

号称“躺着变瘦”的酵素话梅,别吃!

管不住嘴,迈不开腿,减肥过程太痛苦?最近,网上有卖家声称一款神奇的“酵素话梅”,吃了它躺着就能变瘦。这到底是一种什么食物,真的有如此神奇的减肥功效吗?

多人出现呕吐、腹泻

今年3月,苏州张家港警方发现,多个网络平台在售卖一款名为“酵素话梅”的食品,商家宣称食用后可以减肥,销售量巨大。警方联系了多名购买过此产品的消费者,发现多数消费者食用后出现头晕、呕吐、腹泻等不良反应。

随后,警方对该产品做了一次更精密的分子结构检测,最终确定该“酵素话梅”中添加了新型化合物“双辛酚汀”。

“双辛酚汀”是一种全新化合物,它与“双醋酚汀”结构相似。根据国家市场监督管理总局近期发布的相关文件显示,双醋酚汀未获得国家药品监督管理部门批准作为药品或原料药生产或进口。双醋酚汀类似物酚酞,存在严重不良反应。

此外,根据食品安全法,食品不得添加药物,该类原料也从未获得批准作为食品添加剂或新食品原料,以及保健食品原料。因此,在食品中检出酚汀、酚酞及其酯类衍生物或类似物,均属于非法添加。它们对人体会产生毒副作用,影响人体健康,甚至危害生命。

网红产品涉案金额过亿

警方发现,该团伙生产工厂藏匿

于江苏省外一工业区,生产规模较大,在网络上形成了庞大的销售体系,一些产品甚至依靠网络营销,成为了网红产品。

为了吸引消费者,该犯罪团伙专门编制了一套营销话术,标榜其产品为纯天然食品,富含膳食纤维和天然酵素,只要食用其产品就能快速达到“通便”“瘦身”的效果。

在公安部统一部署指挥下,江苏警方一举抓获犯罪嫌疑人80余名,捣毁省外生产、仓储窝点6处,查扣涉案产品60余吨,涉案金额合计逾亿元,彻底斩断了一条集研发、生产、推广、销售为一体的食品领域黑灰产业链。

据央视新闻

防范应对低温雨雪冰冻

雪天驾车五条“妙招”



新华社北京12月19日电(记者任沁沁)连日来多地降雨、降雪,造成路面湿滑甚至结冰,给驾车出行带来安全隐患。记者采访公安交管部门,为冰雪天驾车司机支招。交警提醒,雪天开车或通过结冰路面,要“清、柔、慢、稳、轻”,镇定小心、缓慢行驶。

行车前切记检查车辆,保持车内视线清晰。如果车子已被积雪覆盖,建议先热车,让发动机进入最佳状态,同时升高水温,以尽快吹出暖风。清除车外浮雪,尤其是前后车灯、车窗及后视镜位置;及时开启车窗除雾功能,确保驾驶视线清晰。

轻柔操作,忌猛打方向盘。冰雪路面附着力较小,车子容易打转或打滑,发生事故概率大增。交管部门提醒,不要在冰雪路面上猛起步,需要加速或减速时,油门应缓缓踏下或松开。必要时可将轮胎放一些气,增大汽车与冰滑路面的接触面积,增强轮胎附着力。

雪天行车,关键要“慢”,不超载、不超速行驶、不违法超车、不空挡滑行。尽量直线匀速行驶,不随意并线,超车时要看清路线及路况,尽量用大灯提示;尽量走有车辙的路线,不要轻易尝试被冰雪覆盖、路况不明的路段;雪天会车特别是夜间会车,应减速让道,不抢不抢。

加大车距,平稳行车。雪天地面阻力很小,跟车太近会很难控制住刹车距离,容易导致事故发生。交管部门提醒,行车间距要比无雪干燥路面时增大4倍至5倍比较好。车辆在雪地爬坡时危险性极高,要争取一气呵成完成爬坡,以免上坡时减速或打滑;如果起步失败,要立即拉手刹,借助手刹再次起步;下坡时,最好将挡位平稳换至低挡,利用低挡的发动机制动平稳行驶。

轻点刹车。在冰雪湿滑路面行车,即使把刹车踩死,也不可能达到干燥路面行驶时的制动效果,制动距离会比平常长很多。雪天路滑最好的刹车方法就是“点刹”,也就是轻踩轻抬刹车,慢慢让车停住。交警提醒,行驶过程中如果遇到车辆打滑,驾驶人一定要保持冷静,方向盘要顺着大方向轻轻转动,然后采用“点刹”方法减缓车速,直到车辆回正。

天气变冷,别让“脑卒中”来敲门

近日气温下降导致不少医院接诊的“脑卒中”患者增多。为何寒冷天气容易引发脑血管疾病高发?哪类人群需要特别警惕?记者采访了中山大学附属第三医院神经内科主任陆正齐教授。

