

E-nummer	Benämning	Används i	Symptom
	FÄRGÄMNEN		
E 100	Kurkumin (gult)	Kan finnas i alla livsmedel som får färgas, sylt marmelad gelé och potatismos. Finns i Non-Stop, Gurkmeja- huvudsaklig ingrediens i curry.	Möjligt cancerframkallande ämne.
E 101	Riboflavin, Riboflavin-5'-fosfat (gul)		Inga toxikologiska problem ens i stora doser. Vattenlösligt varför överskott utsöndras i urinen.
E 102	Tartrazin	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och kosttillskott (saft får inte färgas), spritdrycker, cocktailkörsbär.	Astma, hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Migrän. Purpura, en sjukdom som orsakar lilafärgade eller brunaktiga fläckar på huden. Svåra allergiska reaktioner. Utslag.
E 104	Kinolingult Förbjudet i Norge, Kanada, Japan och USA.	Kan finnas i alla livsmedel som får färgas, sylt marmelad gelé och potatismos. Finns i Loperamid (tabletter mot diarre), godis, rökt böckling, pickles.	Cancer. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Svåra allergiska reaktioner. Tumörer. Ögonskador och blindhet. Svåra allergiska reaktioner.
E 110	Para-orange, Sunset yellow Förbjudet i Norge och Portugal.	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och kosttillskott (saft får inte färgas), stenbitsrom, spritdrycker.	Gaser i magen. Njurskador och njursjukdomar. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm Cancer. Blodkärllsvullnad. Astma. Svåra allergiska reaktioner. Okontrollerad

			hyperagglutination Ögonskador och blindhet.
E 120	Karmin (rött) Förbjudet i Norge och Spanien.	<p>Livsmedelsfärgen E 120 kan bestå av alla varianterna kochenill, karmin och karminsyra i olika lösningar.</p> <p>1) Kochenillöss, <i>Dactylopius coccus</i> torkas och krossas. Produktionen är storskalig och kräver många insektsliv. 70 000 insekter måste dödas för att få fram 500 gram av ämnet. I USA tillåts inte de mosade lössen som färgämne i livsmedel.</p> <p>2) Karminrött Den färg som används som livsmedelsfärg (E 120 Karmin). Används i Sverige i alla slags livsmedel som generellt får färgas. Också tillåten i USA.</p> <p>Kan finnas i viss ost, frukostflingor med fruktsmak, sylt, marmelad, korvar.</p> <p>Finns i Non-stop, Pyntgeléröd (Santa-maria), PimPim (tablettask, Leaf).</p>	Fosterskador. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårigheter, koncentrationssvårigheter. Överkänslighet.
E 122	Azorubin, Carmoisine (rött) Förbjudet i Sverige (tillåten sedan år 2000), Norge, Kanada och USA.	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och kosttillskott (saft får inte färgas).	Överkänslighet, främst hos astmatiker, hyperaktiva barn och de som är överkänsliga mot aspirin. Möjligen fosterskador. Möjligen cancer.
E 123	Amarant (rött) Förbjudet i Finland, Grekland, Jugoslavien, Norge, Sverige (tillåten sedan år 2000), USA, USSR, och Österrike	Kan finnas i vissa spritdrycker, fiskrom.	Andningsreaktioner. Cancer. Fosterskador. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet. Kronisk urticaria - utslag

			som kliar och svider. Svåra allergiska reaktioner.
E 124	Nyckockin, Ponceau 4R (rött) Förbjudet i USA och Norge.	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och kosttillskott (saft får inte färgas), vissa spritdrycker.	Intolerance. Urinblåsepolyper. Svåra allergiska reaktioner. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Cancer. Förtvining av adrenalinkörtlarna.
E 127	Erytosin (rött) Förbjudet i Japan och Norge.	Kan finnas i cocktailkörsbär. Finns i Loperamid (tabletter mot diarré).	Andningsreaktioner. Cancer. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårigheter Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Påverkan på hjärnans funktioner. Störningar av jod-omsättningen. Svåra allergiska reaktioner.
E 128	Röd 2G Förbjudet i Australien, Belgien, Finland, Frankrike, Indien, Norge, Schweiz, Sverige (tillåten sedan år 2000), USA, Västtyskland och Österrike.		Överkänslighet, främst hos astmatiker, hyperaktiva barn och de som är överkänsliga mot aspirin. Fosterskador. Möjligen cancer. Bryts i kroppen ned till Röd 10 B, som tros orsaka kromosomskador.
E 129	Allurarött AC	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks, korv, drinkar och kosttillskott (saft får inte färgas).	Överkänslighet. Hudutslag. Cancer.
E 131	Patentblått V Förbjudet i Israel, Japan, Kanada, Norge och USA.	Kan finnas i alla livsmedel som får färgas.	Cancer
E 132	Indigotin, Indigokarmin (blått)	Se E 131. Finns i Syrliga björnbär	1) Äkta indigo Antagligen ogiftigt men uppgifterna är knapphändiga.

		(godis), Loperamid (tabletter mot diarré).	2) Syntetisk indigo Starkt mutagent. Blodförändring. Cancer. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm Leverbölder. Ökad känslighet för virussjukdomar.
E 133	Briljantblått FCF Förbjudet i Belgien, Danmark, Frankrike, Norge, Sverige (tillåten sedan år 2000), Schweiz, Västtyskland och Österrike.	Se E 131.	Svåra allergiska reaktioner. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm Cancer.
E 140	Klorofyll, Klorofylliner (grön)		
E 141	Klorofyll-kopparkomplex, Klorofyllinkopparkomplex (blått-svart)		Inga kända biverkningar.
E 142	Grön S Förbjuden i Sverige (tillåten sedan år 2000), USA och Norge.	Se E 131.	Astma. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet. Möjligt cancerframkallande ämne. Överkänslighet.
E 150 a-d	Sockerkulör (brunt)	Se E 131. Finns i Gräddsås (Blåband), Hollandisesås (Blåband, Knorr), Hönsbuljong (Knorr), Lättglögg (Saturnus), Coca-cola, Oyster sauce (Lee Kum Kee).	Neurologiska störningar. Negativ påverkan på sjukdomar i immunsystemet. Minskning av vita blodkroppar. Konvulsioner. Fosterskador.
E 151	Briljant svart BN Förbjudet i Kanada, Norge, Spanien, Sydafrika och USA.	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och	Cancer. Svåra allergiska reaktioner.

		kosttillskott (saft får inte färgas), Stenbitsrom.	
E 153	Vegetabiliskt kol, Carbo medicinalis (svart) Förbjudet i USA.	Se E 131. Finns i nästan alla lakritsprodukter, inklusive lakrits i hälsokostbutiker. Endast ett märke, "Tubis", av Terrasana använder inte E153. Tubis importeras av Biofood och är ekologiskt.	Suger upp läkemedel och näringsämnen som intas samtidigt. Cancer
E 154	Brun FK Förbjudet i Österrike, Belgien, Danmark, Frankrike, Norge, Sverige (tillåten sedan år 2000), Schweiz, Västtyskland och USA.		Överkänslighet, främst hos astmatiker, hyperaktiva barn och de som är överkänsliga mot aspirin. Fosterskador. Möjligen cancer. Har orsakat farliga utväxter i levern. Har orsakat muskelskador. Har orsakat degeneration av skelett och hjärtmuskeln.
E 155	Brun HT Förbjudet i Japan, Sydafrika och USA.	Kan finnas i nästan alla livsmedel som får färgas, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, desserter, sylt, marmelad, soppor, såser, senap, frukt- och grönsaksberedningar, kryddor, snacks och kosttillskott (saft får inte färgas).	Överkänslighet, främst hos astmatiker, hyperaktiva barn och de som är överkänsliga mot aspirin. Fosterskador. Möjligen cancer.
E 160 a	Karotener, Betakaroten (gult-orange)	Finns både syntetiskt och naturligt, tillverkare behöver inte ange vilken de använder. "Solmedel" med betakaroten och kantaxantin är inte tillåtna i USA och får inte heller säljas på engelska apotek. Kan finnas i ost, majonnäs, glass, konditorivaror, choklad.	Blir vitamin A i kroppen, kan dock ge speciellt känsliga personer allergi liknande problem som hösnuva, nässelfeber eller astma. NATURLIGT betakaroten har visat sig vara ett kraftfullt cancerförebyggande ämne när det intas med naturligt vitamin E, vitamin C, selen och zink. Det minskar även risken för hjärt- och kärlsjukdomar, samt stärker immunförsvaret. Höga doser kan ge lös mage. SYNTETISKT betakaroten

			har visat sig bidra till att öka risken för lungcancer.
E 160 b	Annattoextrakt (gult-orange)	Kan finnas i stenbitsrom. Finns i Pyntgele-röd (Santamaria).	Svåra allergiska reaktioner.
E 160 c	Paprikaextrakt (gult-orange)	Kan finnas i ost, majonnäs.	Ämnet är inte nog undersökt, omvandlas till vitamin A.
E 160 d	Lycopen (gult)		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 160 e	Beta-apo-8'-karotenal (orange-rött)	Kan finnas i kaviar, konditorivaror, läskedrycker, choklad.	Se E 160 c.
E 160 f	Beta-apo-8'-karotensyraetyler (gul-orange)	Se E 160 e.	Se E 160 c.
E 161 b	Lutein (gul-orange)		
E 161 g	Kantaxantin (rött)	Kan finnas i franska korven Saucisses de Strasbourg, till odlad lax och forell för färgning.	Synstörningar. Vuxna fick gula fläckar på ögat, försämrad syn och ökad känslighet för ljus.
E 162	Rödbetsrött		Inga kända biverkningar.
E 163	Antocyaner (rött-blått)		Se E 162.
E 170	Kalciumkarbonat, Kalciumvätekarbonat (vitt)	Kan finnas i bröd, kakao, konditorivaror, choklad.	Kalciumkarbonat Ingen känd giftighet. Inte nyttigt i jättedoser; som andra kalciumsalter kan det ge förstoppning. Tar man samtidigt höga doser D-vitamin finns risk för njursvikt. Som alla fina pulver kan det irritera luftvägarna när det inandas.
E 171	Titandioxid (vitt) Förbjudet i Japan, Portugal och Spanien.	Kan finnas i alla livsmedel som får färgas. Finns i Loperamid (tablett mot diarré). Titandioxid får i EU ingå med max 25 % vikt i solskyddsmedel.	Smälts inte av den mänskliga organismen. Svåra allergiska reaktioner. Otillräckliga säkerhetstest.
E 172	Järnoxider, Järnhydroxider (gult, rödbrunt, svart)	Kan finnas i choklad, konfektyr. Finns i Non-stop, Gerimax (vitamin), Loperamid (tablett mot diarré), Panto-3 (vitamin).	Otillräckliga säkerhetstest. Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.

