

九大食品谣言真相

文 / 张庭

果壳网最著名的一个主题站叫作“谣言粉碎机”，两年来粉碎了大大小小的近400个谣言，从世界末日预言到“微波炉损害人体健康”，内容涵盖方方面面。小编整理发现，这些被揭穿的谣言中，许多都和食品消费生活密切相关。

食品谣言一：45天速成鸡不能吃

真相解读：在网络和一些媒体对商品肉鸡市场的描述和报道中，出现了肉鸡从孵出到端上餐桌只需45天的文字，从而引发消费者一片质疑。事实上现代养殖业通过严格的品种选育、饲料调配和饲养管理，一些商品肉鸡出栏时间就是42~48日龄，45日左右最常见，长得快与违规的药物添加并不存在必然联系。

食品谣言二：人造鸡蛋能当乒乓球打

真相解读：橡皮蛋其实只是“不合格”的鸡蛋，并非人工制造的假鸡蛋。正常的鸡蛋如果在低温下保存时间过长，蛋黄也可能变硬而成为“橡皮蛋”。

食品谣言三：微波炉热食物有害健康

真相解读：关于微波炉那些骇人听闻的说法都没有科学依据。微波不致癌，也不会让食物产生致癌物质。至于“德国人不用微波炉”的说法，也早就被德国的果壳网友粉碎了。

食品谣言四：食用浸出油不安全

真相解读：浸出法在我国和欧美国家已成主流制油工艺。无论是压榨工艺还是浸出工艺生产出来的油，符合食用油质量标准

和卫生标准就是安全的油。

食品谣言五：城市自来水中有避孕药

真相解读：最早的传言来自专家一条有关论文的微博，为此果壳网专访了专家。专家认为造谣者完全是曲解，其论文研究的是环境雌激素，不能作为“城市自来水中含有避孕药”“水产养殖中使用避孕药”的证据。

食品谣言六：含维C蔬果可治疗感冒

真相解读：科学研究证实，大剂量的维生素C和含有维生素C的蔬菜、水果并不能降低普通感冒的发病率。

食品谣言七：经期吃冷饮易患癌

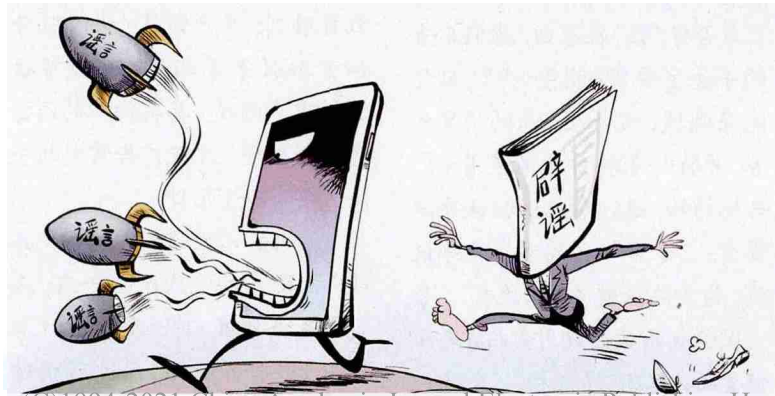
真相解读：关于经期洗头、吃冷饮、喝凉水等话题，目前没有任何证据表明这样的生活方式和行为可导致妇科疾病，更不会因此而患上癌症。

食品谣言八：木瓜能丰胸

真相解读：研究证明，木瓜酵素和维生素A都无法起到丰胸效果。

食品谣言九：果汁与海鲜相克不能同吃

真相解读：有权威科学家验证了坊间流传的多种食物相克传说，无一成立。❏



(C)1994-2021 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. <http://www.cnki.net>