

從食用油檢出苯駢芘 (BaP) 事件 談食品安全管理與風險溝通 (下)

文／臺中榮總毒物醫學部醫務管理專員 藍心彤

臺中榮總毒物醫學部分析毒物科主任 毛彥喬

第一篇介紹了 BaP、多環芳香烴 (PAHs) 及其健康風險評估概念；本篇則以近期食用油事件為例，說明食品安全事件發生後，如何正確認識健康風險，以及食品安全管理與風險溝通的重要性。

✎ 一、食品檢出超標，為什麼需要下架回收？

我國《食品中污染物質及毒素衛生標準》對食用油脂訂有 BaP 最大限量。當產品經確認超過法定標準時，主管機關及食品業者應依相關法規及個案處分，辦理停止使用、停止販售、下架、回收或其他必要處置，以避免不符合標準的產品持續流通。

因此，下架回收是一項食品安全管理措施，目的在降低民眾持續暴露的機會，並不代表曾經食用就一定會造成健康危害。

✎ 二、曾經食用過，需要擔心嗎？

依現有毒理學資料及暴露情境推估，若僅為短期（數週至數個月）食用受污染產品，預期增加的健康風險有限。

目前尚無足夠人體流行病學證據顯示，短期食用 BaP 超標食用油會造成

可觀察到的癌症風險增加，也缺乏資料可精確量化其風險。真正需要避免的是長期、反覆且持續暴露，因此停止使用主管機關公告回收的產品即可，無須因曾短期食用而過度恐慌。

✎ 三、需要抽血、驗尿或「排毒」嗎？ 一般而言，不需要。

人體本身具有代謝及排除 PAHs 的能力。BaP 進入人體後，會經肝臟代謝，再由膽汁、糞便及尿液逐漸排出。目前尚無可靠醫學證據支持多喝水、保健食品、草藥或坊間宣稱的「排毒療法」，可以有效的加速 BaP 排除或降低癌症風險。

此外，也不建議因短期食用超標產品，而常規安排抽血、尿液 PAHs、生物監測或影像檢查，因為目前這些檢查無法判定是否來自本次事件，也無法預測未來癌症風險。

✎ 四、面對網路資訊，更應回到科學證據

食品安全事件發生後，常伴隨大量資訊快速傳播，其中部分來自科學研究，也有不少屬於推測或尚未證實的假設。

從食用油檢出苯駢芘 (BaP) 事件 談食品安全管理與風險溝通(下)

正確認識風險，理性面對事件，共同守護食品安全

本篇重點

- ✓ 了解事件處理目的與法規依據
- ✓ 正確認識健康風險，避免不必要恐慌
- ✓ 不需要額外檢查或「排毒」
- ✓ 回到科學證據，理性看待網路資訊
- ✓ 食品安全需要管理，也需要風險溝通



1 食品檢出超標，為什麼需要下架回收？

我國《食品中污染物質及毒素衛生標準》對食用油脂訂有 BaP 最大限量。當產品經確認超過法定標準時，主管機關及食品業者應依相關法規及個案處分，辦理停止使用、停止販售、下架、回收或其他必要處置，以避免不符合標準的產品持續流通。



2 曾經食用過，需要擔心嗎？

依現有毒理學資料及暴露情境推估，若僅為短期（數週至數個月）食用受污染產品，預期增加的健康風險有限。



目前尚無足夠人體流行病學證據顯示，短期食用 BaP 超標食用油會造成可觀察到的癌症風險增加，也缺乏資料可精確量化其風險。真正需要避免的是長期、反覆且持續暴露，停止使用回收產品即可，無須因曾短期食用而過度恐慌。

3 需要抽血、驗尿或「排毒」嗎？

一般而言，不需要。人體本身具有代謝及排除 PAHs 的能力，BaP 進入人體後，會經肝臟代謝，再由膽汁、糞便及尿液逐漸排出。



目前尚無可靠醫學證據支持多喝水、保健食品、草藥或坊間宣稱的「排毒療法」，可以加速 BaP 排除或降低癌症風險。也不建議因短期食用超標產品，而常規安排抽血、尿液 PAHs、生物監測或影像檢查，因為這些檢查無法判定是否來自本次事件，也無法預測未來癌症風險。

4 面對網路資訊，更應回到科學證據

事件發生後，常伴隨大量資訊快速傳播，其中部分來自科學研究，也有不少屬於推測或尚未證實的假設。



截至目前公開文獻，仍缺乏直接科學證據證明上述情境一定會發生，也缺乏研究能量化其實際食品安全風險。應以主管機關公布的檢驗結果、相關法規及公開科學證據作為判斷依據，而非僅依未經證實的網路資訊推論。

5 食品安全需要管理，也需要風險溝通

食品安全的目標並非追求「零風險」，而是在現有科學證據下，透過食品監測、法規管理、製程改善及風險評估，盡可能降低民眾長期累積暴露。

日常生活中可降低 PAHs 暴露的方法

- 選購符合食品安全標準的產品
- 避免反覆高溫油炸
- 減少食用燒焦、煙燻及過度炭烤食品
- 戒菸並避免二手菸
- 維持均衡飲食與健康生活型態

食品安全管理與風險溝通相輔相成。持續落實資訊公開、食品監測與製程管理，並以科學證據作為風險溝通基礎，有助於兼顧公共健康、社會信任及食品安全的長遠發展。

食品安全管理與風險溝通：雙軌並進



註：內容僅供衛教參考，實際處置與檢驗結果請依主管機關公告及專業人員建議為準。

例如，本次事件曾有人推論受污染原料可能進一步影響豆粕、飼料或化學醬油等產品。然而，截至目前公開文獻，仍缺乏直接科學證據證明上述情境一定會發生，也缺乏研究能量化其實際食品安全風險。

因此，面對食品安全事件，應以主管機關公布的檢驗結果、相關法規及公開科學證據作為判斷依據，而非僅依未經證實的網路資訊推論。

五、食品安全需要管理，也需要風險溝通

食品安全的目標並非追求「零風險」，而是在現有科學證據下，透過食

品監測、法規管理、製程改善及風險評估，盡可能降低民眾長期累積暴露。

對民眾而言，除了停止使用問題產品外，更重要的是維持健康的飲食與生活習慣，包括選購符合食品安全標準的產品、避免反覆高溫油炸、減少食用燒焦或煙燻食品，以及戒菸、避免二手菸暴露。

食品安全管理與風險溝通相輔相成。持續落實資訊公開、食品監測與製程管理，並以科學證據作為風險溝通基礎，有助於民眾正確認識食品安全事件，兼顧公共健康、社會信任與食品安全的長遠發展。