

宣称“每日一针,一个月可瘦4-8公斤”

网红“减肥笔”竟是降糖药



疾病防控

高中生痛风发作 老火汤和饮料是祸首

16岁的小可是一名高中生,平时爱喝果汁饮料。由于学业压力大,父母总喜欢炖各种老火汤给他补身。近日,小可总是出现脚趾关节犹如针刺般的疼痛。家长带他到医院检查后发现,小可的尿酸水平远超过正常值,他的关节痛竟然是急性痛风发作。

痛风不是中老年人才能得的病吗?年纪轻轻怎么就痛风了?

广州市第一人民医院风湿免疫内科主任、主任医师蔡小燕介绍,痛风过去基本上都在40到50岁左右的人群中出现,然而现在痛风发病年龄越来越低,在门诊中,十几岁的学生痛风已不“新鲜”,二十几岁的年轻痛风患者更是“不少见”。

痛风是嘌呤代谢障碍所导致的一种异质性疾病,尿酸大部分来源于身体代谢所产生的嘌呤(占80%),少部分来源于食物中的嘌呤(占20%)。蔡小燕说:“由于饮食结构发生了变化,有些小孩大鱼大肉吃得多,缺乏锻炼,加之现在很多小孩口渴了不愿喝水,而选择喝饮料代替,引起了尿酸水平升高。含糖饮料和果汁其实也是引起痛风发病的饮食危险因素。”

蔡小燕进一步解释,高果糖浆作为营养性甜味剂,广泛应用于碳酸饮料、果汁饮料、运动饮料、糖浆、果冻和其他含糖产品中。而高果糖浆成分中含有的果糖,不仅可在体内代谢产生尿酸合成旁路途径的底物单磷酸腺苷,促进尿酸合成增加,还可增加胰岛素抵抗及循环胰岛素水平,减少了尿酸排泄。

因此,痛风患者应避免摄入高果糖浆甜化的饮料及食物,包括糖化的苏打水等。普通人也不应该过多饮用,把饮料代替水喝更是要不得。

蔡小燕提醒,高尿酸血症或痛风人群要少喝老火汤,因老火汤中嘌呤含量较高,特别是用肉类、海鲜、动物内脏等食材煲的老火汤,更是被称为“高嘌呤的精华”。

蔡小燕解释,“由很多肉类食材煲成的老火汤,肉里面的嘌呤成分都溶解在汤里面,大部分老火汤往往喝汤不吃渣,对于高尿酸患者而言,这可能就是‘去其精华,喝其糟粕’”。

很多家庭主妇会说,将老火汤上面漂浮的一层油捞掉是不是就好了?实际上,将表面漂浮的一层油捞走,也只是去除了油,嘌呤其实还是在汤里面的。

痛风患者想解口渴,如何满足“广东胃”呢?“可以改变烹调方式,痛风患者用肉做汤的时候,弃汤吃肉,这样既可以摄取肉类营养,又能避免摄入过多嘌呤。也可以选择用瓜果、蔬菜入汤,少放肉的方式。另外还要少放调味料。”蔡小燕建议,体检发现尿酸水平升高一定要警惕。

(摘编自大洋网)

只是笔不是药? 卖家含糊买家迷糊

“运动太累,节食太苦,那你一定要试试瘦身笔。”这支名为Saxenda的“减肥笔”,在大部分卖家的形容下,是“唯一同时获得美国、欧洲、韩国许可”的安全减肥神药。

多个卖家均表示该减肥笔通过了美国FDA(食品药品监督管理局)认证,并已在韩国、香港上市,安全无副作用。一支“减肥笔”售价从1000元到2000元不等,卖家宣称“一支就能减重5-8公斤,不反弹”。