E 173	Aluminium	Kan finnas i överdrag på socker- konfektyr.	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer, dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium. Överkänslighet.
E 174	Silver	Kan finnas i överdrag på choklad och konfektyr, likör.	Varaktig förändring av hudfärgen. Njurskador och njursjukdomar. Mag- och tarmirritation. Lungskador. Förgiftning.
E 175	Guld	Se E 174.	Cancer. Svåra allergiska reaktioner. Överkänslighet.
E 180	Litolrubin BK (röd) Förbudet i USA.	Kan finnas i ätbar ostskorpa.	Överkänslighet, främst hos astmatiker, hyperaktiva barn och de som är överkänsliga mot aspirin. Hudutslag.
	KONSERVERINGS- MEDEL		
E 200	Sorbinsyra	Kan finnas i ost, margarin majonnäs, dressing, läsk, sylt, saft, marmelad, torkade frukter och grönsaker, bröd, sallad, snacks, soppa.	Cancer. Leverskador. Svåra allergiska reaktioner. Nitrit och nitrat E249-E252 reagerar med sorbater E200-E203 och bildar mutagena kemiska föreningar som skapar bestående ärftliga skador.
E 201	Natriumsorbat	Kan finnas i ost, margarin, majonnäs, konditorivaror.	Leverskador. Svåra allergiska reaktioner. Nitrit och nitrat E249-E252 reagerar med sorbater E200-E203 och bildar mutagena kemiska föreningar som skapar bestående ärftliga skador.
E 202	Kaliumsorbat	Kan finnas i ost, margarin majonnäs, dressing, läsk, sylt, saft, marmelad, torkade frukter och grönsaker, bröd, sallad, snacks, soppa. Finns i sylt, rödbetor (Felix), majonnäs, potatissallad, saft,	Se E 201.

		vitlöksost (Bonjour), lätta, glögg (Saturnus), ketchup, riven pepparot (Falkeskog), grönsaks fond (Bong), soft tortilla (Tex Mex).	
E 203	Kalciumsorbat	Kan finnas i ost, margarin majonnäs, dressing, läsk, sylt, saft, marmelad, torkade frukter och grönsaker, bröd, sallad, snacks, soppa.	Se E 201.
E 210	Bensoesyra	Kan finnas i frukt- och grönsaksberedningar, desserter, konfektyrer, fiskvaror i marinad eller inläggning, soppor, majonnäs, dressing, sallader, läsk, saft, sylt, marmelad, gelé och vitamintillskott. Tillåtet i kosmetika i EU på vissa villkor: Som konserveringsmedel med max 0,5 %, som UV-skydd med max 10 %. Förbjudet i kosmetika (nr 167 på EU:s förbudslista): "4-Aminobensoesyrens estrar, med fri aminogrupp, med undantag av vad som angivits i bilaga 4, del 1".	Astma. Dermatit - hudsjukdomar. Fosterskador hos försöksdjur ökade betydligt i kombination med acetylsalicylsyra (t.ex Magnecyl). Försenad tillväxt. Hjärnskadorna. Neurologiska störningar. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Signifikant sänkt överlevnadsstatistik hos försöksdjur. Stört näringsupptag. Svåra allergiska reaktioner.
E 211	Natriumbensoat, Sodium benzoate	Kan finnas i frukt- och grönsaksberedningar, desserter, konfektyrer, fiskvaror i marinad eller inläggning, soppor, majonnäs, dressing, sallader, läsk, saft, sylt, marmelad, gelé och vitamintillskott. Finns i Sana-sol (Semper), majonnäs, sill (Abbas m.m), potatissallad, kaviar, saft, pyntgelé (Santa Maria), sylt, glögg (Saturnus), ketchup, Sambal Oelek (Flower Brand).	Det har visat sig att natriumbensoat och askorbinsyra kan reagera med varandra och bilda det mycket cancerogena ämnet bensen. Molekylerna är mycket små och tränger lätt in i blodbanor och lungor och skadar cellernas arvs massa även i små doser. Astma. Dermatit - hudsjukdomar. Fosterskador hos försöksdjur ökade betydligt i kombination med acetylsalicylsyra (t.ex Magnecyl). Försenad tillväxt. Hjärnskadorna. Neurologiska störningar.

			Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Signifikant sänkt överlevnadsstatistik hos försöksdjur. Stört näringsupptag. Svåra allergiska reaktioner. Hyperaktivitet.
E 212	Kaliumbensoat	Kan finnas i frukt- och grönsaksberedningar, desserter, konfektyrer, fiskvaror i marinad eller inläggning, soppor, majonnäs, dressing, sallader, läsk, saft, sylt, marmelad, gelé och vitamintillskott.	Astma. Dermatit - hudsjukdomar. Fosterskador hos försöksdjur ökade betydligt i kombination med acetylsalicylsyra (t.ex. Magnecyl). Försenad tillväxt. Hjärnskador. Neurologiska störningar. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Signifikant sänkt överlevnadsstatistik hos försöksdjur. Stört näringsupptag. Svåra allergiska reaktioner.
E 213	Kalciumbensoat	Se E 212.	Se E 212.
E 214	p-Hydroxibensoesyraetyler	Kan finnas i konfektyr, ytbehandling av torkade köttvaror, flytande kosttillskott, snacks.	Astma. Eksem. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Migrän. Svåra allergiska reaktioner. Utslag. Överkänslighet.
E 215	p-Hydroxibensoesyraetylernas natriumsalt	Se E 214.	Se E 214.
E 216	p-Hydroxibensoesyrapropylester	Se E 214.	Se E 214.
E 217	p-Hydroxibensoesyrapropylesterns natriumsalt	Se E 214.	Se E 214.
E 218	p-Hydroxibensoesyrametyl ester	Se E 214.	Se E 214.

E 219	p-Hydroxibensoesyrametyl esterns natriumsalt	Se E 214.	Se E 214.
E 220	Svaveldioxid, Svavelsyrlighet	Kan finnas i torkad frukt, frukt- och grönsaksberedningar, potatismospulver, fiskvaror, öl, vin och sprit. Finns i russin (alla märken utan de osvavlade i hälsokost affären).	Synstörningar. Svåra allergiska reaktioner. Stumma nerver. Mutagena genetiska skador. Medvetlöshet. Kräkningar. Illamående. Förändringar i tarmarna. Fosterskador. Beteendestörningar. Allvarliga andningsreaktioner, speciellt hos astmatiker. Förstör genernas förmåga att bära genetiska budskap.
E 221	Natriumsulfit	Se E 220	Se E 220.
E 222	Natriumvätesulfit, Natriumbisulfat	Se E 220 Finns i riven pepparot (Falckeskog).	Se E 220.
E 223	Natriumdisulfit, Natriumpyrosulfit	Se E 220 Finns i Muminex (Oxford).	Se E 220.
E 224	Kaliumdisulfit, Natriumpyrosulfit	Se E 220 Finns i vitvinsvinäger (Druvan), äppel-cidervinäger (Druvan), pressad citron (Borden-food).	Se E 220.
E 226	Kalciumsulfit	Se E 220	Se E 220.
E 227	Kalciumvätesulfit, Kalciumbisulfit	Se E 220	Se E 220.
E 228	Kaliumvätesulfit	Se E 220	Se E 220.
E 230	Difenyl	Kan finnas i ytbehandling av citrus frukter.	Cancer. Illamående. Kräkningar. Leverskador. Mutagena genetiska skador. Smärtor i armar, ben och mage. Svåra allergiska reaktioner. Ögon- och näsirritationer.
E 231	Ortofenylfenol	Se E 230	Se E 230
E 232	Natriumortofofenylfenol	Se E 230	Se E 230
E 233	Tiabendazol	Kan finnas i ytbehandling av citrus frukter och bananer.	Tarm- nerv- och blodstörningar. Cancer.

E 234	Nisin	Kan finnas i smältost. Används som antibiotika inom sjukvården.	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 235	Natamycin, Pimaricin	Kan finnas i kött, ost. Finns i riven ost (Arla). Används som antibiotika inom sjukvården.	Illamående, uppstötningar, anorexia, diarré och skin irritationer.
E 237	Natriumformiat	Kan finnas i fiskvaror.	Hudskador. Njurskador och njursjukdomar.
E 239	Hexametylentetramin	Kan finnas i den italienska osten Provolone.	Svåra allergiska reaktioner. Njurskador och njursjukdomar. Genetiska skador. Cancer.
E 242	Dimetyldikarbonat	Konserveringsmedlet dimetyldikarbonat rinner glatt ner i Aqua of Swedens produkt Aqua Ginseng Activator. Men det står inte på förpackningen. ...	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 249	Kaliumnitrit	Får endast användas i form av nitrit salt, en blandning som används till charkuterivaror.	Cancer. Fosterskador. Förgiftning. Genetiska skador. Methemoglobinemia (en blodsjukdom). Plötsliga dödsfall. Svåra allergiska reaktioner. Tumörer.
E 250	Natriumnitrit	Se E 249. Finns i bacon (Scan).	Se E 249.
E 251	Natriumnitrat, Salpeter	E 251 Natriumnitrat E 252 Kaliumnitrat Båda (som förekommer naturligt i växter och grundvatten) är godkända som konserveringsmedel i ost, kött och fisk. Salpetern drar till sig vätska så att insaltade livsmedel blir fastare. De ger också lite röd färg till varan genom att nitrater bryts ner till nitrit, som reagerar med protein varvid den röda färgen bildas. Båda sorterna har använts på detta sätt redan på	Se E 249.

