生的基礎知識」講座，6月12日將討論「塑化劑」、「塑膠容器滲出物」、及「大腸桿菌污染」對人體健康的影響及其防治方法，歡迎民眾踴躍參加，原訂的「碳水化合物」講題將順延到7月10日舉行。

該講座由李衡鈞教授主講，於12日下午2時在紐約華僑文教服務中心舉行。之後還將由專長整體護理的楊毓淑註冊護士帶大家做李鳳山的平甩功 (Pingshuai Gong)。

華僑文教服務中心位於法拉盛41路133-32號。有關「健康人生的基礎知識」其他課程，請查閱美東華人學術聯誼會網站：[www.CAAPS.US](http://www.CAAPS.US)。

## 華人學聯12日塑化劑講座

【紐約訊】美東華人學術聯誼會主辦的「健康人生的基礎知識」講座，12日將討論「塑化劑」、「塑膠容器滲出物」、及「大腸桿菌污染」對人體健康的影響及其防治方法，歡迎民眾踴躍參加，原訂的「碳水化合物」講座將順延到7月10日舉行。該講座由李衡鈞教授主講，於12日下午2時在紐約華僑文教服務中心舉行。之後還將由專長整體護理的楊毓淑註冊護士帶大家做李鳳山的平甩功 (Pingshuai Gong)。華僑文教服務中心位於法拉盛41路133-32號。有關「健康人生的基礎知識」其他課程，請查閱美東華人學術聯誼會網站：[www.CAAPS.US](http://www.CAAPS.US)。

6/8/11

世界日報

(Continued on next page)

# 防塑化劑 食品避用塑膠容器

世界日報記者王友信紐約報導

June 13, 2011



李衡鈞教授(左立)講解當前民眾最關心的塑化劑食品污染問題。(記者王友信/攝影)

台灣食物飲品的塑化劑風暴讓各地消費者人心惶惶，美東華人學術聯誼會 12 日舉辦「健康人生的基礎知識」講座，李衡鈞教授在講座中表示，民眾在日常生活中裝盛食物的容器都有可能是造成塑化劑污染的元兇，他提醒民眾平時應盡量攝食不經加工的天然食品，才能徹底杜絕塑化劑的食品污染。

李衡鈞表示，現在讓華人聞「塑」色變的塑化劑(DEHP)是一種環境荷爾蒙，由於具有女性荷爾蒙的活性，因此累積在體內對於男性生殖能力有所危害，並且也促使女性性早熟；長期下來，甚至可能提高肝癌的發生率。

現在許多民眾在裝盛食物時，都習慣用塑膠製的微波保鮮盒，李衡鈞表示這類容器都可能有塑化劑的殘留；特別是在使用微波爐加熱的時候，溶出的塑化劑可能更多。

他建議民眾應盡量不用塑膠容器或餐具裝盛或接觸食物，例如多用高品質不銹鋼水壺裝水，若需要微波食物，則強烈建議使用瓷器或玻璃器皿。

至於在日常飲食攝取上，民眾也應盡量吃新鮮當令、且不經加工的「天然食物」，才能完全杜絕塑化劑的污染。

講座吸引近百位關心健康的民眾，一名從史泰登島來法拉盛聽課的黃小姐就說，她現在連礦泉水都不太敢喝，寧願自己帶著玻璃瓶裝的水壺才能安心。

(Continued on next page)







# 李衡鈞講防塑化劑大腸桿菌

【明報記者劉大琪報道】由於台灣塑化劑及德國大腸桿菌風波，為社區民衆帶來衆多食品安全方面的隱憂，美東華人學術聯誼會昨（12）日在法拉盛舉辦健康講座，由李衡鈞教授就塑化劑及大腸桿菌食品污染問題進行講解，普及食品安全防範常識。

李衡鈞說，台灣有毒性塑化劑（DEHP）被當做正常的食品添加劑用於上千種飲料及食品當中，不光牽涉到500家以上食品廠商和公司、重創了台灣食品業的形象，同時更危害著衆多消費者的健康。以DEHP為基質的塑化劑屬於環境荷爾蒙毒素的一種，其毒性遠遠超過三聚氰胺，只有在體內停留相當長一段時間後才會排出，長期以往會造成免疫力及生殖力下降。因DEHP的作用類似於人工荷爾蒙，所以可能危害男性的生殖能力並使女性性早熟，大量攝取還有可能患上肝癌。對於正處於內分泌系統及生殖系統發育期的兒童來說，DEHP的潛在危害更是無法想象。

談到防範辦法，李衡鈞說，要用法律嚴厲管制有毒性塑化劑不再流入市場。日常生活中儘量不用塑膠容器裝水和食物，也不要用塑膠食具。因為塑膠分子活性非常強，要在-273攝氏度以下才會完全靜止，所以有條件的話要多用玻璃容器、陶瓷器及不銹鋼食具。在使用微波爐加熱時，切忌用塑膠容器及蓋子裝食物



李衡鈞介紹防範方法。（劉大琪攝）

，而應選用陶瓷或玻璃器皿。另外，儘量不吃、不用任何經過加工的食品，選用新鮮的、當季的、不經加工的天然食品才是對抗DEHP的最佳武器。

(Continued on next page)



