

# 健康分享報

第 6 期 105 年 2 月  
學務處衛生組 編

【蘋果日報－2015/11/17 塑膠袋裝熱食 男吃 10 年不孕】

## 『成大證實 體內塑毒高 2 倍 影響造精』

【劉榮輝／台南報導】成功大學研究證實，塑化劑影響睪丸造精功能！研究團隊三年來分析兩百五十九名不孕症男性患者，發現不孕男體內塑化劑濃度，相較孕婦丈夫對照組高出一到兩倍，且體內塑化劑濃度愈高愈會抑制睪丸功能，可能造成不孕；參與研究的博士生張偉翔說：「有名患者十餘年來都是外食族，每餐必點塑膠杯冷飲，外帶餐食都裝塑膠袋，天天吃喝塑化劑，難怪迄今不孕。」

成大工業衛生學科暨環境醫學研究所教授李俊璋團隊，今年九月在國際人類生殖期刊以「塑化劑暴露影響男性成人睪丸功能」發表論文，研究成果是全球首例。

李俊璋昨天表示，團隊跟成大醫院不孕門診醫師合作，三年間篩選二五九名不孕症男性病例組，再找三十九名孕婦的丈夫做對照組，個案年齡介於三十二歲到三十五歲之間，分別量測其體內塑化劑濃度及睪丸功能指標（性荷爾蒙、特異蛋白與精液品質等），還問卷調查生活飲食習慣。

問卷發現，不孕男對塑膠袋及保鮮膜包裝的冷熱食、塑膠及保麗龍杯冷飲、寶特瓶的運動飲料與茶類的每日攝食量，皆高於對照組男性，攝食量高者體內塑化劑濃度相對較高；不孕男使用衛生用品，

如沐浴乳、洗髮乳、洗面乳、刮髮膏及香水使用量也較高，用量高者體內塑化劑濃度也相對較高。

## 降低塑化劑暴露撇步

### 少塑膠

- 少喝市售塑膠杯裝飲料，使用不鏽鋼杯或馬克杯
- 少用塑膠袋、塑膠容器、塑膠膜盛裝熱食或微波加熱
- 避免用保鮮膜微波或蒸煮，也別用來包裝油性食物
- 少讓兒童在塑膠巧拼地板上吃東西、玩耍、睡覺
- 給孩童不含塑化劑的塑膠玩具

### 喝母乳

- 讓嬰兒喝母乳，避免使用安撫奶嘴

### 勤洗手

- 尤其是吃東西前，洗掉手上所沾的塑化劑

### 少香味

- 減少用含香料的化妝品、保養品、沐浴乳、洗髮精等衛生用品

資料來源：成大環境醫學研究所教授李俊璋

方便的文明社會改變人們的生活習慣，在講求方便的同時，卻忽略了帶來環境污染等環保的問題，以每天的三餐飲食、購物為例，因為外食人口的增加，連鎖速食店與自助餐的盛行與方便，每餐所使用的免洗餐具用完即丟，與大賣場看到的購物所使用的大量塑膠袋，是造成地球上環境破壞的重要因素之一，所產生的垃圾更是造成地球的沉重負擔。

且人每天皆需進食，故我們都離不開這些食安議題。正在快樂學習成長的孩子們，每天前往福利社，尤其是早餐時間與下午掃地時間，每人出來幾乎人手一袋塑膠袋，裡面正裝著熱騰騰的熱食，或者是使用免洗餐盒。這些台灣未來的主人翁，吃著美味的早餐的同時，亦把傷害身體的成分給吃了進去，且長年累月地累積在身體中，埋下不健康的種子。