		1500-talet. Kan finnas i ost, saltade köttvaror och fiskvaror i marinad eller inläggning.	
E 252	Kaliumnitrat, Salpeter	Kan finnas i ost, saltade köttvaror och fiskvaror i marinad eller inläggning.	Se E 249.
E 260	Ättiksyra	Godkänt som konserveringsmedel (E 260 Ättiksyra), liksom dess salter (E 261 Kaliumacetat, E 261 Natriumacetat, E 262 Kalciumacetat). De får användas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Redan vid 15 % (vätska eller gas) börjar ättiksyra etsa. Inandning kan ge lungödem.
E 261	Kaliumacetat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Njurskador och njursjukdomar.
E 262	Natriumacetat, Natriumväteacetat, Natriumdiacetat	Se E 261. Finns i mix för vitlöks dressing (Knorr), mix för grekisk dressing (Knorr).	Fosterskador. Svåra allergiska reaktioner.
E 263	Kalciumacetat	Endast i barnmat och fiskvaror.	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 270	Mjölksyra	Kan finnas i margarin, majonnäs, fiskvaror, konditorivaror. Finns i svarta oliver (Diva), gröna oliver (Diva).	Kan inte smältas av den mänskliga organismen; ger översyrighet. Bör inte ges till spädbarn under tre månader eftersom det ger svårigheter med matsmältningen!
E 280	Propionsyra	Kan finnas i förpackat bröd, snus.	Eksem. Migrän. Svåra allergiska reaktioner.
E 281	Natriumpropionat	Se E 280.	Hudirritation. Migrän. Svåra allergiska reaktioner.
E 282	Kalciumpropionat	Se E 280.	Allergiska reaktioner, ibland med symtom liknande gallblåseattacker. Eksem. Migrän. Svåra allergiska reaktioner.
E 283	Kaliumpropionat	Se E 280.	Hudirritation, migrän, allergiska reaktioner.
E 284	Borsyra	Kan finnas i äkta kaviar	Dammet irriterar luftvägarna.

		(störrom).	Kemikalieinspektionen klassificerar det som hälsoskadligt och farligt vid hudkontakt och förtäring. Enligt danska Miljöstyrelsen är det fosterskadande och Danmark har föreslagit EU att det ska klassificeras som reproduktionstoxiskt. Giftigt invärtes i höga doser. Centralstimulerande medel. Utslag. Mag- och tarmirritation.
E 285	Natriumtetraborat, Borax	Borax får i Sverige användas som konserveringsmedel (E 285 Natriumtetraborat) endast i störrom, d v s äkta kaviar.	Kemikalieinspektionen klassificerar borax som ett hälsoskadligt ämne som är farligt att förtära. Det kan också tas upp genom huden och den vägen orsaka kraftig irritation, och barn har efter utvärtes bruk dött av boraxförgiftning som yttrat sig som anemi. Danska Miljöstyrelsen betraktar det som fosterskadande. Centralstimulerande medel. Utslag. Mag- och tarmirritation.
E 290	Koldioxid	Kan finnas i vin, läsk, konfektyr.	Magsår. Kan öka effekten av alkohol.
E 296	Äppelsyra	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Finns i mix för grekisk dressing (Knorr).	Eksem.
E 297	Fumarsyra	Kan finnas i konfektyr, desserter, kakdekorationer, pulverdrycker, vin.	Se E 296.
	ANTIOXIDATIONS- MEDEL		
E 300	Askorbinsyra	Gränsvärdet för bensen i dricksvatten i Europa är 1 ug (mikrogram) per liter. Storstadsluft innehåller 10 gånger mer, en cigarett 50 gånger mer.	Det har visat sig att kombinationen askorbinsyra (E 300) och <u>natriumbensoat</u> (E 211), vanlig i bl. a. läskedrycker, kan bilda det mycket cancerogena ämnet bensen.

		Kan finnas i barnmat, margarin, majonnäs, fiskvaror.	
E 301	Natriumaskorbat		
E 302	Kalciumaskorbat		
E 304	Askorbylpalmitat, Askorbylstereat		
E 306	Tokoferolrika extrakt		Tokoferylacetat bedömdes som mycket miljöbelastande i en rapport från danska Forbrugerstyrelsen 1998. Höga doser ger diarré, trötthet, magont, högt blodtryck, akne, dålig sårhäkning.
E 307	Alfa-tokoferol		Se E 306
E 308	Gamma-tokoferol		Se E 306
E 309	Delta-tokoferol		Se E 306
E 310	Propylgallat	Kan finnas i potatismospulver, tuggummi, förkokta spannmålsprodukter, kakmix, torkade köttprodukter, soppulver, såser, dressing, kosttillskott, vissa snacks, fett som används i yrkesmässig framställning av värmebehandlade livsmedel.	Astma. Cancer. Dermatit - hudsjukdomar. Eksem. Fortplantningssvårigheter. Leverskador. Svåra allergiska reaktioner.
E 311	Oktylgallat	Se E 310. Finns i hönsbuljong (Knorr).	Astma. Dermatit - hudsjukdomar. Eksem. Fortplantningssvårigheter. Leverskador. Svåra allergiska reaktioner.
E 312	Dodecylgallat	Se E 310.	Se E 311.
E 315	Isoaskorbinsyra	Gränsvärdet för bensen i dricksvatten i Europa är 1 ug (mikrogram) per liter. Storstadsluft innehåller 10 gånger mer, en cigarett 50 gånger mer.	Det har visat sig att kombinationen askorbinsyra (E 300) och <u>natriumbensoat</u> (E 211), vanlig i bl. a. läskedrycker, kan bilda det mycket cancerogena ämnet bensen.
E 316	Natriumisoaskorbat	Se E 315	Se E 315
E 320	Butylhydroxanisol (BHA)	Antioxidationsmedel (E 320, E 321) som i Sverige får användas till animaliskt och vegetabiliskt fett, dock ej olivolja, för yrkesmässig tillverkning av	Leverskador. Lung- mag- och äggstockstumörer. Lagras i kroppsvävnader. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider.

		<p>värmebehandlade livsmedel och till stekning. Också i tuggummi och kosttillskott.</p> <p>Länge använda och på senare år mycket omdiskuterade. Tas möjligen upp genom huden. I den mänskliga kroppen blir BHA/BHT delaktiga i fettomsättningen. De höjer nivåerna av vissa fettämnen, som lipider (fettceller) och kolesterol, och snabbar på nedbrytningen av andra, som D-vitamin.</p> <ul style="list-style-type: none"> • BHT: Vissa menar att de är cancerframkallande, enligt andra skyddar de mot cancerframkallande ämnens verkan. • BHT: Har hormonell effekt, d.v.s. liknar hormoner, särskilt kvinnliga, på molekylnivå och uppfattas av organismen som sådana. 	<p>Konjunktivit (ögoninfektion). Huvudvärk. Hudblåsor. Hals- och bröstsmärtor. Skapar patologiska förändringar i hjärnan och ökar aggressionsmönstren. Fortplantningssvårigheter. Fosterskador. Dermatit - hudsjukdomar. Cancer. Astma. Blodförändring.</p>
E 321	Butylhydroxitoluen (BHT)	<p>Se E 320.</p> <p>Nordiska Ministerrådet har BHT upptaget på sin lista över de 1.000 ämnen som anses belasta miljön mest.</p>	<p>Leverskador. Lung- mag- och äggstockstumörer. Lagras i kroppsvävnader. Kronisk urticaria - utslag som kliar och svider. Konjunktivit (ögoninfektion). Huvudvärk. Hudblåsor. Hals- och bröstsmärtor. Skapar patologiska förändringar i hjärnan och ökar aggressionsmönstren. Fortplantningssvårigheter. Fosterskador. Dermatit - hudsjukdomar. Cancer. Astma. Blodförändring.</p>

E 322	Lecitin	Mycket lecitin finns i vete, sojaböner och jordnötter. Det mesta används i livsmedel som emulgerings- och antioxidationsmedel (E 322 Lecitin); i Sverige får det användas till alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Vanligt i t. ex. chokladkakor och majonnäs. I margarin har lecitin den positiva bieffekten att få margarinet att bryna lättare. Kan finnas i barnmat, margarin, majonnäs, glass, fiskprodukter.	Mycket höga doser (över 65 gram) ger illamående, diarré och depression.
E 325	Natriumlaktat (salt av mjölksyra)	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, säljs ofta som kalktillskott i hälsokostaffärer.	Kan orsaka leversjukdomar hos spädbarn och småbarn. Säljs ofta som kalktillskott i hälsokostaffärer!
E 326	Kaliumlaktat (salt av mjölksyra)	Se E 325.	Se E 325.
E 327	Kalciumlaktat (salt av mjölksyra)	Se E 325.	Se E 325.
E 330	Citronsyra		Fräter på tänderna och kan irritera i munnen.
E 331	Natriumcitrater		
E 332	Kaliumcitrater		
E 333	Kalciumcitrater		
E 334	L-Vinsyra	Endast den naturliga l-formen (E 334 L-Vinsyra) får användas i livsmedel, inte den syntetiska dl-formen. Syran och dess salter (tartrater, E 335, E 336, E 337, E354) får användas till alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Den fungerar som antioxidationsmedel (förstärker andra antioxidanter genom att hindra brunfärgning av frukt och grönsaker och härskning av oljor) och surhetsreglerande medel och smakmedel. Tillsammans	Vinsyra och dess salter i höga doser har gett svåra förgiftningar (påverkan på mage, tarm, blodcirkulation, njurar). Förtäring av 12 gram har dödat. Också starka vattenlösningar irriterar kraftigt och kan ge njurskada.

