



孩子吃什么才安全？

What's Safe
for Children to Eat?

国际安全食品联盟 (香港)
儿童安全食品编委会◎著

——选择安全食品的正确方法



这是世界上首部破解食品安全的著作。实事求是地告诉读者什么才是不危害健康的安全食品，选择安全食品的方法；不看标识，看标准！全面剖析了各类食品的安全性，供读者选择。



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE



孩子吃什么才安全？

What's Safe
for Children to Eat?

国际安全食品联盟 (香港)
儿童安全食品编委会◎著

——选择安全食品的正确方法



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子吃什么才安全: 选择安全食品的正确方法/国际安全食品联盟著

北京: 中国经济出版社, 2010. 8

ISBN 978 - 7 - 5136 - 0003 - 3

I. ①孩… II. ①国… III. ①少年儿童 - 食品卫生 - 基本知识 IV. ①R155

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 131460 号

责任编辑 苏冰冰 邵岩

责任印制 常毅

封面设计 白朝文

出版发行 中国经济出版社

印刷者 北京长阳汇文印刷厂

经销者 各地新华书店

开本 880mm × 1230mm 1/32

印张 2.75

字数 46 千字

版次 2010 年 8 月第 1 版

印次 2010 年 8 月第 1 次

印数 1 - 15000 册

书号 ISBN 978 - 7 - 5136 - 0003 - 3/Z · 937

定价 22.00 元

中国经济出版社 网址 www.economyph.com 社址 北京市西城区百万庄北街 3 号 邮编 100037

本版图书如存在印装质量问题, 请与本社发行中心联系调换(联系电话: 010 - 68319116)

版权所有 盗版必究 (举报电话: 010 - 68359418 010 - 68319282)

国家版权局反盗版举报中心(举报电话: 12390)

服务热线: 010 - 68344225 88386794

国际安全食品联盟

简介

国际安全食品联盟是专业关注和研究食品安全的国际性非营利性机构。其研究的主要对象是食品中农药残留、兽药残留、有害化学品残留、重金属残留、亚硝酸盐残留，即残害人类生命的“五大生命杀手”，目的是解决其对人类所造成的健康危害。并且，积极寻求和发现世界上的安全食品，以

及能够解决这些危害的技术和方法，用最便捷的途径推荐给广大消费者。其宗旨是联合世界上关注食品安全的各界人士，共同解决现代食品中“五大生命杀手”对人类的危害，关注人类健康，关注大众生命。现已在德国、美国、韩国、香港地区和中国发展符合安全食品条件的会员多名。



重要的反思与告白

尊敬的读者，编辑这部书的目的完全出于对您孩子健康的关注。因为，在孩子吃什么才安全，吃什么才健康的问题上存在着众多误区，更为严重的是许多利益者为了获取不义之财，把残留着残害孩子健康的“五大生命杀手”食品，用各种合法的儿童“合格”食品、儿童健康等宣传误导孩子的家长，使广大家长错误地把含有“五大生命杀手”残害孩子健康的食品，当作健康食品给孩子吃。因此，造成许多孩子患上了多种疾病，威胁孩子的健康。首先我们应该通过反思加强认识，然后，再听听专家的忠告。

一、触目惊心的反思

下面我们首先通过造成孩子健康五大问题的反思，初步了解一下造成孩子健康威胁的根源，以及孩子吃什么才安全的选择方法。

反思一：为什么孩子小小年纪患了癌症？

十几岁的孩子成了癌症患者已不罕见，昨天还是



002

一个健康的人，今天检查却患了癌症，而且，非常难治疗。为什么会有这么多孩子患癌症呢？大量国内外研究均已证明：食品中残留的“五大生命杀手”（农药、兽药、有害化学品、重金属、亚硝酸盐）是罪魁祸首。不再吃残留“五大生命杀手”的食品，是预防癌症发生的关键。

反思二：为什么孩子患上糖尿病？

小小的年龄却患上了糖尿病，这是为什么？许多专家认为孩子吃了过多营养价值高的食品，造成营养过剩，使孩子患上糖尿病。实际上这是一个巨大误导。在没有化肥、农药、兽药、添加剂的时代，也就是在化学农业之前，孩子吃的是没有“农残”的天然食品，并且也吃的很多，却为什么没有患糖尿病呢？如果说当时大多数人贫穷，吃的不好并且营养不良，因此不会造成糖尿病，那么，大地主、大资本家、大财主的孩子不比现在的孩子吃的差，却没有患糖尿病。又如宫廷内的孩子过的是锦衣玉食的日子，营养极度过剩，也没有患糖尿病，这是为什么？因为，那时候吃的是天然食品，是不含“五大生命杀手”的食品。这就足以说明，糖尿病与吃残留“五大生命杀手”的食品直接相关。从现代医学理论分析，“五大生命杀手”都是导致疾病的活性基。活性基造成与糖代谢有关细胞的代谢紊乱，才是造成糖尿病的根本原因。解决的办法是必须让孩子立即停止吃含有“五



