附件

消费提示

食物是人体硼的主要来源，主要以硼酸盐和硼酸的形式天然存在于主要粮食、蔬菜、水果、肉类及其制品中。WHO建议成年人日平均硼的摄入量为1.0~13mg，只要不存在违法违规添加硼砂的情况，居民正常从食物中摄入天然存在的硼，不必担心硼的摄入量超标，不会存在安全风险。

一、硼砂的危害

硼砂是一种化工原料和药物，也是一种外用消毒防腐剂。其化学成分是四硼酸钠，硼砂随食品进入人体内后经过胃酸作用就转变为硼酸，由胃肠道吸收。食用人为添加硼砂的食品，轻者引起食欲不振、消化不良、体重减轻；重者出现呕吐、腹泻等消化道刺激症状。

二、硼砂的来源及相关规定

硼砂具有增加食物韧性、脆度及改善食物保水性及保鲜防腐等功能。一些不法商贩在制作凉皮、米皮等食品时，违规添加硼砂，以达到延长保存期、增加产品韧性、口感爽滑有嚼头等目的。

FAO/WHO食品添加剂联合专家委员会在1961年就提出，硼酸及硼砂不宜作为食品添加剂。2008年原卫生部将硼酸与硼砂列入《食品中可能违法添加的非食用物质和易滥用的食品添加剂品种名单》。

三、消费者购买注意事项及如何辨认

消费者在购买和食用凉粉、米皮等食品时不要过分追求感官特性，应从科学和自然的角度去理解食品成分和感官质量，理性购买食品。