		med natriumbikarbonat i bakpulver, bruspulver och porlande drycker; vinsyran frigör kolsyra ur detta och andra alkaliska karbonater.	
E 335	Natriumtartrater	Se E 334	
E 336	Kaliumtartrater	Se E 334	
E 337	Natriumkaliumtartrat	Se E 334	
E 338	Fosforsyra		
E 339	Natriumfosfater		
E 340	Kaliumfosfater		
E 341	Kalciumfosfater	Go Chu Jang Chilipasta (koreansk).	
E 343	Magnesiumfosfater		
E 350	Natriummalat, Natriumvätemalat		
E 351	Kaliummalat		
E 352	Kalciummalat, kalciumvätemalat		
E 353	Metavinsyra		
E 354	Kalciumtartrat, Kalcium-L-Tartrat (salt av vinsyra)	Se E 334	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 355	Adipinsyra		
E 356	Natriumadipat		Se E 354.
E 357	Kaliumadipat		Se E 354.
E 363	Bärnstensyra		Se E 354. Otillräckliga säkerhetstest.
E 380	Triammoniumcitrat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Nervcellsförstörelse. Neurologiska störningar.
E 385	Kalciumdinatrium-EDTA	Kan finnas i konserverade ärter, bönor, svamp, kronärtskockor, fiskvaror, sås, frysta kräftdjur.	Njurskador och njursjukdomar. Leverskador. Kan öka upptaget av en del giftiga tungmetaller.
	SÖTNINGSMEDEL		
E 420	Sorbitol, Sorbitolsirap		Se övrigt.
E 421	Mannitol		Se övrigt.
E 425	Konjakgummi, Konjakglukomannan		Se övrigt.
E 950	Acesulfamkalium		Se övrigt.
E 951	Aspartam		Se övrigt.
E 952	Cyklaminsyra, Cyklamater		Se övrigt.
E 953	Isomalt		Se övrigt.

E 954	Sackarin, Sackarinater		Se övrigt.
E 955	Sukralos		Se övrigt.
E 957	Taumatoin		Se övrigt.
E 959	Neohesperidindihydrochalocon		Se övrigt.
E 962	Salt av aspartam och acesulfam	Båda är kemiska sötningsmedel.	Se övrigt.
E 965	Maltitol, Maltitolsirap		Se övrigt.
E 966	Laktitol		Se övrigt.
E 967	Xylitol		Se övrigt.
	ÖVRIGT		
E 400	Alginsyra	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Svåra allergiska reaktioner. Neurologiska störningar.
E 401	Natriumalginat	Se E 400. Finns i Gröna oliver (Diva med flera), Rockisar (Hemglass), Lingonsylt (ICA), Riven pepparot (Falkeskog).	Se E 400.
E 402	Kaliumalginat	Se E 400.	Se E 400.
E 403	Ammoniumalginat	Se E 400.	Se E 400.
E 404	Kalciumalginat	Se E 400.	Se E 400.
E 405	Propylenglykolalginat	Se E 400. Finns i margarin, majonnäs, dressing, glass, dessert, frukt- och grönsaksberedningar, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, läsk, öl, bantningsprodukter, kosttillskott, snacks, vissa likörer.	Se E 400.
E 406	Agar		
E 407	Karragenan	Se E 400. Finns i Kelda, Ädel, Röd och grön pyntgele (Santa Maria), Rockisar (Hemglass).	Tarminflammation. Svåra allergiska reaktioner. Negativ påverkan på sjukdomar i immunsystemet. Magsår. Leverskador. Försenad tillväxt. Fosterskador. Cancer.
E 407 a	Bearbetad Euchemaalg		
E 410	Fruktkärnmjöl		

E 411	Tamarindkärnmjöl		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 412	Guarkärnmjöl	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, samt i tillskottsnäring och avämningskost för barn, vitamintillskott. Finns i Gröna oliver (Diva med flera), Majonäs (Kavli), Sana-Sol (Semper), Rockisar (Hemglass), Crème Bonjour Vitlök, Ketchup (Godegårdens), Citron/lime saft (Önos).	Försenad tillväxt. Tarminflammation. Tarmstörningar.
E 413	Dragant	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Leverskador. Svåra allergiska reaktioner.
E 414	Gummi arabicum	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, samt i avämningskost för barn. Finns i Non-stop, Vitlök+C-Vitamin.	Svåra allergiska reaktioner. Överkänslighet.
E 415	Xantangummi	Go Chu Jang Chilipasta (koreansk).	
E 416	Karayagummi		Kan orsaka allergiska reaktioner, såsom hösnuva, dermatit och astma.
E 417	Tarakärnmjöl		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 418	Gellangummi		Se E 417.
E 420	Sorbitol, Sorbitolsirap	Sorbitol (E 420 Sorbitol, sorbitolsirap) får användas som konsistensmedel i alla livsmedel som får innehålla tillsatser, men inte i drycker. Förtjockar sylt och marmelad, hämmar kristallisationen av socker. Sorbitol har ungefär halva sötningskraften jämfört med vanligt socker. Som sötningsmedel får det användas i sockerfria	Ögonskador. Tarmstörningar. Cancer. Svåra allergiska reaktioner.

		sötsaker som dessert, glass och sylt, och i såser, senap och bantningsprodukter. Finns i Sana-sol (Semper), V6 (tuggummi), AD-Vitamin(ACO), Tutti-Frutti (tablettask), Go Chu Jang Chilipasta (koreansk).	
E 421	Mannitol	Kan finnas i dessert, glass, sylt, marmelad, konditorivaror, såser.	Cancer. Illamående. Kräkningar. Njurskador och njursjukdomar. Tarmstörningar. Överkänslighet.
E 422	Glycerol	Kan finnas i sprit, konfektyr, torkad frukt, lågkalori mat.	Stora invärtes doser ger huvudvärk och illamående, mer sällan diarré, törst, förvirring, hjärtarytmi, lungödem. Påverkar vätskebalansen och kan orsaka uttorkning vilket kan vara farligt särskilt för hjärtsvaga och njursjuka, liksom för diabetiker eftersom det påverkar blodsockerhalten.
E 425	Konjakgummi, Konjakglukomannan		Otillräcklig information.
E 431	Polyoxietylenstearat	Kan finnas i vin.	Tarmstörningar. Njurbesvär. Eksem. Cancer.
E 432	Polyoxietylenorbitanmonolaurat	Kan finnas i glass, konfektyr, tuggummi, soppor, såser, dietmat, konditorivaror, desserter, mjölk- och gräddliknande produkter.	Eksem. Cancer. Tarmstörningar. Överkänslighet.
E 433	Polyoxietylenorbitanmonoleat	Se E 432.	Se E 432.
E 434	Polyoxietylenorbitanmonopalmitat	Se E 432.	Se E 432.
E 435	Polyoxietylenorbitanmonostearat	Se E 432.	Se E 432.
E 436	Polyoxietylenorbitantristearat	Se E 432.	Se E 432.
E 440	Pektin, Amidrat pektin		
E 442	Ammoniumfosfatider	Kan finnas i choklad- och kakaoprodukter.	Nervcellsförstörelse. Njurbesvär.

E 444	Sackarosacetatisobutytrat		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 445	Glycerolestrar av trähartser		Se E 444.
E 450	Natrium-, kalium- och kalciumdifosfater	Kan finnas i viss ost, glass, kakor, soppa, sås, frukostflingor, djupfryst fisk, som bakpulver till kex och skorpor för små barn. Finns i Soft Tortilla (Tex Mex, Santa Maria), Hollandaisesås (Knorr, Blåband), Multivitamin till män (NEW NORDIC).	Njurskador och njursjukdomar. Störningar i matsmältningsenzymerna. Tarmstörningar.
E 451	Natrium- och kaliumtrifosfater		
E 452	Natrium-, kalium- och kalciumpolyfosfat, Natriumkalciumpolyfosfater	Kan finnas i viss ost, glass, kakor, soppa, sås, frukostflingor, djupfryst fisk, som bakpulver till kex och skorpor för små barn.	Störningar i matsmältningsenzymerna. Kan öka upptaget av en del giftiga tungmetaller.
E 459	Betacyklodextrin		Otillräcklig information
E 460	Mikrokristallinisk cellulosa, Cellulosapulver	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Finns i Multivitamin & Mineral, Multivitamin till män (NEW NORDIC).	Kan öka upptaget av en del giftiga tungmetaller. Kan innehålla dioxin, en kemikalie som orsakar fosterskador. Svåra allergiska reaktioner. Tarmstörningar.
E 461	Metylcellulosa	Se E 460.	Svåra allergiska reaktioner. Tarmstörningar. Innehåller dioxin, en kemikalie som orsakar fosterskador. Cancer.
E 463	Hydroxiptylcellulosa	Se E 460.	Matsmältningsproblem.*) Gasbildande.*) Uppsvälldhet.*) Teoretisk risk för förstoppning. *)
E 464	Hydroxiptylmetylcellulosa	Se E 460. Finns i Multivitamin till män (NEW NORDIC).	Se E 463.
E 465	Metyletylcellulosa	Se E 460.	Se E 463.
E 466	Karboximetylcellulosa, Natriumkarboximetylcell	Se E 460.	Matsmältningsproblem.*) Gasbildande.*)

	ulos		Uppsvälldhet.*) Teoretisk risk för förstoppning.*) Misstänkt cancerframkallande ämne. *)
E 468	Tvärbunden Natriumkarboximetylcell ulos		Se E 466.
E 469	Enzymatisk hydrolyserad Karboximetylcellulosa		Se E 466.
		*) Källa: <i>Additives. Your complete survival guide.</i> Felicity Lawrence, Century Hutchinson Ltd., London. Svenska forskare har hittat spår av dioxin i cellulosa.	
E 470 a	Natrium- kalium- och kalciumsalter av fettsyror	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Natriumstearat, kalciumstearat, tvål, såpa	Skadar tarmluiddet. Svåra allergiska reaktioner.
E 470 b	Magnesiumsalt av fettsyror	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Magnesiumstearat	Skadar tarmluiddet. Svåra allergiska reaktioner.
E 471	Mono- och diglycerider av fettsyror	Kan finnas i barnmat, margarin, majonnäs, dressing. Finns i Soft Tortilla (Tex Mex, Santa Maria), Non- stop, Sana-Sol (Semper), AROMA mat & bak (Carlshamn), Rockisar (Hemglass), LÄTTA, Ädel, Salta katten (Fazer), Tutti Frutti (Fazer), Jordgubb & Smultron fromage (Ekströms).	Cancer. Otillräckliga säkerhetstest
E 472 a	Mono- och diglyceriders ättiksyraestrar	Många estrar har en karakteristisk doft (för att inte säga skarp i vissa fall...) Vissa används som konstgjorda smakämnen när man vill ge intryck av frukt- eller bärsmak. Några exempel: Metylbutanoat – ananas Pentyletanoat – banan	Skadar testiklarna och minskar spermiereproduktionen

