

《食品安全知识读本》

图书基本信息

书名：《食品安全知识读本》

13位ISBN编号：9787540676094

10位ISBN编号：7540676094

出版时间：2011-7

出版社：广东教育

作者：凌文华 编

页数：212

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

前言

民以食为天，食以安为先。在人们生活中，“吃”的问题最为重要。自有文字记载以来，就有很多关于饮食的记载，从“钻木取火、炗生为熟”到“食堆半饱无兼味，酒至三分莫过频”，均体现了中国饮食文化的悠久历史和博大精深。我国饮食文化既赞美了美味的魅力和佳肴的艺术，也提出了饮食的营养健康和养生保健。中华饮食文化，需要人文艺术的渲染，也需要科学家的科普推介，就当前需要而言，后者更为迫切。近十多年来，英国爆发的疯牛病、比利时等国二噁英污染、欧洲爆发的口蹄疫、我国“三聚氰胺”事件，以及最近出现的欧洲带菌豆芽、台湾“塑化剂”等事件，都无不与食品安全问题密切相关！由于缺乏科学、权威的食品安全信息引导，各种理性和非理性、客观科学和主观臆断的信息往往交织在一起，让缺乏专业知识的消费者感到无所适从，“吃肉怕激素，吃菜怕毒素，喝水怕色素”，正是这一状况的真实写照。在当今全球环境污染加剧、食品全球化流通的背景下，对于广大普通消费者而言，除了寄望并大力配合政府监管部门加大对食品违法犯罪活动打击力度外，更重要的是，努力增强自我保护意识，切实掌握食品安全基本知识，提升对食品安全的辨识能力，避免食品二次污染，这也是提高全社会的食品安全意识和降低食品安全风险、保护饮食健康的重要途径。党中央、国务院对食品安全宣传和知识普及工作高度重视，国务院食安办印发了《食品安全宣传教育工作纲要（2011-2015年）》，要求各有关方面通过广泛普及食品安全法律法规和科学知识，食品安全宣传要进农村、进社区、进企业、进学校，提高社会公众的食品安全意识和预防应对风险的能力，强化食品生产经营者诚信守法经营的责任和意识，提高食品安全监管人员执法能力，营造人人关心、人人维护食品安全的良好氛围。在这样的背景下，广东省卫生厅与广东教育出版社联合组织食品安全专家，编写食品安全知识科普读物，无疑是一种有益的尝试。本书以通俗的文字、易懂的道理、生动的图片、丰富的说明，较为科学、权威、系统地介绍了与消费者息息相关的食品安全基本知识和法律法规知识，以及国外的一些成功经验和失败教训；同时，本书还涉及人们日常饮食文化生活中的一些小常识、小技巧，无论是一般群众，还是食品专业人士都值得一读。希望本书的编写出版在食品安全宣传教育方面发挥其应有的作用。（作者系广东省政协副主席、省卫生厅厅长、广东省食品安全委员会副主任）

《食品安全知识读本》

内容概要

《食品安全知识读本》是一本食品安全知识科普读物。《食品安全知识读本》以通俗的文字、易懂的道理、生动的图片、丰富的说明，较为科学、权威、系统地介绍了与消费者息息相关的食品安全基本知识和法律法规知识，以及国外的一些成功经验和失败教训；同时，《食品安全知识读本》还涉及人们日常饮食文化生活中的一些小常识、小技巧，无论是一般群众，还是食品专业人士都值得一读。

《食品安全知识读本》

作者简介

凌文华，中山大学公共卫生学院教授、博士研究生导师、院长，广东省食品安全专家委员会副主任委员，中山大学预防医学研究所所长，中山大学卫生干部培训中心主任，广东省营养学会理事长，享受政府特殊津贴专家。

凌教授1993年在芬兰Kuopio大学获得博士学位，1993—1997年在加拿大、美国从事博士后研究工作。凌教授的研究方向为：营养膳食与代谢性疾病的防治，特别是营养膳食与血脂异常、动脉粥样硬化、脂肪肝等方面的防治研究。