# 防止有毒性塑化劑 勿用塑膠容器裝水及食物

本報記者陳潤芝紐約報導

台灣塑化劑事件及歐洲爆發大腸桿菌引起市民對食品安全的關注。美東華人學術聯誼會及華僑文教中心昨(12日)特於新移民講座中,解答華人相關問題,西奈山醫學院退休教授李衡鈞表示,切勿讓塑膠物料跟飲料接觸,否則可能對人體有害。

為教授保持健康人生的基礎知識,李衡鈞除以深入淺出的手法向在場人士大派養生的貼士外,昨日更特別即場解答市民的問題。

李衡鈞表示,「塑化劑」(DEHP)與其他「鄰苯二甲酸」為基質的「塑



李衡鈞(中)即場解答有關塑化劑的問題。

化劑」(Phthalate based Plasticizers)都屬「環境荷爾蒙」類的毒素,而以檸檬酸為基礎的「塑化劑」(Citrate based)如「烷基檸檬酸」(Alkyl

Citrates)等則相對安全。

要防止有毒性的塑化劑,李衡鈞建議於日常生活中儘量不要使用塑膠容器裝水及食物,並以高品質的不銹鋼水壺裝水或陶瓷器裝食物,「對抗DEHP最佳的武器,是只吃新鮮的、當令的,未經加工的天然食物」,對加工食品一概說不。

李衡鈞指,不少保溫瓶以塑膠製造,切勿不要讓其與飲料接觸。有聽眾就擔心燒開的開水如在保溫瓶存放一天將減低其營養,對此李衡鈞認為水分中的礦物質仍沉澱在內,問題不大,「不過新鮮的東西就是好的,就算水也一樣」因而提醒華人要以此為原則。

此外,為儆防大腸桿菌,李衡鈞建議大家將青菜及肉煮熟才食用,另外勤洗手,每次均用肥皂洗手,並按照一首「生日快樂歌」的長時間反復沖洗;而在廚房處理生肉時,也不要污染生吃的沙拉,保持清潔,以避免食物污染。

## 紐約新聞 LOCAL NEWS

2011年6月13日 星期一  
今天 76 | 61 明天 67 | 58 後天 77 | 63

25¢ 買一個真實的世界

### 大紀元時報 投幣報箱地點

在線版	法文版	唐人街	華埠與33街交界
八大道11號, 56號 38 Ave & 81st Street St 56號Bay Parkway地鐵站 Bay Parkway & 86th St	羅渣士地鐵出口三號 Main St / F Subway Entrance 羅渣士地鐵中心 Main St, QCCP Service Center	格蘭德地鐵口 Grand St, D Subway Entrance 萬昌街地鐵 Hester St & Mot St	華埠與33街交界 Canal St & Mot St 孔子大廟孔子像前 Delmon St 羅渣士地鐵與羅渣士街交界 Delmon St & Rutgers St

# 防範塑化劑污染 食用天然食品

【大紀元記者謝雨桐紐約報導】昨日(6月12日),美東華人學術聯誼會在法拉盛華僑文教中心舉辦有關「塑化劑」和「大腸桿菌」的講座。這是將會「健康人生規劃小組」負責籌劃的「健康人生的基礎知識」系列講座之一,目的是響應華僑文教服務中心的「新移民服務講座」。

昨日的講座由李衡鈞教授負責主講「塑化劑」和「大腸桿菌」食品污染,主要討論塑化劑、塑膠容器及食物及大腸桿菌對人體健康的影響及其防治方法。同日第二天則由專長於電腦處理的楊慶雲教授為大家解答電腦的用途。

李衡鈞教授表示,最近被發現含有有毒性

的塑化劑(DEHP)被當作正常的食品添加劑加進上千種不同的飲料和食品,牽涉到五百多家食品廠商,重傷台灣食品形象,同時也嚴重危害消費者的健康。

李教授說,塑化劑是女性荷爾蒙的仿效者,它具有女性荷爾蒙的屬性,是屬於環境荷爾蒙一類的毒素,有效的防範方法應該是政府要加強檢驗並管制有毒性的塑化劑,使其不流入市場,在日常生活中儘量不用塑膠容器裝水和食品,不用塑膠器具,改用高品質的不銹鋼水壺裝水,儘量多用陶器、瓷器和不銹鋼器具,在使用微波爐加熱時忌用塑膠裝食物。

環境荷爾蒙對人體的影響依年齡遞減,胎兒胎兒和新生兒影響最大,孕婦尿液中塑化

劑代謝物濃度越高,其生產男嬰生殖器官先天性異常風險越高。在胎兒發育階段,影響其生殖系統發育,性別表現及中樞神經系統發展,造成高智商能力低落,注意力無法集中等。對成年人而言,環境荷爾蒙會降低人體免疫力,引發糖尿病,並影響生育能力,增加攝乳腺癌、乳癌、子宮內膜異位症的發生機率。

李衡鈞教授認為對抗塑化劑的最佳武器是只吃新鮮的、當令的,未經加工過的天然食品,儘量不吃、不用任何經過加工過的食品。◇



石磊:昨日(12日),美東華人學術聯誼會在法拉盛華僑文教中心舉辦有關「塑化劑」和「大腸桿菌」的講座。(攝影:謝雨桐/大紀元)