		<p>Pentylpentanoat – äpple Pentylbutanoat – päron eller aprikos Oktyletanoat – apelsin Etyletanoat – salubrin Etylbutanoat – persika Isobutylmetanoat – hallon</p> <p>Många av de här ämnena finns också naturligt i frukt och bär och bidrar då till smaken. Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning. Finns i Jordgubb & Smultron fromage (Ekströms).</p>	
E 472 b	Mono- och diglyceriders mjölksyrastrar	Kan finnas i margarin, majonnäs, dressing.	Cancer. Otillräckliga säkerhetstest
E 472 c	Mono- och diglyceriders citronsyrastrar	Se E 472 b.	Se E 472 b.
E 472 d	Mono- och diglyceriders vinsyrastrar	Se E 472 b.	Se E 472 b.
E 472 e	Mono- och diglyceriders diacetylvinsyrastrar	Se E 472 b.	Se E 472 b.
E 472 f	Blandade ättik- och vinsyrastrar av mono- och diglycerider	Se E 472 b.	Se E 472 b.
E 473	Sackarosestrar av fettsyror	Kan finnas i värmebehandlade köttprodukter, glass, konfektyr, tuggummi, fettemulsioner för bakning, desserter, kakor, soppa, kokos, mendel, mjölkprodukter, alkoholdrycker (ej vin), pulver till varm dryck.	Förgiftning.
E 474	Sackarosestrar i blandning med mono- och diglycerider av fettsyror	Kan finnas i värmebehandlade köttprodukter, glass, konfektyr, tuggummi, fettemulsioner för bakning, desserter, kakor, soppa, kokos, mendel, mjölkprodukter, alkoholdrycker (ej vin), pulver till varm dryck.	Förgiftning.
E 475	Polyglycerolestrar av fettsyror		Få och opålitliga undersökningar eller

			otillräcklig information. Otillräckliga säkerhetstest.
E 476	Polyglycerolestrar av interesterifierade ricinoljefettsyror	Kan finnas i choklad, vissa fettemulsioner och dressingar. Finns i Brago (Göteborgskex), LÄTTA.	Leverförstoring. Njurförstoring. Svåra allergiska reaktioner.
E 477	Propylenglykolestrar av fettsyror	Kan finnas i desserter, fettemulsioner för bakning, konditorivaror, konfektyr, mjölk- och gräddersättningsmedel, bantningsprodukter.	Sänkning av aktiviteten i centrala nervsystemet. Svåra allergiska reaktioner. Njurförändringar. Försenad tillväxt. Anatomiska deformiteter.
E 479 b	Termiskt oxiderad sojaolja i reaktion med mono- och diglycerider av fettsyror		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information. Otillräckliga säkerhetstest.
E 481	Natriumstearoyllaktylat		Se E 479 b.
E 482	Kalciumstearoyllaktylat		Se E 479 b.
E 483	Stearoyltartrat		Se E 479 b.
E 491	Sorbitanmonostearat	Kan finnas i desserter, fettemulsioner, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, sås, jäst, kosttillskott, tekoncentrat, bantningsprodukter. Finns i Torrjäst (Kronjäst).	Eksem. Tarmstörningar. Överkänslighet.
E 492	Sorbitantristearat	Kan finnas i desserter, fettemulsioner, glass, konfektyr, tuggummi, konditorivaror, sås, jäst, kosttillskott, tekoncentrat, bantningsprodukter.	Eksem. Tarmstörningar. Överkänslighet. Svåra allergiska reaktioner.
E 493	Sorbitanmonolaurat	Se E 492.	Cancer. Eksem. Tarmstörningar. Överkänslighet. Svåra allergiska reaktioner.
E 494	Sorbitanmonooleat	Se E 492.	Eksem. Tarmstörningar. Överkänslighet.

			Svåra allergiska reaktioner.
E 495	Sorbitanmonopamat	Se E 492.	Se E 494.
E 500	Natriumkarbonat, Natriumbikarbonat	Kan finnas i gräddpulver, smör, margarin, glass. Finns i Muminex (Oxford), Bakpulver (ICA), Brago (Göteborgskex).	Tarmstörningar. Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 501	Kaliumkarbonat, Kaliumbikarbonat	Kan finnas i fiskvaror, matbröd, konditorivaror, kakmix, flingor.	Se E 500.
E 503	Ammoniumkarbonat, Ammoniumbikarbonat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, avvänningskost för barn. Finns i Muminex (Oxford), Brago (Göteborgskex).	Nervcellsförstörelse. Neurologiska störningar. Svåra allergiska reaktioner.
E 504	Magnesiumkarbonat	Kan finnas i salt. Används medicinskt för att neutralisera magsyra och som laxermedel.	Tarmstörningar. Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 507	Saltsyra	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, avvänningskost för barn.	Högrirriterande och frätande på mage och mun.
E 508	Kaliumklorid	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Högrirriterande för magen. Illamående. Tarmsår.
E 509	Kalciumklorid	Se E 508. Finns i Gröna oliver (Diva med flera), Kapris (Santa Maria).	Se E 508.
E 511	Magnesiumklorid		
E 512	Tennklorid		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 513	Svavelsyra	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Cancer. Svåra allergiska reaktioner. Ytterst frätande.
E 514	Natriumsulfat	Kan finnas i maltdrycker.	Kan störa kroppens vatten balans.
E 515	Kaliumsulfat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Tarmblödning. Njurförstoring.
E 516	Kalciumsulfat	Se E 515.	Suger upp fukt och hårdnar snabbt.

			Kan ge tarmblockering. Används till att döda råttor.
E 517	Ammoniumsulfat	Får användas som bärare för livsmedelstillsatser	Nervcellsförstörelse.
E 518	Magnesiumsulfat	Kan finnas i bordssalt, fruktsalt.	Laxerande effekt.
E 520	Aluminiumsulfat	Får användas som bärare för livsmedelstillsatser	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer, dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium.
E 521	Aluminiumnatriumsulfat	Se E 520.	Se E 520.
E 522	Aluminiumkaliumsulfat	Se E 520.	Se E 520.
E 523	Aluminiummoniumsulfat	Se E 520.	Se E 520.
E 524	Natriumhydroxid	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning, avvänjningskost för barn.	Förgiftning. Svåra allergiska reaktioner.
E 525	Kaliumhydroxid	Se E 524.	Se E 524.
E 526	Kalciumhydroxid	Kan finnas i lutfisk, konditorivaror, kakao.	Inga kända biverkningar i små mängder.
E 527	Ammoniumhydroxid	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Neurologiska störningar. Nervcellsförstörelse. Kan påverka människor med lever- eller njurproblem.
E 528	Magnesiumhydroxid		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 529	Kalciumoxid	Se E 527.	Ytterst frätande.
E 530	Magnesiumoxid		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 535	Natriumferrocyanid	Klumpförebyggande medel i salt.	Innehåller det dödliga giftet cyanid.
E 536	Kaliumferrocyanid	Klumpförebyggande medel i salt. Falksalt och nästan alla andra fabrikat (ej örtsalt (Bioforce) och Gourmetsalt (JOZO)).	Se E 535.
E 538	Kalciumferrocyanid	Salt.	Se E 535.
E 541	Natriumaluminiumfosfat, surt	Kan finnas i sockerkaka, scones.	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer, dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium.
E 551	Kiseldioxid		
E 552	Kalciumsilikat		
E 553 a	Magnesiumsilikat	Kan finnas i livsmedel i pulver- och tablettform, viss	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer,

		ost, ris, ytbehandlad korv.	dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium. Njurskador och njursjukdomar. Svåra allergiska reaktioner.
E 553 b	Talk	Alla talker innehåller asbest. Kan finnas i dambindor, tamponger och kondomer!, livsmedel i pulver- och tablettform, viss ost, ris, ytbehandlad korv. Finns i Vitlök+C-Vitamin	Cancer.
E 554	Natriumaluminiumsilikat	Kan finnas i livsmedel i pulver- och tablettform, viss ost, ris, ytbehandlad korv.	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer, dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium.
E 555	Kaliumaluminiumsilikat	Se E554	Se E554
E 556	Kalciumaluminiumsilikat	Se E554	Se E554
E 558	Bentonit	Kan finnas som bärare för färgämnen och till klarning av vin.	Tarmstörningar. Innehåller dioxin, en kemikalie som orsakar fosterskador.
E 559	Aluminiumsilikat	Kan finnas i livsmedel i pulver- och tablettform, viss ost, ris, ytbehandlad korv. Finns i Vitlök+C-Vitamin.	Förtida senilitet. Möjligen har Alzheimer, dialysencfalopati, demens och Parkinson direkt samband med aluminium.
E 570	Fettsyror		
E 572	Magnesiumstearat	Kan finnas i choklad, konfektyr. Finns i Multivitamin & Mineral (V&M).	Inte ofarligt i torr form.
E 574	Glukonsyra		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information. Otillräckliga säkerhetstest.
E 575	Glukosyrans deltalakton	Kan finnas i färskost, matbröd, konditorivaror, färdiga kakmixer.	Se E 574.
E 576	Natriumglukonat		
E 577	Kaliumglukonat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser utan mängdbegränsning.	Skadar tarmluddet.
E 578	Kalciumglukonat	Se E 577.	Kan orsaka hjärnstörningar och tarmstörningar och är oförenlig med många

