

# 塑膠容器與食品安全的親密關係

文/楊玉純 ( 本院營養師 )

每年的4月7日是世界衛生日。今年世界衛生組織所選定的公共衛生議題是「食品安全」。食品安全的推動，主要是保障消費者免受食物中毒和染上急性或慢性食源性疾病的風險。不安全的食物會導致人體的健康問題，但食品的安全問題不易被察覺，甚至受到忽略。其中與食物有著親密關係的食品包材、容器或餐具，其成分、特性及正確使用方式，多為一般人所忽視，尤其是廣泛被使用於日常生活的塑膠容器，更是食安問題重要的一環。

## 認識塑膠容器的種類及特性

目前世界通用的「塑膠材質回收辨識碼」共分為七類。塑膠容器上有順時針箭頭轉向組成的三角形符號，三角形中間標記著數字，這個就是「塑膠材質回收辨識碼」，以下由編號1至編號7的塑膠材質簡單介紹。

辨識碼	成分種類	常見使用	材質特性
	聚乙烯對苯二甲酸酯 (PET)	寶特瓶、食用油瓶	耐熱溫度約 60-85°C，硬度韌性佳、耐酸鹼。
	高密度聚乙烯 (HDPE)	牛奶罐、塑膠袋	耐熱溫度約 90~110°C，耐腐蝕與酸鹼。
	聚氯乙烯 (PVC)	保鮮膜、雞蛋盒	耐熱溫度約 60~80°C，可塑性很高。
	低密度聚乙烯 (LDPE)	塑膠袋、保鮮膜	特性與 HDPE 雷同，耐熱溫度約 70~90°C，耐腐蝕與酸鹼。
	聚丙烯 (PP)	保鮮盒、布丁容器、豆漿或果汁瓶或瓶蓋、熱食品的容器	1. 耐熱溫度約 100~140°C，耐酸鹼、耐碰撞且耐高溫。 2. 聚丙烯製成的器具通常可以用來作為微波加熱食品的容器。
	聚苯乙烯 (PS)	養樂多瓶、冰淇淋盒、泡麵碗	耐熱溫度約 70~90°C，安定但不耐高溫。
	其他類	未在上述材質的塑膠材料都歸類於此，以下列舉常見的	

	材質		
	A. 聚乳酸(PLA)	冷飲與冰沙杯	被認為是良好的環保塑料，不耐熱但質輕、透明。
	B. 聚碳酸酯(PC)	奶瓶、水壺(杯)	強度高、耐高溫，但有研究指出聚碳酸酯產品會釋出雙酚 A。不耐鹼，不能使用鹼性清潔劑清洗。
	C. 美耐皿	是市面上常見的餐具材質之一	耐高溫抗腐蝕，雖然耐高溫，但是盛裝溫度較高的湯或食物會釋出微量的三聚氰胺，不適合高溫微波。

### 塑膠容器的清洗與保養注意事項

了解塑膠材質種類後，我們就可以根據食物的特性(溫度高低、食物酸鹼程度、是否含酒精或是油脂)而選用適合的包材或者是容器。若需要微波加熱處理時，容器要避免加熱時間過長造成過熱，可使用較低功率多次加熱處理。另外，塑膠製品的清洗與保養要注意—儘量使用溫和中性的清洗劑，並且避免使用鋼刷或菜瓜布以免造成刮傷或磨損，清洗後應避免使用紫外線殺菌，避免加速材質劣化、影響使用期限。

※更多詳盡的資訊，可以利用網路查詢衛生福利部食品藥物管理署的塑膠食品容器宣導網站 <http://plasticpackage.pidc.org.tw/main.php>