“笔”听上去温和,其本质却是一种针剂,需要使用者自行消毒,使用针头在腹部、大腿或上臂等部位进行皮下注射,与糖尿病患者注射胰岛素的过程十分类似。

在FDA网站上查询这种“减肥笔”的批文可知,名为Saxenda的减肥笔实际上是利拉鲁肽注射液。利拉鲁肽是一种人胰高糖素样肽-1(GLP-1)类似物,正是糖

尿病的治疗药物。

尽管谈起“减肥笔”的好处时滔滔不绝,但大部分卖家对其真正成分却并不了解,反而信口开河。一位卖家声称自己于某大学医学系毕业,但当被咨询“减肥笔”和利拉鲁肽注射液是否有区别时,卖家却连基础的药物概念都混淆:“你说的这是胰岛素,我这个减肥笔不一样的。”一名售卖者称,如果注射后几天没有明显减重,就加大药量,并称这是“医生建议”。

缺乏医药常识的卖家、只夸不贬的宣传语,使得“减肥笔”销量节节攀升。一位微商表示,自己每月出售的“减肥笔”就有几百支。一家香港美容机构的客服更称其每月销量高达几百盒(每盒三支)。不少人在不清楚药物成分、作用原理和副作用的情况下就贸然开始了为自己“扎针”的减肥实验。

减肥“神药”暗藏健康风险

公开资料显示,这款药物的确已获得FDA批准,用于慢性体重管理,并已在韩国等地上市,但并未获得中国内地的上市许可。

中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅表示,对于中国人而言,利拉鲁肽用于减肥的使用方法与范围,甚至其详细的副作用都尚不明确。

调查发现,实际上,Saxenda对用药者的体重和身体状况有着严格要求,仅被批准用于体重指数(BMI)为30或更大的成年人,或BMI为27或更大同时伴有至少一种与体重相关疾病,如高血压、2型糖尿病或高胆固醇(血脂异常)的成年人。

这意味着,一名身高165厘米的成年人,需要体重超过163斤才符合“减肥

笔”的使用标准。但从社交网络充斥的大量使用心得、视频分享来看,不少都是身材匀称、却仍熟练地为自己扎减肥针的使用者。

此外,Saxenda官方列出了多达八大项的潜在副作用,包括恶心、低血糖、腹泻等常见不良反应,还有导致甲状腺肿瘤、肾脏问题、抑郁症或自杀念头等风险,并提示有特定家族病史者不能使用,有特定疾病者需要咨询医师后使用。

但这些让人看完颇有些冷汗涔涔的详尽说明,在“减肥笔”售卖者那里统统被一句“用完可能会有点恶心”轻轻带过。在购买者称自己有胃部疾病、家族病史后,卖家仍极力推荐这款“不走胃”的“减肥笔”：“反正肯定比你吃的减肥药要安全。”

渠道不明药效存疑 专家建议慎用

上海市徐汇区中心医院一位内分泌科医师表示,因利拉鲁肽药品具有抑制食欲的效果,所以有些人擅自将其作为减肥药使用,但通常医生并不会为减肥这个单一目的就开出利拉鲁肽的处方。即使真的用于减肥,也应当考虑使用者的体重指数、血糖情况等,对于体重指数低于30的人,更建议采取少吃多动、均衡饮食的方式减肥。

该医生还提示,目前市场上泛滥的一些号称“韩国整容医院使用”“国外进口”的减肥笔,不仅来源不明、真假难以保证,

并且由于利拉鲁肽有冷藏保存、不可冷冻等贮藏要求,很难知道这些从非正规渠道购买的“减肥笔”是否合规储存运输,药效是否会受到影响。

利拉鲁肽也并非真如“微商”所鼓吹的是减肥神药。中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅提到,研究认为仅34%的患者可望在使用利拉鲁肽一年后体重减轻10%。消费者应在加强药品安全自我保护意识的同时,对类似情况进行积极投诉举报。

(摘编自新华网)



“四月不减肥,六月徒伤悲”,天气回暖,不少爱美人士又开始为了瘦身“尝遍百草”。近期,一种号称“不走胃,不伤身”的“减肥笔”悄然走红,成为不少网络红人的首推产品。“不到一个月减重8斤”“90斤的世界你想不想去看看”……看了以后有些跃跃欲试的你,可能并不知道,这支小小的“笔”却暗藏着诸多健康风险。