			mediciner!
E 579	Järn glukonat	Får endast användas som färgämne i svarta oliver, järntillskott (även flytande) men är hälsofarliga.	Cancer.
E 585	Järnlaktat	Se E 579.	Se E 579.
E 620	Glutaminsyra	Deklareras ofta som "smakförstärkare". Orsakar "Chinese Restaurant Syndrome". Om Ni äter på kinesiska och japanska restauranger, be dem undvika glutamat! Kan finnas i majonnäs, dressing, fiskvaror, konditorivaror, kakmix.	Små barn bör undvika det, få opålitliga undersökningar eller otillräcklig information. Kan ha effekter som, beteendestörningar som paranoia, djup depression, extrem vrede, epileptiska anfall (petit mal), fosterskador, försenad tillväxt, hormonstörningar, koncentreras i moderkakan och utsätter fostret för dubbla koncentrationen som modern har, konvulsioner, kvinnlig sterilitet, leverskador, nervcellsförstörelse, astmaattacker, svåra allergiska reaktioner, ögonskador, övervikt.
E 621	Mononatriumglutamat	Deklareras ofta som "smakförstärkare". Orsakar "Chinese Restaurant Syndrome". Om Ni äter på kinesiska och japanska restauranger, be dem undvika glutamat! Hamburgare, korv och nästan all färdigmat, hel- och halvfabrikat innehåller smakförstärkare som heter Glutamat är tillverkat av råolja. Barnfamiljer köper ofta färdigmat och halvfabrikat som förutom glutamat, även innehåller konserveringsmedel, konsistensgivare och färgämnen. Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser. Finns i Cajun krydda (Knorr), Aromat, Allround	Beteendestörningar som paranoia, djup depression, extrem vrede. Epileptiska anfall (petit mal). Fosterskador. Försenad tillväxt. Har orsakat hjärnskador hos alla 14 djurarter som testats med ämnet. Hormonstörningar. Inlärningsproblem. Koncentreras i moderkakan och utsätter fostret för dubbla koncentrationen som modern har! Konvulsioner. Koncentrationsproblem. Kvinnlig sterilitet. Leverskador. Minnesproblem. Nervcellsförstörelse. Provocerar fram astmaattacker. Svåra allergiska reaktioner. Ögonskador.

		krydda (Santa Maria), Gräddsås (Blåband), Hollandaisesås (Blåband), Alla buljonger från Knorr och Blåband, TACO spicemix (Santa Maria), Kryddmixer för dressingar från Knorr, Dipmixer från Estrella, Mjuka ostar från Crème Bonjour, Oyster sauce (Lee Kum Kee), Go Chu Jang Chilipasta (koreansk).	Övervikt.
E 622 E 623 E 624	Monokaliumglutamat Kalciumdiglutamat Monoammoniumglutamat	Deklareras ofta som "smakförstärkare". Orsakar "Chinese Restaurant Syndrome". Om Ni äter på kinesiska och japanska restauranger, be dem undvika glutamat! Hamburgare, korv och nästan all färdigmat, hel- och halvfabrikat innehåller smakförstärkare som heter Glutamat är tillverkat av råolja. Barnfamiljer köper ofta färdigmat och halvfabrikat som förutom glutamat, även innehåller konserveringsmedel, konsistensgivare och färgämnen. Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser.	Se E 621
E 625	Magnesiumdiglutamat	Hamburgare, korv och nästan all färdigmat, hel- och halvfabrikat innehåller smakförstärkare som heter Glutamat är tillverkat av råolja. Barnfamiljer köper ofta färdigmat och halvfabrikat som förutom glutamat, även innehåller konserveringsmedel, konsistensgivare och färgämnen.	Glutamat ger personlighetsförändringar, aggressivitet och problem med minne, koncentration och inläring.
E 626 E 627 E 628 E 629	Guanylsyra Dinatriumguanylat Dikaliumguanylat Kalciumguanylat	Kan finnas i alla livsmedel som får innehålla tillsatser. E 627 + E 631 Höns- och	Farligt för barn och ungdom och dem som lider av podager, njurbesvär, andra symtom som kräver

E 630 E 631 E 632 E 633 E 634 E 635	Inosinsyra Dinatriuminosinat Dikaliuminosinat Kalciuminosinat Kalcium-5'- ribonukleotider Dinatrium-5'- ribonukleotider	fiskbuljong (Knorr).	undvikande av purines.
E 640	Glycin, Natriumglycinat	Hollandaisesås (Knorr).	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 650	Zinkacetat		
E 900	Dimetylpolysiloxan	Kan finnas i fetter, oljor, grönsakskonserver, marmelad, sylt, gelé, konfektyr, tuggummi, soppor, läsk, alkoholfritt vin.	Cancer.
E 901	Bivax	Naturprodukt, behandlas enligt friregeln och behöver alltså inte godkännas. Kan finnas i konfektyrer, kosttillskott	
E 902	Candellilavax	Naturprodukt, behandlas enligt friregeln och behöver alltså inte godkännas. Kan finnas i konfektyrer, kosttillskott.	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 903	Karnaubavax	Naturprodukt, behandlas enligt friregeln och behöver alltså inte godkännas. Kan finnas i konfektyrer, kosttillskott. Finns i PimPim (Leaf), V6, Non-Stop.	Se E 902.
E 904	Shellack	Shellack, sekret från den indiska lacksköldlusen. Används till billack och för att göra mediciner, godis och frukt blanka. Utvinns på liknande sätt som honung. Förr användes shellack för att tillverka grammofonskivor. Kan finnas i konfektyrer, kosttillskott. Finns i C-Vitamin(!?).	Kan skapa hudirritationer.

E 905	Paraffinolja och Paraffinvax (Mikrokristalint vax)	Kan finnas i torkad frukt, konfektyrer. Massor av människor använder vaxad tandtråd som är behandlad med paraffin,(men det står inte paraffin på etiketten, det står bara "vaxad") som är ett cancerframkallande ämne, som finns kvar mellan tänderna efter varje användning, och så småningom sväljs ned. Man ska i stället använda ovaxad tandtråd, eller sådan som är behandlad med bivax (på Apoteket kan man köpa en sort som heter "Glide").	Kan störa kroppens upptag av de fettlösliga vitaminerna A, D, E och K. Svåra allergiska reaktioner. Tarmstörningar. Cancerframkallande.
E 908	Risskalsvax	Kan finnas i konfektyrer, kosttillskott.	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information. Otillräckliga säkerhetstest.
E 912	Montansyraestrar		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 914	Oxiderat Polyetylenvax		Se E 912.
E 920	L-cystein	Smördeg, vaniljmunkar, ett stort antal bröd och andra bakverk, Fanta, Coca Cola. Den enda restriktionen som finns inom EU är att basen i E 920 inte får vara människohår!	
E 927 b	Karbamid	Karbamid bildas i levern när protein bryts ner i djur- och människokroppar och utsöndras med deras urin, svett och avföring. Människourin innehåller 1,5-3 % och svetten 0,5-1 %. Enda gången man har det i blodet i några mängder att tala om är vid uremi, och det dör man av. Framställs syntetiskt ur ammoniak och koldioxid. Används i solkräm för att förhindra solsveda.	Ingen känd giftighet men irriterar mage och tarm. Utsöndras oförändrat med urinen. Tas upp av moderkakan. Absorberas genom huden, åtminstone på mycket små barn.

		Tuggummit V6.	
E 938	Argon		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 939	Helium		
E 941	Kväve		
E 942	Dikväveoxid	Kan finnas i alla livsmedel, inklusive barnmat.	Cancer. Fosterskador.
E 943 a	Butan		
E 943 b	Isobutan		
E 944	Propan		
E 948	Syre		
E 949	Väte		
E 950	Aceculfamkalium	Kan finnas i dessert, glass, konfektyr, konditorivaror, frukt- och grönsaksberedningar, frukostflingor, sylt, marmelad, gelé, viss soppa, sås, alkoholisk, spritdrycker med låg alkoholhalt.	Cancer.
E 951	Aspartam	<p>Livsmedel som innehåller Aspartam måste märkas med "Innehåller en fenylylaninkälla".</p> <p>Anledningen är att personer med Föllings syndrom (PKU) kan få allvarliga neurologiska skador om de äter livsmedel som innehåller Aspartam.</p> <p>Aspartam, liksom andra sötningsmedel, "får inte användas i livsmedel som är avsedda för spädbarn eller småbarn" enligt EU-direktiv 96/83/EG.</p> <p>Aspartam har stått på Pentagons lista över biokemiska vapen!</p>	<p>Aspartam är en molekyl som består av två aminosyror samt metanol (träsprit), som vid 32 grader C omvandlas till formaldehyd, vilket är ett förbjudet miljögift. Vår kropp håller en temperatur av 37 grader C.</p> <p>Metanol kan orsaka blindhet. Aspartam kan minska halten av "lyckohormonet" serotonin och därmed orsaka depression. Det finns inga bevis för att Aspartam fungerar som viktminskningsmedel. Tvärt om!</p> <p>Food and Drug Administration (FDA, Livsmedelsverket i USA) har noterat 92 olika symtom som alla har samband med Aspartam: Huvudvärk Yrsel och balansproblem Humörsvängningar Kräkningar och illamående</p>

			Buksmärtor och kramper Synförändringar Diarré Epileptiska anfall med krampryckningar Minnesförlust Trötthet, svaghet Andra neurologiska besvär Utslag, blemmor Sömnproblem Nässelfeber Ändring av hjärtrytm Klåda Domningar, stickningar Kraftigt epileptiskt anfall Lokala svullnader Förändring i aktivitetsnivå Andningssvårigheter Känselförändringar i munhålan Förändrad menstruation Andra hudåkommor Andra symptom Lokala smärtor och ömhet Andra symptom från blåsa och kön Ändrad kroppstemperatur Svårigheter att svälja Andra matsmältningsproblem Led- och skelettsmärtor Försämrat tal Andra besvär med mage och tarm Bröstsmärtor Andra muskel- och skelettbesvär Svimning Sårig, inflammerad hals Andra hjärt- och kärlsymtom Smakförändringar Svårighet att urinera Andra andningsbesvär Ödem Hörsselförändringar Buksvullnad Förändring av salivproduktion Ändring av urinmängd Ögonirritation
--	--	--	---

