

# 阿斯巴甜是与非

**相**对于中国在《诗经》那个年代里，就有“周原膋膋，藟荼如飴”那样对甜味的记载，欧洲对于人工制造甜味的开发要晚许多，渴望度也更高。

400多年前的某位英国女君王，画像每幅均含不露齿。背后有个秘密：此王极为嗜甜且卫生不佳以致满口黑牙，从未有露齿像出现。这恰是欧洲宫廷当年黑牙遍地的生动写照，因为不产糖的欧洲只有贵族才吃得起糖，黑牙就成了贵族的特征。当时普通工人一年最多赚2英镑，而一瓶蜂蜜贵达3英镑，海外进口的蔗糖甜度更高价格更贵，以至后人写《拉丁美洲史稿》时说：“蔗糖在18世纪经济中所占据的地位，就如钢铁在19世纪，石油在20世纪所占据的地位一样。”嗜甜，成了欧美影响到今天的习俗，西餐最后那道甜点总是甜得发腻。

吃糖可以瞬间增加能量令人振奋，当然也就容易热量过剩带来肥胖以及种种不利，于是“代糖”出现了。最著名的，就是阿斯巴甜。

1965年12月，某位美国科学家在合成化合物时，有水状中间体溅到手上后，他舔了一下，发现是与蔗糖接近的甜味，阿斯巴甜就这样被发现了。阿斯巴甜清爽适口，甜感类似蔗糖，甜度大约是蔗糖的180—220倍，热量极低，溶解度高，不会带来龋齿，常温下为白色粉末状，这就让它很容易成为蔗糖的替代物。

从1981年起，阿斯巴甜迅速在各个领域得到了广泛运用，有90多个国家先后批准可以使用，这得益于它很好的相容性。阿斯巴甜与碳水化合物型甜味剂比如蔗糖、果糖或葡萄糖混合时，热量大幅下降而甜味却没有变化，很受当代人欢迎。当阿斯巴甜与强力甜味剂比如糖精、甜蜜素、安赛蜜或甜菊糖混合使用时，产品有时略带苦涩味，这可以通过加大阿斯巴甜的比例来改善，比例越大口感越好。

在饮料巨头相继推出无糖可乐（人工甜味剂为阿斯巴甜和安赛蜜）的引领下，食品饮料行业的减糖化趋势风靡全球。根据我国现行《食品添加剂使用标准》（GB2760-2014）的规定，甜蜜素、麦芽糖醇和阿斯巴甜等作为甜味剂，可以用于面包、糕点、饼干、饮料、调味品等食品中。

伴随着现代科技进步带来的化合物增多，这些化合物的安全性同样越来越多受到关注，阿斯巴甜也不例外。对阿斯巴甜的疑问，主要侧重于阿斯巴甜的代谢产物之一苯丙氨酸，在通过血—脑屏障时可能与其他大分子的中性氨基酸竞争，改变脑部原有氨基酸比值，进而干扰神经递质的传递，以及过高的摄入对机体的影响。但许多数据都是在超乎常用量极高的状态下可能出现的情况，不具有明显指向性意义，这与很多食物摄入超过一定量后均会产生不利影响情况类似。

最新质疑来自于6月29日的一则消息，引起了轩然大波。有媒介引用某著名通讯社消息说，知情人士透露，世界上最常见的人工甜味剂阿斯巴甜，或于今年7月被世卫组织下属研究机构首次列为“可能对人类致癌的物质”。世卫组织回应媒体询问时则称，将于7月14日就这一话题发表相关内容，但未透露具体内容是什么。这使得疑问久久不愿散去。

国际饮料协会理事会6月29日随即发布《泄露的阿斯巴甜意见具有误导性，正在进行更全面的审查》文件，提到该会执行主任表示，泄露的有关阿斯巴甜消息与数十年来高质量的科学证据相矛盾，可能误导消费者。国际饮料协会理事会仍然对阿斯巴甜的安全性充满信心，期待对阿斯巴甜更广泛、更全面的食品安全审查。

随着阿斯巴甜最新消息的发酵，一些饮料公司纷纷表态称自己产品不含阿斯巴甜，当然更多厂商则说明使用阿斯巴甜均合乎规定。不少厂商特意说明，安赛蜜、阿斯巴甜等高倍人工甜味剂的甜度约为蔗糖的200倍，甜价比更具优势，且与蔗糖比较，相同甜度下提供的热量非常低。

有关食品添加剂的讨论一直会有，更加深入的研究也始终在进行，新的发现推测层出不穷，一切当然以科学结论为准。且看7月14日会怎么说。☞