气温骤降容易诱发脑卒中

脑卒中是急性脑血管意外的统称,俗称“中风”。陆正齐特别提示,老年人是脑卒中高风险人群,尤其要警惕卒中的发生。

专家介绍,气温变化与脑卒中患病风险密切相关。温度每降低1摄氏度,罹患脑卒中的风险升高1.13%,脑

卒中死亡风险升高1.2%。这可能是由于气温变低后,容易导致人血管收缩,收缩后血管内血液随之变少,老年人血管弹性差,如此一来便会加重脑的供血不足,如果再加上患者本身又有高血压、高血脂、糖尿病等,还会加剧脑梗死的发生。

想要平安过冬,注意做好这几点

陆正齐表示,老年人或有卒中高危因素的人群,如患有高血压、糖尿病、高脂血症且控制不佳的人群,有心房颤动、颈动脉粥样硬化、睡眠呼吸障碍及偏头痛的人群等,首先要在寒冷天气里做好防寒保暖措施,实时留意

外部天气的变化,及时增添衣物,戴帽子、口罩等,以防受凉。

第二,健康饮食。每天饮食种类应多样化,使能量和营养的摄入趋于合理,每日食盐不超过5克,少油饮食,控制胆固醇、碳水化合物摄入,避免饮酒。

第三,科学运动。健康成年人每周参加3次~4次有氧运动,每次持续约40分钟以上,如快走、慢跑、骑自行车等,中老年人可根据自身情况参加有益身心的健身运动。

第四,基础病患者一定要做好高血压、冠心病、糖尿病等疾病的管理,定期体检复查,接受专科医生治疗,遵医嘱药物治疗。据《羊城晚报》

消化道疾病怕冷?

医生教你打寒冬“保胃战”

气温骤降下,平时有慢性消化道疾病的小伙伴可能会出现胃痛、胃胀、腹痛、反酸、腹泻等,甚至会因消化道出血而去急诊。消化道疾病为啥怕冷?天寒地冻,如何打响“保胃战”?广州中医药大学第一附属医院脾胃科刘凤斌教授进行解答。

天气寒冷会引起消化道黏膜血管收缩

刘凤斌介绍,都市人群由于不规律饮食、工作压力大、精神紧张,包括胃溃疡、十二指肠溃疡在内的消化道疾病发病率很高。大部分患者平时没有明显不适,但是冬季天气突然转冷,消化系统疾病就容易复发或加重,甚至发生出血。

这是因为较低的气温容易刺激机体交感神经兴奋,引起消化道黏膜血管收缩,造成黏膜缺血缺氧。这时患者会表现为上腹胀满、胃脘部冰凉或疼痛、反酸、烧心。溃疡一旦侵犯到胃

壁毛细血管,就可能引起出血(大出血或慢性出血)。

“胃溃疡、十二指肠溃疡出血常见的症状有黑便、头晕、乏力、脸色苍白、呕血、出冷汗、血压下降等。”刘凤斌提醒,若出现上述症状,一定要及时就诊,否则,随着出血量增大,可能会引起休克,甚至危及生命。

热性体质过于温补易出现消化道出血

都说“围炉聚炊欢呼处,百味消融小釜中”,火锅、羊汤、涮肉是温暖过冬必不可少的仪式感,广东人还喜欢用人参、黄芪等滋补药材煲一窝暖暖的药膳煲全家人享用。消化道疾病患者还能不能好好享受这些美食了?

刘凤斌提醒,冬季美食多有温补功效,对于体质本身就偏热性的人群就可能积热在里,进而导致血热,血热之邪妄行,容易损伤胃络。这也就意味着会增加消化道出血风险。因此,

他提醒,有消化道疾病的人群冬季进补一定要适度。

有消化道疾病的人群冬季该如何照顾好身体?刘凤斌建议,首先要注意保暖,腹部避免受凉,避免吃生冷食物损耗阳气,从而引起胃痛、胃胀。其次,要避免吃难消化的、过酸、过甜的食物,或者是过多的肉食等,以免引起消化不良。第三,冬季食疗一定要根据自己的体质有的放矢。对于体质比较弱的人群最好吃一些比较平性的食物,比如淮山、芡实、百合,其中淮山既可以养阴又可以健脾,特别适合冬季食用。对于平时容易口干舌燥的人群可以吃点石斛、白茅根、玉竹、西洋参等。对平时湿热比较重、容易口干口苦、排便不通畅、舌苔黄腻的人群,平时煲汤时可适当加一些清热祛湿的食材,如溪黄草、绵茵陈、火炭母等。对于容易手脚冰凉、阳气不足的人群,就可以适当吃些当归生姜羊肉汤来温补了。

据《羊城晚报》