

油·公衛·自保

近期的「地溝油」風波，使大家對食用油產生了恐慌。截至目前，食物安全中心已公佈了 500 多間可能使用「強冠」豬油的商戶名單。雖然公佈商戶名單可以起到一定的作用，但是未來對於問題食用油的監管，現時仍不明朗。關於本港的廢油被回收公司收購後去向，政府現在仍沒有相關的規管機制，也無法追蹤其去向。近幾年，廢油回收價格不斷上漲，除了把廢油變為清潔能源外，亦有公司訛稱「食用油」而將其出口。

管「油」的困難

食物及衛生局同環境局在近期聯合召開內部會議後，就監管食油訂出數項建議：

1. 擬立法規定食用油不得使用「經使用煮食油」和非擬供人食用的「劣質油」作為生產原料，且必須達到擬議的法定食用油標準。
2. 進口、銷售或生產食用油也必須確保其食用油符合上述規定，且食用油入口商須提供生產地官方證明書，或獲官方認可獨立檢測機構證明書，供食物環境衛生署抽查，並須向下游分銷商、零售商或食肆提供證明書副本。出口商則須領取出口許可證。
3. 對於加強規管和監察本地回收「經使用煮食油」，環境保護署會和食環署會合作，先透過食環署的食肆和食物製造牌照條款，規定「經使用煮食油」必須交由環保署認可的收集或回收商處理，並保存紀錄，從源頭堵截「經使用煮食油」再流入食物。

食物及衛生局局長高永文表示，食衛局將會立法規管廢食油回收及再造，最快今年年底至明年初展開公眾諮詢。

但是目前還沒有一種特定的科學方法用以檢測和鑑別以「地溝油」來製造的食油。立法會議員張宇人在「講清講楚」節目中建議政府應該與大學的相關科研部門展開合作，研究其究竟有何特點，並針對相關物質，研發出適當的檢測方法。

公共衛生的簡單建議

在香港，用以規管食物安全的法律條文載於《公眾衛生及市政條例》(第 132 章)第 V 部及該條例的附屬法例。該條例第 54 條訂明有關食物安全的基本規定，即不得出售不宜供人食用的食物。《食物安全條例》對於從事進口或分銷業務的商家進行了規定，需登記註冊後才可開展相應業務。食物進口商有責任與出口當地保持緊密聯繫，確保所採購的食物符合香港法例的規定。為確保食物衛生，進口商應先向來源地的衛生當局申領衛生證明書，並隨進口食物附上，以證明有關的食物適宜供人食用。而下列指定食物屬容易變壞或高風險食物，進口時必須遵循特定的法例規定或行政安排：

- ①野味、肉類和家禽；
- ②奶類及奶類飲品；
- ③冰凍甜點；
- ④海產。

既然高局長的建議有檢測上的困難，可以簡化立法程序，將同樣存在高風險的食用油，列入上述易變壞或高風險食物類別內。同時，應規定入口商即時保存所有相關的交易記錄，以備有問題時，可以方便查出貨物的流向，利於回收。

「自保」三步曲

食物環境衛生署負責食品安全的監控以及強制立法。根據《公眾衛生及市政條例》(第 132 章)第 62 (1) 條，食物環境衛生署有權對食物取樣並進行各種檢測，以防止問題產品流向餐桌。因為問題產品中可能含有有毒化學物質、黃曲霉毒素、病菌微生物及重金屬雜質等，可能影響健康，甚或引致疾病如癌症等。既然市民不能掌握到檢測的結果，筆者建議大家採取「自保」三步曲。

本專欄的目的是健康教育中的「自治」，中醫常說「上工治未病」，所以「自治」便是預防疾病，以求「自保」。既然政府立例需時，我們「自保」的方法非常簡單，就是「不吃」。

1. 豬油含有較高的飽和脂肪和膽固醇，對任何人來說，最健康的方案是少食為佳。對於高危一族，

比如糖尿病、「三高」（高血壓、高血脂、高體重）、心腦血管疾病病人則更要小心。

2. 同時，若少吃煎炸類食物，不僅對健康有幫助，亦可減低吃到「萬年油」的風險。
3. 對豬油做的食物，如月餅，菠蘿包，炸魚皮，煎堆等，亦應淺嚐。

中醫在養生方面也提倡少吃「肥甘厚膩」的食物，與西醫的理論相符。在這個公共衛生風險不能解決的情況下，傳統智慧也大派用場。

黃譚智媛 醫生

筆者是香港大學醫學院榮譽教授