大生命杀手”的食品，改吃不含“五大生命杀手”的“零农残”安全食品。

反思三：为什么这么多孩子患上白血病？

孩子的白血病发病率极高，而且，发病的年龄越来越小。白血病已成为当今威胁儿童生命的重大疾病之一。为什么呢？这是因为孩子食用了过多含有激素、农药、兽药的食品（如鸡肉、猪肉、牛奶、鱼、虾、蟹、水果、蔬菜等）。也就是说孩子吃了过多含“五大生命杀手”活性基的食品。为什么孩子容易患上白血病呢？因为孩子正处于生长发育的阶段，细胞分裂旺盛，孩子吃了含有“五大生命杀手”活性基的物质，大量活性基所发出的活性调控信息，干扰了细胞正常代谢和分化的信息，一方面造成细胞分化代谢紊乱，另一方面造成免疫系统（特别是免疫自稳）紊乱，不能及时对变异的白细胞实施清除，因而导致变异白细胞大量分裂形成白血病。解决的办法是修复紊乱的白血病分化系统和紊乱的免疫系统，并停止再食用那些残留“五大生命杀手”活性基的食品，选择“零农残”的安全食品。

反思四：为什么孩子会性早熟？

大量的报道和文献都证实，不足十岁的孩子来月经，乳房膨大等性早熟现象已经不少见。据报道某女孩经常吃草莓，不到十岁就来月经，乳房也异常膨大。这种性早熟疾病正是孩子食用了含有导致代谢紊乱活性基的

“五大生命杀手”食品造成的。因为“五大生命杀手”进入体内具有很强的激素功能，促使机体提早发育形成性早熟。解决的办法必须立即停止再食用含有“五大生命杀手”的食品，选择“零农残”的安全食品。

反思五：为什么那么多孩子肥胖？

当今，肥胖的孩子非常多。不但造成孩子自身负担，而且，造成父母的巨大负担。更重要的是过早造成孩子“三高症”。肥胖已成为许多孩子健康的威胁。肥胖是什么原因造成的？许多专家把肥胖归结为“吃得多”、“吃肉多”等，其实这是一个很大的误导。在没有化学农业之前，许多孩子吃的也很多，但并不肥胖，这是为什么呢？因为，那时的食品中没有导致疾病的活性基“五大生命杀手”。而今天的食品中普遍残留着“五大生命杀手”，这“五大生命杀手”是导致脂肪细胞代谢紊乱，造成肥胖的罪魁祸首。另外，吃肉多并不会造成肥胖，而是肉中的各种“五大生命杀手”太多了。因为今天的畜禽养殖使用了大量的兽药、抗生素、激素等，这就造成了肉、蛋、奶食品中残留着大量激素类“生命杀手”，造成细胞代谢紊乱导致肥胖。解决肥胖的方法除加强锻炼外，最主要的是不再食用含有“五大生命杀手”的食品，选择“零农残”的安全食品。

通过上述反思，使人们充分认识到在科技如此发达的今天，保护孩子的健康却成为一大难题。其关键就是



孩子的食品不安全，含有导致孩子健康问题的“五大生命杀手”。这种局面不能再继续下去了，只有孩子食用没有“五大生命杀手”的“零农残”安全食品，才能保护孩子健康。

二、什么是安全食品的告白

告白一：什么是确保孩子健康的安全食品？

确保孩子身体健康不受危害的安全食品，必须是“零农残”（食品中农药、兽药、有害化学品残留量均为零）和不过量（安全限定系数内）有害重金属残留和不含过量亚硝酸盐的食品。因为，残留“五大生命杀手”的食品，进入人体后都是活性基，孩子在生长发育阶段很易受到活性基干扰，导致健康威胁。目前，无论是普通标准下“合格”的食品，还是有机、绿色、无公害标准下“认证”的食品，都达不到“零农残”的安全标准。这也正是广大消费者产生“吃什么才安全”疑惑的根源。

告白二：为什么“合格”和各种“认证”的食品不安全？

因为它们的安全评价标准是建立在有限量“农残”标准下的食品。“合格”和各种“认证”都是依据有限量“农残”标准评价出来的，无法达到确保身体健康的“零农残”安全性。



告白三：为什么普通“合格”、有机、绿色、无公害的食品达不到“零农残”安全标准呢？

首先，我们必须清楚：食品为何不安全？污染的产地环境和不安全的生产方式是根源。也就是说，安全的食品是安全的生产环境和安全的生产手段生产出来的。普通“合格”、有机、绿色、无公害的食品无法达到这种要求，因此，无法保证“零农残”的安全标准。

告白四：怎样才能达到产地环境和生产手段安全呢？

这就必须通过科技创新，净化产地环境和创建安全生产手段，即从源头控制污染，才能确保食品安全。

告白五：如何选择安全食品呢？

食品安全不安全，评价标准是关键！只有执行“零农残”标准的食品，才是真正安全的食品。也就是说，选择安全食品时，不看标识和宣传，看安全标准是关键！

告白六：目前市面上有达到“零农残”标准的食品吗？

当然有！自2006年市面上推出的“超有机食品”就是真正“零农残”标准的安全食品，而且已经覆盖了粮食、蔬菜、水果、茶叶、肉、蛋、奶、鱼、虾、蟹等所有农产品系列。并且，价格还不贵。他们的品牌内涵就是：安全优质，好吃不贵！