书籍目录

上编 揭秘食品安全一、食品安全_2 什么是食品安全_3 食品污染的危害_3 食品污染的类型_3二、食品添加剂_6 关于食品添加剂_7 食品添加剂的类型_8 常见的食品添加剂_9 食品添加剂的使用原则_16 非法使用的化学添加物_17三、细菌、病毒污染_23 食品中的有害细菌_24 常见致病菌及其食品污染_24 常见病毒及其食品污染_28四、霉菌污染_32 关于霉菌及其食品污染_33 常见霉菌及其食品污染_33五、寄生虫污染_37 关于寄生虫污染_38 常见的寄生虫食品污染_38六、天然有毒动植物食品_40 什么是天然有毒的动植物食品_41 天然有毒植物性食品的类型_41 常见植物性食品的有毒成分_42 天然有毒动物性食品的类型_47 常见动物性食品的有毒成分_47七、烹调过程中的食品污染_50 烹调方式与食品安全_51 烹调过程产生的常见有毒有害物质_52八、炊具、餐具及包装材料对食品的污染_56 炊具、餐具对食品的污染_57 包装材料对食品的污染_60 中编 选购食品攻略一、食品标签解读_64 标签识别_65 要点解读_67 重要标志_76二、大米、面粉的选购_79 大米_80 面粉_83三、蔬菜的选购_87 选购原则_88 选购要领_90四、水果的选购_98 选购原则_99 选购要领_100五、肉类、肉制品的选购_104 肉类_105 肉制品_111六、鲜蛋、蛋制品的选购_113 鲜蛋_114 蛋制品_116七、水产品的选购_118 鱼类_119 虾类_120 蟹类_121 贝类产品_122 水发产品_123 水产干品_123八、调味品的选购_125 食用油_126 醋_129 酱油_130 味精_131 食盐_132 酱_132九、豆制品的选购_133 豆腐_134 豆腐干_135 豆腐片_135 腐竹_135 熏制品_136 油炸制品_136十、乳品、蜂蜜的选购_137 乳制品_138 蜂蜜_143十一、水、饮料、茶叶的选购_146 水_147 饮料_148 茶叶_151十二、糕点、罐头、藕粉的选购_154 糕点_155 罐头_157 藕粉_158十三、保健食品的选购_160 保健食品的功能_161 保健食品的适宜人群_161 保健食品的选购_162 下编 消费维权宝典一、维权有法_166 我国目前食品安全法规概况_167 《中华人民共和国食品安全法》解读_168二、维权有路_176 公民食品安全权益保护意识的建立_177 食品消费者权益保护途径_178 解决消费者与经营者之间争议的几项特定规则_185 食品安全典型案例分析_186三、他山之石_191 德国——食品带“身份证”的国家_193 日本——可以看见食品面容的国家_195 美国——食品安全管理最严密的国家之一_199 英国——食品安全管理全覆盖的国家_204 法国——食品信息全程追踪的国家_206主要参考文献_209后记_211

章节摘录

净含量的玄机 “净含量”一般泛指除去产品的外包装及容器后产品的实质重量，也就是除包装外的可食部分的含量。很多食品的包装又大又漂亮，消费者买回家打开看时，才发现其内容物相当之少。如果产品是固液两相，还要看固形物的含量。通过净含量或固形物含量，消费者可以识别食品的数量及价值。需要注意的是，当容器内含有固体和液体两种形态的物体时，比如甜桃罐头或者含冰的冷冻鱼虾，除了标示净含量外，还应当标示有沥干物（固形物）的含量，消费者在购买该产品时可以重点查看固形物含量。目前，许多定量包装食品在净含量上的标注方法不够规范。第一是所标注的净含量与产品名称不在同一视野内。也就是说，这类产品在包装袋的正面，常常只标注有产品名称、商标、厂名厂址等，而净含量、配料、执行标准、生产日期、保质期等均标注在包装的另一面。这就违反了食品名称与净含量必须排在同一视野内的明确规定。第二是标注净含量的字符高度不符合规定，多表现为所使用的字体太小，难以让消费者看到净含量的标注。《产品标识标注规定》中明确规定了对净含量进行标注时的字号大小。那些使用太小字号来标注净含量的厂商，目的无非是想让消费者不容易看到这个标注，企图在净含量上欺瞒消费者。第三是采取“净含量见袋内”的标注方式，消费者在购买如此包装的产品时，如果不打开包装袋就不可能知道净含量的多少，除非已经购买，但消费者又不能随意打开包装。显然，这种净含量的标注方法公然剥夺了消费者对净含量多少的知情权，同时那些装到包装袋内的标志，很容易形成对食品的污染。第四是采取“净含量见封口”的标注方式，这同样也不符合产品名称与净含量必须在同一视野内的规定，而且同样大小的包装袋内所装的食物，其净含量也可能不尽相同。消费者面对净含量多少的问题很容易受到误导，作出失当的购买决策。……

《食品安全知识读本》

编辑推荐

《食品安全知识读本》专家告诉我们：生活中如何安全健康地吃，如何识别有毒食品，如何避免食品的二次污染，把吃的风险降低到最低，如何维护自己合法的食品消费权益。《食品安全知识读本》试图通过通俗易懂、图文并茂的形式，传播关于食品安全的基本知识，为提升广大读者食品安全素养助力，为广大读者维护消费合法权益助力。

