

快來認識 塑膠製品的身分證








◎文/營養師 林孟萩

在Facebook上廣為流傳的聳動標題「80%的致癌原因都來自車裡的礦泉水！快告訴你的親友不要再喝了！」；前一陣子也為了連鎖店熱飲杯蓋到底是五號或者六號炒得沸沸揚揚；黑心塑膠蓋？買了柳橙汁之後才15分鐘，塑膠杯蓋就融化了！？

到底，是黑心商品的問題還是商人用錯產品了？在開始認識塑膠製品的身分證之前需澄清一下，第一個聳動的文章並非正確，除非透過大型的流行病學的長期調查才可能了解某些

癌症的危險因子是哪些，驟然的下80%的定論實在太過武斷；但已知，肺癌死亡的患者，有80%抽菸這倒是經證實的調查結果，如果你身邊有抽菸的親朋好友更應該建議戒菸呢！接下來就讓我們進入正題吧！

美國塑膠工業協會在1988年發展出塑膠分類標誌，每個編號都有適合的使用方式，在塑膠容器的瓶底、外標籤或是瓶身，會印上三角形的回收標示，順時針三角形的形狀。就用下表為大家介紹不同編號的塑膠製品的用途、特性及安全問題。

| 標誌與編號 | 縮寫 | 用途 | 特性及安全問題 |
|---|-----------|---|---|
|  | PETE或PET | 膠帶與寶特瓶、市售飲料瓶、食用油瓶等。 | 耐熱60~85°C並耐酸鹼，過熱及長期使用可能會釋出致癌物DEHP，因此不適合重複使用。 |
|  | HDPE或PEHD | 瓶子、購物袋、鮮奶瓶 | 耐熱度90~110°C耐腐蝕、耐酸鹼，不易徹底清洗殘留物，非食品用途容器不應通過清洗後重複利用。 |
|  | PVC或V | 保鮮膜、雞蛋盒、調味罐等。 | 耐熱60~80°C，過熱易釋放各種有毒添加劑，由於該材質含有氯元素，在製瓶、填充、回收再處理之過程中疑有氯乙烯單體易釋出，業者已逐漸改用其他材質取代。 |
|  | LDPE或PEBD | 塑膠袋、各種的容器、環保水壺中的塑膠軟。 | 耐熱70~90°C耐腐蝕、耐酸鹼，過熱易產生致癌物質 |
|  | PP | 可微波的材質，食品餐器具、布丁盒、豆漿瓶、100%純果汁、優酪乳、果汁飲料等， | 耐熱至100~140°C耐酸鹼、耐化學物質、耐碰撞、耐高溫，在一般食品處理溫度下較為安全。 |
|  | PS | 養樂多瓶、冰淇淋盒、泡麵碗、手搖飲料店中的保麗龍杯。 | 耐熱度70~90°C吸水性低佳，因此應避免用泡麵碗盛裝100°C的熱水。在酸鹼溶液（如橙汁等），或者高溫下容易釋出致癌物質。不適用酒精、不適用食用油類性（如：紅燒、清燉、蒸、炸、快炒等烹調方式） |
|  | OTHER | 食品餐器具 | 聚碳酸酯（PC）耐熱120~130°C不適用鹼；聚乳酸（PLA）耐熱50°C；壓克力耐熱70~90°C不適用酒精；美耐皿樹脂耐熱110~130°C但有可能會有溶出雙酚A的疑慮，故不建議裝盛熱食。 |

提醒您！！

塑膠製品皆不適合用來電鍋加熱喔！因為電鍋溫度可達120°C，已經超過塑膠的耐熱範圍了。提醒各位讀者，如果到外面買熱飲要記得看看杯蓋是不是5號的呢？微波的時候也要看看自己的容器是否耐熱？買外面的柳丁汁時也要注意看看自己使用的容器是否耐酸？祝大家擁有健康的身體，了解的越多才越不容易讓自己的健康掉入陷阱中喔！

如果您想要了解更多的資訊，可以參考：

- (1) 塑膠材質回收辨識碼，資源回收網
(<http://recycle.epa.gov.tw/other/can1.html>)
- (2) 衛生福利部食品藥物管理署塑膠食品容器宣導網站
(<http://www.pidc.org.tw/PlasticsPackage/Pages/default.aspx>)