			Ospecificerat Muskelskakningar Litet epileptiskt anfall Aptitförändringar Viktförändringar Störningar i nattsömn Ändring av törst och vätskeintag Medvetslöshet och koma Rosslingar Förstoppning Andra smärtor i extremiteterna Problem med blödning Ostadig, vacklande gång Hosta Blodsockerstörning Blodtrycksförändringar Ändring av hud- och nagelfärg Förändring av hår och naglar Överdriven slemproduktion Problem med bihålorna Enkelt partiellt epileptiskt anfall Hallucinationer Förekomst av knutor/knölar Andnöd vid ansträngning Blod i avföring och uppkastning Plågsam menstruation Tandproblem Luktförändringar Död Annat i blod och lymfa Eksem Sammansatt/komplicerat partiellt epileptiskt anfall Svullna lymfkörtlar Blod i urinen Andnöd i vissa ställningar Svårighet att bli gravid Fördröjd utveckling hos barn Ändrad bröststorlek eller ömhet Blodbrist Ändring av sexuell funktion Chock Bindhinneinflammation Ögon reagerar ej på ljus
--	--	--	---

			Hyperaktivitet.
E 952	Cyklaminsyra, Cyklamater	Godkänt endast som bordsötningsmedel i enskilt hushåll.	Cancer. Fosterskador.
E 953	Isomalt		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 954	Sackarin, Sackarinater	<p>Det heter <i>sodium saccharin</i> på engelska och används ofta i innehållsdeklarationerna och finns i alla tandkrämer, utom ett fåtal som finns i hälsokostbutiker.</p> <p>I USA får alla sackarintabletter, -pulver och -vätskor endast säljas med denna varning på förpackningen: "Varning! Denna produkt har visat sig vara cancerframkallande på laboratoriedjur". Ändå sväljer du och dina barn varje dag i årtal en del tandkräm som innehåller sackarin och/eller absorberar det direkt under tungan!</p> <p>Kan finnas i läsk, dessert, glass, konfektyr, konditorivaror, frukt- och grönsaksberedningar, sylt, marmelad, gelé, såser.</p>	Cancer. Fosterskador. Genetiska skador.
E 955	Sukralos	<p>Naturfrämmande klororganiskt ämne: Sukralos framställs genom selektiv klorering av vanligt socker, sackaros. Från ett i högsta grad naturligt ämne får man ett helt naturfrämmande ämne som har tre OH-grupper utbytta mot kloratomer. Avveckling av olika typer av klororganiska ämnen har under flera decennier prioriterats särskilt högt i arbetet för en giftfri miljö. Exempel på ökända sådana ämnen och ämnesgrupper är DDT, PCB, dioxiner, klorfenoler,</p>	<p>Kloratomerna gör sukralos mer lipofilt än socker vilket vanligen medför en ökad anrikning i levande organismer. Utsöndring med urin visar att en del sukralos tas upp till blodet och sprids i kroppen. Kloratomerna gör ämnet alkylerande, dvs reaktivt gentemot viktiga biologiska molekyler. Alkylerande ämnen är ofta allergena och genotoxiska. Ämnet är mycket svårnedbrytbart och man vet inte hur det påverkar naturen.</p> <p>Sukralos kan ge upphov till</p>

		<p>fenoxisyror, freoner och klorerade lösningsmedel.</p> <p>Livsmedel som innehåller sötningsmedlet sukralos: Läkerol sugarfree for kids, Allévo Low calorie drink (måltidsersättning), Advantage Bars, Önos osockrad saft (innehåller sukralos OCH acesulfam K), Fun Light Crystal, Amazing Grape, Darling Rhubarb (innehåller sukralos OCH acesulfam K), BOB sylt och marmelad "utan tillsatt socker", Becel pro.activ yoghurtdryck, Mellanfil med blåbärsmak, Felix, Willys, Heintz Tomatketchup utan tillsatt socker, Coca-Cola Light, Pucko light, Sagolika lågkalori, JO Nektar Lätt, Yoggi mini drickyoghurt, Yoggi mini Risifrutti utan tillsatt socker, O'boy No sugar added.</p>	<p>mutationer, cancer och skador på fortplantningsorganen.</p>
E 957	Taumatococcus	Kan finnas i dessert, glass, sylt, marmelad, konditorivaror, såser.	Cancer, fosterskador, genetiska skador.
E 959	Neohesperidin dihydrochalcone		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 962	Salt av aspartam och acesulfam	Danisco, är "Sockerbolaget" som haft monopol på sockermarknaden i Sverige. Nu har man "produktutvecklat"! Man lanserar en ny produkt som heter Sweet & Less med tillsats av, hör och häpna, ett artificiellt sötningsmedel baserat på aspartam och acesulfamkalium. Man har blandat råsocker med sötningsmedel för att "ge ökad sötma med mindre kalorier".	Se E 950 + E 951.
E 965	Maltitol, Maltitolsirap	Kan finnas i choklad och	Milt laxerande.

		konfektyr.	
E 966	Laktitol	Laktitol används i glass och vissa konfektyrprodukter.	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 967	Xylitol	Kan finnas i dessert, glass, sylt, marmelad, konditorivaror, såser. Det finns i så gott som alla sockerfria tuggummin och många sockerfria livsmedel som säljs i Sverige. Xylitol rekommenderas av Svenska tandläkarförbundet. Du kan få cancer, men du kommer i alla fall att dö med ett bländvitt leende!	Cancer. Urinsten.
E 999	Kvillajaextrakt	Kan finnas i läsk, cider.	Tarmstörningar. Högrirriterande för magen.
E 1103	Invertas		Cancerframkallande ämnen kan förekomma på grund av den eventuella användningen av träkol under tillverkningsprocessen.
E 1105	Lysozym, Ägglysozym	Parmesanost	Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
E 1200	Polydextros		Större konsumtion kan leda till gasspanning och diarré.
E 1201	Polyvinylpyrrolidon	Tillverkas av hartser, silikon och plaster (vinylacetat, akrylsyra som PVP = polyvinylpyrrolidon, PVP/VA, polyeten, polybuten). Löses i något lösningsmedel (PVP i alkohol) som när det dunstar efterlämnar en film som kan vara vattenfast (PVP) eller avtvättbar (vinylacetat). Tillsatta i vatten gör de lösningen sur; när den neutraliseras med alkalier som natriumhydroxid tjocknar den till gelé. Används som filmbildare i nagellack, hårspray, hårgelé och mousse (3-4 %). Får smink att fästa på huden, sprida sig jämnt och sitta kvar (mascara, eyeliner,	Avföringen blockeras. Cancer. Leverskador. Njurskador och njursjukdomar. Lungskador.

		<p>ögonskugga), fördelar olösliga pulver i magra emulsioner (t. ex. titandioxid och zinkoxid i solskyddsmedel). Vidare kan (polyvinylpyrrolidon PVP) finnas i kosttillskott i tablettform men inte som tillsats i vanliga livsmedel.</p> <p>En av komponenterna i ytskiktet på LoFric® katetern.</p>	
E 1202	Polyvinylpyrrolidon	Kan finnas i kosttillskott i tablettform.	<p>Avföringen blockeras. Cancer. Leverskador. Njurskador och njursjukdomar. Lungskador.</p>
E 1400	Dextrinerad stärkelse (dextrin)	Det finns ett fåtal undantag från dessa märkesregler. Några tillsatser kan deklarerars med enbart vedertaget namn. Modifierad stärkelse kräver varken E-nummer eller vedertaget namn.	Bevisligen cancerframkallande kemikalier, epiklorohydrin och propylenoxid, kan finnas kvar i modifierad stärkelse.
E 1401	Syrabehandlad stärkelse	Se E 1400.	Se E 1400.
E 1402	Alkalibehandlad stärkelse	Se E 1400.	Se E 1400.
E 1403	Blekt stärkelse	Se E 1400.	<p>Högt blodkolesterol. Sjukliga förändringar i lungorna. Kalkavlagringar i njurarna. Förstoring av blindtarmen. Bevisligen cancerframkallande kemikalier, epiklorohydrin och propylenoxid, kan finnas kvar i modifierad stärkelse.</p>
E 1404	Oxiderad stärkelse	Se E 1400. Salta katten (Fazer).	Se E 1403.
E 1410	Monostärkelsefosfat	Se E 1400.	Se E 1403.

E 1411	Distärkelsefosfat ST	Se E 1400. Grekisk dressing mix (Knorr).	Se E 1403.
E 1412	Distärkelsefosfat PO	Se E 1400.	Se E 1403.
E 1413	Fosfaterat distärkelsefosfat	Se E 1400.	Se E 1403.
E 1414	Acetylerat distärkelsefosfat	Se E 1400.	Se E 1403.
E 1420	Stärkelseacetat AA	Se E 1400. Salta katten (Fazer).	Se E 1403.
E 1421	Stärkelseacetat VA	Se E 1400. Salta katten (Fazer).	Se E 1403.
E 1422	Acetylerat distärkelseadipat	Se E 1400. Vita bönor i tomatsås (Pride med flera).	Se E 1403.
E 1440	Hydroxipropylstärkelse	Se E 1400.	Se E 1403.
E 1442	Hydroxipropylstärkelse fosfat	Se E 1400. Grönsaksfond (Bong), Ädel, Hollandaisesås (Blåband).	Bevisligen cancerframkallande kemikalier, epiklorohydrin och propylenoxid, kan finnas kvar i modifierad stärkelse.
E 1450	Natriumoktenylsuccinatstärkelse	Se E 1400.	Se E 1442.
E 1451	Acetylerad oxiderad stärkelse	Se E 1400.	Se E 1442.
E 1505	Trietylцитrat	Delar blir alkohol i kroppen.	
E 1518	Glyceryltriacetat		
E 1520	Propan-1,2-diol (propylenglykol)	Godkänt i OKQ8s frostsnyddsvätska för bilmotorer, ner till -34 grader C...hm... Som lösningsmedel: Får användas i livsmedel som lösningsmedel för aromämnen, alltså Övrig tillsats (E 1520 Propan-1,2-diol, propylenglykol). I industriella bakverk används ofta aromämnen lösta i propylenglykol - eftersom det är fuktbevarande förhindrar det också att bakverken torkar.	Anatomiska deformiteter. Försenad tillväxt. Njurförändringar. Svåra allergiska reaktioner. Sänkning av aktiviteten i centrala nervsystemet.