精彩短评

1、生活中必备的一本书

2、女儿看不懂，我看了讲给她听，我也学习学习一起

3、如今的食品市场五光十色，绚丽的包装、新鲜的食物名称、不时冒出的健康把戏，消费者要想从中辨清食物的真实品质，的确很不容易。

食品名称和标签往往会导致误读，使我们的消费行为和原来的购物愿望大相径庭。象所谓的“营养麦片”实际上大部分成分是糖和糊精而不是燕麦片，其中每包的蛋白质含量只有1克左右，奶粉和燕麦含量都很少，香味主要来自香精，其营养价值尚不如普通的粥；所谓的“植物奶油”就是“人造黄油”，是植物油经过人工氢化反应制成的，经过这个反应之后植物油中的不饱和脂肪也变成了饱和的脂肪，营养价值并不比天然黄油更高；所谓的“水果饮料”只含有小块水果或少量果汁，却添加了很多糖和添加剂，含有的维生素和矿物质微乎其微，且吸收利用率也很差。

聪明的消费者，相信读了这本书后，你就不会再上标签的当了。

4、因为工作需要买了这本书，还行，用得上，适合针对社区居民、中小學生等普及食品科学知识用。

5、有用，比较详细，不过面对现在的食品问题好像不够详细。。。。。。

6、很适合日常生活

7、学术牛人并不是说一个人的学术能力真的有多么强，就象易中天、于丹之流。在图书界的挂名现象也是此起彼伏。很多官员也热衷于出书，都是标榜自我。这本书听说与凌文华没什么关系，他虽然是中山大学的博导教授，但并没有参与这本书的策划与编写，不知怎么也挂上了名。原来许多学术牛人有很多著作，就是这样出笼的。广东讲诚信，到处有标语。不知凌文华院长能否问心无愧地跟读者讲，对，我就是这本书的主编。不过，这位主编起码参与了3个字，那就是把自己的名字给挂到这本书上了。

精彩书评

1、 如今的食品市场五光十色，绚丽的包装、新鲜的食物名称、不时冒出的健康把戏，消费者要想从中辨清食物的真实品质，的确很不容易。食品名称和标签往往会导致误读，使我们的消费行为和原来的购物愿望大相径庭。象所谓的“营养麦片”实际上大部分成分是糖和糊精而不是燕麦片，其中每包的蛋白质含量只有1克左右，奶粉和燕麦含量都很少，香味主要来自香精，其营养价值尚不如普通的粥；所谓的“植物奶油”就是“人造黄油”，是植物油经过人工氢化反应制成的，经过这个反应之后植物油中的不饱和脂肪也变成了饱和的脂肪，营养价值并不比天然黄油更高；所谓的“水果饮料”只含有小块水果或少量果汁，却添加了很多糖和添加剂，含有的维生素和矿物质微乎其微，且吸收利用率也很差。聪明的消费者，相信读了这本书后，你就不会再上标签的当了。

2、 学术牛人并不是说一个人的学术能力真的有多么强，就象易中天、于丹之流。在图书界的挂名现象也是此起彼伏。很多官员也热衷于出书，都是标榜自我。这本书听说与凌文华没什么关系，他虽然是中山大学的博导教授，但并没有参与这本书的策划与编写，不知怎么也挂上了名。原来许多学术牛人有很多著作，就是这样出笼的。广东讲诚信，到处有标语。不知凌文华院长能否问心无愧地跟读者讲，对，我就是这本书的主编。不过，这位主编起码参与了3个字，那就是把自己的名字给挂到这本书上了。

1、《食品安全知识读本》的笔记-第1页

我认为这本书的精华就在于“中编：选购食品攻略”。该部分内容构成了全书的主要内容，也是最实用，最需要我们了解的。正如书中所说的：

如今我们生活在一个物质富裕的时代里，本来面对市场上琳琅满目的食品和假冒伪劣现象的日趋猖獗，消费者早就已经犹如雾里看花，很难识别其是好是坏，是优是劣。而从黑大米、染色馒头、地沟油、注水肉到沥青猪蹄、松香鸡爪、硫磺银耳、蛆虫柑橘，屡屡曝光的“问题食品”层出不穷、触目惊心，更让人犹豫不决，买还是不买？吃还是不吃？什么食品是安全的？什么是有毒有害的？怎样才能鉴别食品真假？这可真是食物越来越丰富，我们却越来越糊涂，越来越在心里犯嘀咕。不能放心买，又何敢大胆吃呢？为此，这里介绍一些选购食品的基本知识，以便帮助消费者掌握常见的识别方法，在自己的餐桌消费前构筑起一道食品安全防线。

《食品安全知识读本》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com