



2020年,中国食品产业在疫情中经历了一场大考,承担起确保市场稳定的中坚力量。与此同时,免疫力、冷链食品、“酸汤子”中毒等一系列食安健康热点问题也受到人们广泛关注。

1月8日,由中国科学技术协会指导,中国食品科学技术学会主办的“2020年食品安全与健康热点科学解读媒体沟通会”在京召开。国家食品安全风险评估中心总顾问陈君石、北京工商大学校长孙宝国、广东省微生物研究所名誉所长吴清平、3位中国工程院院士,以及多位权威专家分别对春节防疫、米酵菌酸、植物基食品等2020年食品安全与健康十大热点进行了科学解读,表达学术界观点。

2020年食品安全与健康十大热点发布

冷链食品、毒蘑菇、米酵菌酸上榜

热点一：春节防疫——严防反弹、控制食品污染

解读专家：陈君石，中国工程院院士、国家食品安全风险评估中心总顾问

新冠肺炎是呼吸道传染病，不是食源性疾病。尽管中国有证据表明，新冠肺炎的传播途径，除了人传人以外，还可能物传人，对于消费者来讲，这种感染的机会非常小。搬运进口货物的工人，如果预防措施不到位，通过物传人而被感染的机会较大。

热点二：误食毒蘑菇——我国食品安全头号致死因子

解读专家：吴清平，中国工程院院士、中国食品科学技术学会副理事长、广东省微生物研究所名誉所长

我国野生蘑菇分布广泛、种类繁多，其中掺杂着数量庞大的有毒蘑菇。民间流传的所谓鉴别野生蘑菇是否有毒的经验并不可靠，目前，还没有简易辨别的科学方法，并且误食中毒后尚没有特效治疗药物，因此，消费者预防野生蘑菇中毒的最根本方法是“不采、不买、不吃”不认识的野生蘑菇。

热点三：米酵菌酸——“酸汤子”中毒的罪魁祸首

解读专家：刘秀梅，中国食品科学技术学会名誉副理事长、中国疾病预防控制中心营养与健康所研究员

椰毒假单胞菌酵米面亚种产生的米酵菌酸，是引起“酸汤子”食物中毒的罪魁祸首。椰毒假单胞菌食物中毒的高危食品包括三大类：谷类自制发酵制品、变质银耳或木耳、发酵薯类制品。为避免该类食物中毒的发生，家庭或小作坊要慎重制作或尽量不制作、不出售酵米面类食品。正确购买和科学食用银耳、木耳等相关食品，禁止出售鲜银耳。

热点四：免疫力——后疫情时代消费者的首要健康需求

解读专家：丁钢强，中国食品科学技术学会副理事长、中国疾病预防控制中心营养与健康所所长

免疫力是指机体对外防御和对内

环境维持稳定的反应能力，合理膳食是增强机体免疫力的基础和保障，此外保证充足睡眠，进行适量运动并保持放松的心理状态也是影响免疫力的重要因素。在后疫情时代，食品工业正以国家政策和消费者健康需求为导向，通过不断地提升食品营养高质量供给能力，将在满足消费者免疫力提升的健康需求中发挥不可替代的重要作用。

热点五：植物基食品——健康饮食的新潮流

解读专家：郭顺堂，中国农业大学食品科学与营养工程学院教授；江连洲，东北农业大学食品学院教授、国际食品科学院院士

随着人类追求健康与可持续发展理念的兴起，植物基食品受到消费者广泛的青睐，成为了食品行业未来发展的主要方向。为大力促进植物基食品的快速健康发展，满足消费者的健康新选择，科技界和产业界应注重夯实植物基食品的科学理论基础，开展技术创新研究，以科技进一步提升植物基食品的营养水平，满足健康、美味的新需求。

热点六：粮食安全——唤醒危机意识，杜绝食物浪费

解读专家：孙宝国，中国工程院院士、中国食品科学技术学会副理事长、北京工商大学校长

疫情影响，引发了对全球粮食安全的重新审视。目前，我国粮食和重要农产品安全稳定。要强化以食品科技为依托的粮食安全保障，加快构建更高层次、更高质量、更有效率、更可持续的粮食安全保障体系。研究实施“藏粮于食品”工程。