		<p>Hembränningsbutikernas "essenser" består av aromämnen och färgämnen lösta i propylenglykol. Av dessa blandningar häller man 25 ml i 750 ml sprit och vips har man tuttifrutti-shot eller akvavit.</p> <p>Som fuktbevarande: Får användas i snus som fuktbevarande ämne.</p>	
	FARLIGA LIVSMEDELSTILLSATSER UTAN E-NR SOM ÄR TILLÅTNA I SVERIGE OCH EU		
	Ammoniumklorid	<p>Det används bl.a. som ingrediens i salmiakgodis och ger då en salt smak.</p> <p>Det ursprungliga skälet för att tillverka det var för att använda det som gödningsmedel. Förr ett vanligt fluss vid lödning.</p>	Neurologiska störningar. Leverskador.
	Bestrålning	<p>1953 USAs livsmedelsverk beslutar att matbestrålning ska falla under lagen om tillsatser (!) vilket tvingar fram forskning på riskerna innan tekniken får användas på mat</p> <p>1957 I Tyskland säljer ett företag bestrålad mat, men detta stoppas av myndigheterna</p> <p>1958 Sovjetunionen tillåter bestrålning av potatis för att förhindra groddbildning</p> <p>1960 Kanada tillåter bestrålning av potatis</p> <p>1963 USA tillåter bestrålning av vetemjöl och fläsk efter påtryckningar från den amerikanska armén</p> <p>1964 USA tillåter bestrålning av potatis</p> <p>1968 USA förbjuder</p>	<p>Mutagena genetiska skador. Cancer.</p> <p>Kan sänka vitaminnivåerna i en del livsmedel.</p> <p>Kan skapa problem med bakteriesmitta i vissa livsmedel.</p>

		<p>bestrålning av fläsk efter att man funnit brister i de studier som lämnats in om att det skulle vara ofarligt</p> <p>1972 NASA offentliggör att man använder bestrålad mat i rymdprojekten</p> <p>1974 En arbetare vid Isomedix i USA får höga doser radioaktivitet vid en olycka i samband med bestrålning</p> <p>1980 Nya FN-organet JECFI anser att bestrålad mat är ofarligt</p> <p>1981 WHO publicerar en rapport som slår fast att bestrålad mat inte är farliga att äta, och att märkning inte behövs av vetenskapliga skäl</p> <p>1983 USA tillåter bestrålning av kryddor</p> <p>1985 USA tillåter bestrålning av fläsk</p> <p>1986 USA tillåter bestrålning av frukt, grönsaker och svamp</p> <p>1988 Stor FN-konferens om matbestrålning i Geneve slår fast att tekniken är ofarlig, trots att vetenskapliga rapporter presenteras om en rad förändringar i maten.</p> <p>1988 Sverige förbjuder bestrålning av mat</p> <p>1992 USA tillåter bestrålning av kyckling</p> <p>1997 USA tillåter bestrålning av kött</p> <p>1998 EU förbjuder bestrålning av mat (utom kryddor, vilket alltså även blir tillåtet i Sverige)</p> <p>1999 USA förslår att märkningen av bestrålad mat ska tas bort - 30 000 personer protesterar!</p>	
	Butylhydrokinon	Chicken McNuggets	Cancer. Hyperaktivitet.

	(TBHQ)		Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm Svåra allergiska reaktioner.
	Etoxikin	Etoxikin är ett av dom ämnen som det kan finnas spår av efter att man besprutat frukt och grönsaker, då tillåts upp till 1 mg/Kg. I hund och kattmat är det tillåtet med upp till 150mg/ Kg.	Levercancer.
	Etylhydroxytylcellulosa		Matsmältningsproblem. Gasbildande. Uppsvällighet. Teoretisk risk för förstoppning.
	Fruktos		Cancerframkallande föroreningar kan finnas kvar, pga kol som använts i avfärgningsprocessen.
	Galaktos		Cancerframkallande föroreningar kan finnas kvar, pga kol som använts i avfärgningsprocessen.
	Glukos (Dextros, Druvsocker)		Cancerframkallande föroreningar kan finnas kvar, pga kol som använts i avfärgningsprocessen.
	Kinin		Fosterskador. Illamående. Kräkningar. Nervcellsförstörelse. Nervsjukdomar. Purpura, en sjukdom som orsakar lilafärgade eller brunaktiga fläckar på huden. Susningar i öronen (tinnitus) och/eller dövhet. Stumma nerver. Synstörningar. Utslag.
	Kininhydroklorid, Kinin sulfat		Fosterskador. Illamående. Kräkningar. Nervcellsförstörelse. Nervsjukdomar. Purpura, en sjukdom som

			<p>orsakar lilafärgade eller brunaktiga fläckar på huden. Susningar i öronen (tinnitus) och/eller dövhet. Stumma nerver. Synstörningar. Utslag.</p>
	Koffein		<p>Akut nervositet och spänning. Allvarliga förmenstruella och menstruella kramper. P g a barns outvecklade kroppar och låga vikt har koffein en starkare effekt på dem. Beteendestörningar. Bukspotts- livmoder- och urinblåsecancer. Fibrocystisk bröstsjukdom (klumpar i bröstet). Fosterskador. Fysiskt beroendeframkallande. Feldiagnostiseras ofta som psykiskt besvär med symtom som irritation, sömnlöshet, svettning. Förhindrar järnupptag. Förhöjd sockerhalt. Försenad skelettbildning. Går igenom livmoderkakans barriär och påverkar fostret. Hjärtsjukdomar. Hyperaktivitet. Depression, vredesutbrott, sömnsvårighet, koncentrationssvårighet mm Rester av metylklorid kan finnas kvar. Orsakar bevisligen levercancer. Konvulsioner. Magsår. Ofruktsamhet, missfall och för tidiga födslar. Migrän, huvudvärk. Skapar fettdepåer i levern. Susningar i öronen (tinnitus) och/eller dövhet. Svullnader av för mycket</p>

			vatten i kroppen. Svåra allergiska reaktioner. Sömlöshet. Negativ påverkan på sjukdomar i immunsystemet.
	Laktos		Laktosorsakad cancer hos försöksdjur rapporterat. Troligen pga kol som använts vid avfärgningsprocessen.
	Maltodextrin, Maltol, Ethymaltol		Sänker hemoglobinnivåerna i blodet och deponerar ett överskott av hemosiderin, en nedbrytningsprodukt från de röda blodcellerna. Detta är särskilt farligt för personer med thalassemia, en ärftlig anemi.
	Sackarosoktaacetat		Få och opålitliga undersökningar eller otillräcklig information.
	AROMÄMNEN SOM FÖRBJUDITS I USA MEN TILLÅTS I SVERIGE OCH EU		
	Chloroform (syntetiskt)		Blodförändring.
	Cinnamylanthranilate (syntetiskt)		Levercancer.
	Coumarin (naturligt)		Leverskador.
	Calamusolja (naturligt)		Blodförändring. Hjärtskador. Leverskador.
	Saffrole (naturligt)		Levercancer.
	FARLIGA AROMÄMNEN SOM ÄR TILLÅTNA I SVERIGE		
	Citronolja	Används ofta som en naturlig arom i både "vanlig" matprodukter och hälso-matprodukter, som t.ex. godis och kakor, samt i viss "naturlig" kosmetika.	Misstänks av FDA (Food and Drug Administration, amerikanska livsmedelsverket) vara cancerframkallande.
	Ethyl vanilin (syntetisk vaniljarom)		Försenad tillväxt. Hjärtskador. Njurskador och

			njursjukdomar. Lungskador. Mag- och tarmirritation. Svåra allergiska reaktioner.
	Rökarom (naturligt och/eller syntetiskt)		Magcancer.
	EXEMPEL PÅ SVÅRA ALLERGISKA REAKTIONER		
			<p>Aggressivt beteende och vrede, fruktansvärda okontrollerbara svängningar i humöret, aggressionsutbrott, skrik och slag med huvudet mot väggen.</p> <p>Koncentrationssvårigheter och/eller förvirring.</p> <p>Depression.</p> <p>Inlärningssvårigheter.</p> <p>Ovanstående symtom drabbar särskilt, men inte endast, barn.</p> <p>Nervositet.</p> <p>Paranoia.</p> <p>Psykotiska anfall.</p> <p>Trötthet.</p> <p>Dvala.</p> <p>Gråtattacker.</p> <p>Ångest.</p> <p>Hallucinationer.</p> <p>Schizofreni. (Många som lider av schizofreni har befunnits helt enkelt lida av allvarliga allergier).</p> <p>Huvudvärk.</p> <p>Magsmärtor.</p> <p>Smärtor i muskler och leder.</p> <p>Kramper.</p> <p>Munsår.</p> <p>Vaginala utsöndringar.</p> <p>Astma.</p> <p>Klåda.</p> <p>Eksem.</p> <p>Psoriasis.</p> <p>Urticaria - allvarliga utslag som kliar och svider.</p> <p>Andra hudsjukdomar.</p> <p>Ihållande katarr.</p>

			<p>Gikt. Ögoninfektion. Ögonsvullnad. Klåda i ögonen. Migrän. Svårigheter att fokusera och se klart. Hyperaktivitet. Polyper i näsan. Rhinitis - ständigt rinnande näsa. Nysningar. Illamående. Kräkningar. Diarré. Takykardi - hög hjärtfrekvens oavsett fysisk ansträngning. Högt blodtryck. Halsbränna. Plötsliga behov att urinera. Dåsighet efter måltider. Svaghet. Blindhet.</p>
--	--	--	---