



食物防腐劑



食物安全中心
Centre for Food Safety



食物容易變壞，沒有妥善保存的食物會滋生細菌、酵母菌和霉菌並會腐壞。此外，食物有時亦可能有致病微生物及/或其有毒的分泌物，危害消費者健康。因此，我們需以適當的方法防止食物變壞。

使用防腐技術保持食物新鮮美味已有長久的歷史。自遠古以來，人類便需要妥善保存食物，以確保他們在氣候欠佳的日子（例如冬季、雨天或乾旱的日子）仍有足夠的食物，多種防腐方法因此應運而生。常見的食物防腐技術如下：

方法	原理	應用例子
加熱	高溫可消滅微生物	經巴士德消毒法或超高溫法消毒的奶、罐頭食品
風乾	水分是微生物生長不可缺少的	脫水蔬果
發酵	乳酸菌可抑制微生物生長	泡菜、乳酪
醃製	高鹽分可降低水活性以抑制微生物生長	火腿、鹹魚
防腐劑	有些化學品可抑制微生物生長	麵包、啤酒、茄汁

什麼是防腐劑？

防腐劑屬於抗菌劑，可防止或減慢霉菌、酵母菌或細菌滋長。常見的防腐劑如下：

防腐劑	針對生物	應用例子
亞硫酸鹽	酵母菌和細菌	脫水蔬果、香腸
亞硝酸鹽	細菌	煙肉
丙酸	霉菌	麵包
山梨酸	霉菌	芝士、酒
苯甲酸	酵母菌和霉菌	汽水、茄汁

當中有些防腐劑天然存在於某些食物中，例如部分芝士中的丙酸，布祿、越橘和丁香中的苯甲酸。

防腐劑可提高食物安全，並可延長食物的保質期，從而避免浪費剩餘的季節性食物。

防腐劑安全嗎？

所有防腐劑均須通過嚴格的安全評估和審批程序¹，並須證明其在建議的使用量下不會危害消費者健康，才會獲准在食物中使用。

本港如何規管防腐劑的使用？

在香港，防腐劑的使用是受《食物內防腐劑規例》(香港法例第132BD章)所規管。該規例列明獲准在食物中使用的防腐劑，以及其在指明食物中法例容許的最高含量。

給市民的建議

市民應保持均衡飲食，以免因偏食引致過量攝入某種防腐劑。

容易有過敏反應的人士(如哮喘病患者)可能會因攝入二氧化硫等某些食物防腐劑而出現過敏反應，因此要小心選擇食物，如有需要應徵詢醫務人員的意見。

由二零零七年七月起，預先包裝食物的標籤須列明所使用的添加劑(包括防腐劑)的名稱(或編號²)及用途，過敏人士便可決定有關食物是否可安全食用。



¹ 在國際食物安全機關中，聯合國糧食及農業組織/世界衛生組織聯合食物添加劑專家委員會專責蒐集和評估食物添加劑的科學數據，就安全使用食物添加劑訂定參考值。

² 食物添加劑國際編碼系統中的識別編號已獲食品法典委員會用作識別食物標籤上的食物添加劑。

新法例下食物添加劑的兩種標示方式：



標示方式一：
食物標籤須列明所含有的食物添加劑的作用及名稱

或



標示方式二：
食物標籤須列明所含有的食物添加劑的作用及識別編號

市民可從食物安全中心網頁www.cfs.gov.hk查詢各識別編號所代表的食物添加劑。