热点七：直播带货——堵住火热营销下的安全漏洞

解读专家：马冠生，北京大学公共卫生学院营养与食品卫生学系主任

网络直播带货作为一种新兴的流量经济，在促进经济社会发展，满足消费者的获得感和幸福感方面发挥了积极的作用。食品作为直播带货中重要的商品品类，更要明确相关产业链上下游企业、政府监管部门、电商平台等环节的食品安全主体责任，维护消费者合法权益。消费者应秉持理性

消费观念，从规范和信誉度好网购平台选购产品。

热点八：进口冷链食品——疫情防控下的难点与重点

解读专家：李宁，中国食品科学技术学会副理事长、国家食品安全风险评估中心副主任

新冠病毒可能对食品及其包装造成污染，因此对食品全产业链的安全提出了更高的卫生要求。进口冷链食品及其包装可能成为远距离跨境运输携带并传播新冠病毒的载体，因此疫情防控要着重加强关口前移，在强化源头控制的同时，相关食品生产经营者应严格落实疫情防控主体责任，做好“人”“物”同防。

热点九：诺如病毒——导致食源性疾病的“惯犯”

解读专家：陈颖，中国检验检疫科学研究院副院长兼总工程师；李凤琴，国家食品安全风险评估中心微生物实验室主任

诺如病毒是引发人类感染性腹泻的主要病原之一，流行具有明显的季节性。诺如病毒虽然有很强的感染性且传播途径广泛，但引发的感染属于一种自限性疾病。专家建议：保持良好的卫生和饮食习惯是预防和控制诺如病毒感染最有效的措施；发现疑似病例要及时上报，加强感染者的治疗和管理；加强食品生产经营单位从业人员的监督管理。

热点十：食物过敏——被忽视的食品安全“隐形杀手”

解读专家：吴永宁，中国食品科学技术学会食品真实性与溯源分会理事长、国家食品安全风险评估中心技术总师；陈红兵，南昌大学中德联合研究院院长、南昌大学食品科学与技术国家重点实验室教授

食物过敏是一个全球性的食品安全和严重的公共卫生问题，目前避免摄入致敏物质是防治食物过敏的唯一有效途径，实施食品致敏物质标签制度是避免食物过敏的有效措施。当前，我国迫切需要基于中国人群流行病学调查确定过敏食物清单，通过多学科协同创新以应对我国人群食物过敏问题。消费者应增强对食品包装上致敏物质标示认识，避开食用会导致自己过敏的相关食品。

据新华社

研究显示：

每天运动 10 分钟可防脑退化



一项新研究显示，中年时每天运动 10 分钟有助于防止脑部随着年龄增长而退化。

据英国《每日邮报》网站 1 月 6 日报道，科学家说，中年时坚持定期运动，例如快走、跑步或骑自行车，与 25 年后脑部受损较少相关。

美国哥伦比亚大学欧文医学中心的研究人员对 1600 人展开了研究，研究对象的平均年龄为 53 岁，在过去 25 年间参加了 5 次体检。

研究结果表明，中年时进行更多“中等到高强度”运动可对脑部起到“保护”作用。

在研究开始时，研究对象对自己每周的运动水平进行一次评估，并在之后 25 年间再进行两次评估。

每个研究对象都上报了他们进行中等至高强度运动的时间，研究人员将其分为无、低、中和高四类。

研究结束时，研究人员通过扫描脑部来测量研究对象脑内的灰质、白质和受损或病变区域。

研究报告的作者普里娅·帕尔塔说：“一周至少进行 1 小时 15 分钟的中等至高强度体育运动，对促进脑健康和维持脑部实际结构可能非常重要。”

她说：“特别是，中年时每周进行超过两个半小时的运动与脑病症状较少相关。”

研究人员调整生活方式和人口学因素后发现，中年时未进行中等至高强度运动的人，25 年后出现小范围脑损伤的可能性比做运动的人要高出 47%。

研究人员还观察了研究对象脑白质中水分子的运动状况。与中年时未进行任何运动的研究对象相比，中年时进行了高强度运动的研究对象脑白质中水分子的运动方式更为有益。

帕尔塔还说：“我们的研究表明，运动对脑内小血管的影响可能在一定程度上影响认知能力。这项研究进一步证明，中等至高强度运动对终生保持思维能力至关重要。”

该研究报告发表在美国神经病学学会的医学期刊《神经学》上。

据新华社