告白七：怎样才能了解更多的“超有机食品”的信息呢？

为了您节省国际长途电话费，专门委托国际安全食品联盟的国内成员，代为您答询。免费咨询电话：400 - 6503366、400 - 6503377、400 - 6503388。

并建议您在互联网上查看国际安全食品联盟国内成员网站：www.sanan.com.cn，获得更多信息。

国际安全食品联盟
儿童安全食品编委会



国际安全食品联盟

前言

食品安全问题关系着每个孩子的健康。市面上标识着“合格”食品、“认证”、“有机”、“进口”等各种各样标志的食品琳琅满目，都以“安全食品”、“放心食品”等名目作为宣传。但是，又有许多媒体报道，说这些食品并不是没有“农药残留”、“兽药残留”、“有害化学品残留”、过量“重金属残留”、过量“亚硝酸盐残留”的安全食品，更不是确保孩子身体健康的食品。因此，孩子吃什么才安全？孩子吃什么才健康？一直牵动着天下父母的心。本著作的作者本着实事求是和严谨的科学态度，解析到底孩子吃什么食品才安全，到底怎样为孩子选择安全食品，给广大孩子家长以及消费者提供明确的答案和正确的选择方法。

实际上，本著作所阐述食品的安全现状以及相关内容，科学家、专家们以及专业人士等都心知肚明，只是有些顾虑不予言说。鉴于当前广大消费者的困惑，以及市面上混乱的食品现状，著者才抛弃一切顾虑，给消费者一个明确的答案。通过浏览本著作，您不但会迅速获得如何选择安全食品的方法，而且还能迅速掌握选择安全食品的标准。安全评价标准是决定食品是否安全的唯一依据，当前许多不安全的评

价标准是造成食品不安全隐患的保护伞，因为，它提供了造成食品不安全的法律保护。同时，通过本著作也能获悉我国已经创造出刷新世界食品安全的“零农残和超低重金属”含量的食品安全评价标准（超有机食品安全标准），为您提供选择安全食品的依据。

【陈君石对食品安全的评价】



陈君石

当前,食用农产品的安全问题受到了全世界的广泛关注,而关注的焦点则是整个食品链中的源头污染。例如,粮食、蔬菜、水果中的农药残留、重金属和霉菌毒素,以及禽、蛋、水产、奶中的兽药残留。这些问题将会在相当长的一个历史时期内与人类长期共存。因为不使用这些农业化学投入品,就不能养活全球 50 多亿人口,这就是所谓的“双刃剑”。而土壤受环境污染的影响也是一个世界性的顽症。即便是世界上科技和经济最发达的国家和地区,也还不能有效地解决所有这些问题。

难以置信的是,张令玉先生创建的三安标准化农业体系从根本上解决了上述危害。张令玉先生以十余年潜心研究所积累的原创性技术,集成了一个由 28 项生物技术成果组成的覆盖农、林、牧、副、渔的标准化生产模式,即三



安模式。这套技术的关键词是：生物技术（不是转基因）、原创性（独立知识产权）、集成和系列化（种植业和养殖业；土壤清洁剂、肥料、农药）、标准化（规范化的生产、操作程序）。这套生产技术，不但能有效清洁已污染的土壤和鱼塘，而且由于根本不使用化肥、农药和兽药，而不存在残留问题。因此，三安超有机食品企业标准化要求不但比欧盟、日本等最严格的标准还严格，而且超过了有机食品的要求。大量检测报告有力地证明三安超有机食品确实是没有农药残留的。更为难能可贵的是应用三安农业技术生产的各种农副产品与传统技术生产的农副产品比较，不但安全性无可挑剔，而且成本低、产量高、口味好。近两年来，三安农业技术的试点和应用得到快速发展，全国有100多个市、县应用了三安农业技术，无论是在种植业（粮食、豆类、蔬菜、水果）或养殖业（畜、禽、水产）都取得了难以置信的成功。发展速度之快，大大超出了张令玉先生的预期，充分表现出三安农业技术的强大生命力。回顾国内外各项农业生产技术成果的试点、应用和被认可的漫长过程，三安农业技术从推出试点到现在只有短短2~3年，就已被广大农民、地方政府所认可，一个真正的奇迹！

三安农业技术的价值，不仅是从根本上避免了农产品的化学污染，保障了农产品的安全性，而且由于惠及广大农民，十分有利于国家“三农”政策的实施和加速新农村的建设。其长远意义无论如何描述都是不过分的。

科学技术是无止境的,我衷心希望在张令玉先生领导下,三安农业技术通过实践再百尺杆头更上一层楼,取得更多的高质量成果,为发展现代农业做出更大贡献。



Part 1

走出孩子吃什么才安全的误区

001

Part 2

安全食品知识简述

007

Part 3

各类标识食品安全性的简析

017

Part 4

判定和评价食品安全性的方法

037

Part 5

确保人类健康的超有机食品

047

Part 6

超有机食品的种类

059

Part 7

超有机食品指南

067

