談癌症的預防（下篇）

癌症的風險和食物是息息相關的。這裡所謂食物的重要性，不是指：到了癌症就得開始吃素”這類常態的，而是指全民陳年累月，每日攝取的營養和食物，是否安全與健康？這個問題和重要，那到底有沒有得到應急的重視？

假如我們和身邊的人聊一聊，便不難發覺，民衆對今食品安全的評價，並不是很高。一些常見的食物：農場的雞肉、牛、羊等，是可以吃，但不會有抗生素或打了長肉精？
（更有甚者，是否有非法的，明知會致癌的抗生素？）海裏捕來的魚是否都泡了氧氣片？火炸藥片是否有“加料”的塑料袋？（听说香蕉片和塑料袋，放在一起，會吃起來“更爽”？）
塑料袋現在當食物吃了？

究竟是誰該為“好食物”把關？

人们对食物的信仰低，对于食物一贯“沒事即好”的態度，是抱着半信半疑的態度的，可是那感覺無能為力，只得每天吃著自己說的，即使是好多年不好的毒素，如殺雞只有非法抗生素等），結果若是遲早才公佈，一個部門宣布查禁，另一個部門又可以，結果導致聖羅大眾無所適從。对于當局的把关能力也信心低論。舉另一個例子，假設消費者協會，自1985年即已禁用的防腐剤：硼酸（boric acid），仍仍存在于市面上賣的黃面等食物裏。硼酸（boric acid），可是却無傷，導致腎衰竭等問題，如此毒素，不應該嚴厲的查禁嗎？可是宣佈了禁止卻又執法不嚴，那和不禁止又有何區別？

和癌症有關的毒素很多，可謂不勝枚舉，許多和工業或食物的製造，加工過程有關。在這裡提出一個明顯的例子，即二惡英（dioxin）二惡英是許多工業過程所產生的毒物，可謂毒物中的毒物，它是難以消滅的，在現代社會中几乎無所不在。低剂量的二惡英對健康也許沒有太大影響，可是異常超標了就可導致生殖和生育的問題，以及損害免疫系統。干擾激素，甚至導致癌症。二惡英会在食物鏈中累積，而处在食物链最高點的動物就“累積”和“浓缩”了二惡英在其脂肪組織中。人們攝取的二惡英，90%以上都是通過食物，尤其

是肉類、乳製品和魚類。

世界衛生組織建議，各種政府應該努力減少人們對二惡英的接觸，即通過：

一、減少二惡英的產生；
二、防止二惡英進入食物鏈，這牽涉到嚴格控制工業的過程，以儘可能減少二惡英的形成，還有加強對食品安全的監管和檢測。

我们都患上了“文明症候群”？

許多先進國家都系統化的監測食品中的二惡英，以保護其民衆（如在美在德爆發的二惡英污染幾千公食物事件），我國到現在投入了多少人力、物力和資源，去抑制和防止二惡英呢？別忘了，監管人吃的食物是同一回事，監管動物的飲料的實在一樣重要呀！假如動物吃了有二惡英或農藥污染的飲料，毒素累積在體內，人吃了動物或喝了動物奶，結果還是傳了給人！二惡英的檢測系統價值不菲，可是這樣的投資是值得的，以讓我們的食物有一層基本的保障。

食物的安全与否，是民生的基礎問題，影響全中國的人民，上至官貴人，下至平民百姓，無人得以幸免，兒童更是首當其衝，可是內的評論界和媒體中，是否有得到它应有的重視？（與這篇文章時。看到臺灣的電視台報導：台北衛生署抽查檢查顯示，市面上賣的金針花和柳丁，有10%測到農藥超標。在我國你會聽到這一類的新聞？）

我有的是資源，卻在關鍵的領域裏缺少人力和資源，去設計和加強對食品安全的監管。官員們整天可以看到在媒體上互相攻擊，播困難，究竟有沒有盡其所本，做好保人民的工作？

話說回來，人們也不能把責任全部推給政府或官家機構（雖然政府的責任最大，也最具關鍵性），別忘了，許多疾病的來源是在幼兒時期，假如孩子們从小就吃太多的脂肪、肉类和卡路里，吃太多蔬菜、打太多電玩，做太少運動，這一系列的“文明症候群”，是不是會造成未來更大的問題呢？這是我们都應該深思的。