

# 网传牛磺酸泡腾片能“催情”？

## 专家：涉嫌虚假宣传



6月12日中午，上海外国语大学一女生在图书馆自习时，发现咖啡杯中饮料味道奇怪，调监控发现被一男性往杯中投放了异物。当天下午，涉事学生已被公安机关带走调查，投放的异物为牛磺酸泡腾片。

牛磺酸泡腾片是个啥？喝了

后真如网上所言有催情的作用？其实，牛磺酸是动物体内一种结构简单的含硫氨基酸，并没有什么神奇的功效，它在人和动物的胆汁中，与胆酸结合，以结合形式存在；而在大脑、卵巢、心脏、肝脏、松果体、垂体、视网膜、肾上腺等器官和乳汁中，常以游离

的形式存在，但不参与蛋白质的合成。由于牛磺酸不是必须氨基酸，因此，我们不需要额外补充。

而泡腾片是一种新的药物剂型，利用有机酸和碱式碳酸(氢)盐反应做泡腾崩解剂。将药物置入水中后，即刻会发生泡腾反应，产生大量的二氧化碳气体，引起水面的沸腾，故名泡腾片。

牛磺酸对胎儿、婴儿的神经系统发育有重要作用。具有抗炎、解热、镇痛、镇静、降血压、降血糖、抗心律失常、抗菌、抗血小板聚集、增强免疫功能、利胆、强肝、解毒、调节血管张力等作用，常用于肝胆系统疾病的治疗，对感冒的治疗中有一定的作用。

牛磺酸是个能够提高运动耐力的化学品，它可以提高大脑兴奋度，缓解疲劳，减轻肌肉酸痛，提高肌肉的兴奋度，但只有耐力训练90分钟以上才能起到

这样的作用。同时，牛磺酸也广泛应用于医药、食品添加剂、荧光增白剂、有机合成等领域。

对于牛磺酸是不是催情剂？目前，没有证据表明，牛磺酸可以提高女性兴奋度的作用，更不可能达到迷幻的目的。至于商家宣称牛磺酸泡腾片有“催情”作用，要么是添加了其他成分，要么就是骗人的。

同时，使用药物迷幻女性本身就是违法犯罪行为，是会受到法律制裁的。我们也奉劝那些试图利用牛磺酸来从事非法活动者，应该立即悬崖勒马，不要以身试法。

(纪光伟)



纪教授说医

### 健康新知

## 用坚果或水果代替零食



薯片、山楂片、饼干、蛋糕等都是受孩子欢迎的常见零食，但这些食物无一例外是高油、高盐、高糖的食物，也是导致肥胖、高血压、高血脂等问题的帮凶之一。

如果孩子准备零食，我们建议用坚果或水果替代，作为孩子日常三餐之外的食物补充。但需要注意的是，孩子进食坚果时要注意饮食安全，不要说话嬉笑、奔跑打闹，避免出现误吸，造成异物侵入食道、气道的意外事件。为了保证安全，3岁以下的幼儿不要吃坚果，如有必要，家长可将坚果磨碎后食用。

种类选择：坚果选普通烤制的，尽量不吃盐焗、琥珀等风味的坚果；水果选新鲜时令水果，而不是蜜饯类果干。

# 发霉食物舍不得扔 黄曲霉素中毒

本报讯(记者 肖凯 通讯员 宁亚飞)“连续一周，每天被下达一次病危通知。”3周前，65岁的祝婆婆不幸感染黄曲霉菌，引发心、肝、肺等多器官衰竭，生命垂危。武汉大学人民医院(湖北省人民医院)东院急诊科专家团队巧妙施手，成功帮助祝婆婆闯过鬼门关，6月13日，九死一生的她顺利康复出院。

重症监护室杨卫泽教授指出，毒素黄曲霉素具有强烈的致癌性，能诱发肝癌、胃癌、肾癌等多部位的癌症，是世界卫生组织划定的一类致癌物。其毒性剧烈，毒性比氰化钾高10倍，比亚硝酸胺高75倍，比砒霜高68倍。祝婆婆常常出入荒废10年的老屋，可能接触到黄曲霉素导致发病，

同时，务农为生勤俭节约的她，舍不得丢弃粮食，常常将稍有霉点的花生等食物留下食用。

杨卫泽教授提醒，家庭中黄曲霉素的来源较多，首先是变质后的粮食，越是含淀粉量高的种类越容易滋生黄曲霉素，包括玉米、大米、白面、花生等。即便是将已经霉变的区域去除，毒素也早已渗透到了食物内部。案板和

筷子如果不注意按时清洗，在潮湿的环境中容易发生霉变产生黄曲霉素。此外，发霉的坚果和劣质芝麻酱、植物油也容易滋生黄曲霉素。因此谷物等粮食的储存要保持干燥和通风，发霉或者变质的食物要及时丢弃。若房屋长期荒废无人居住，再次入住前应充分通风换气 and 打扫消毒，防止霉菌等致病菌感染。

## 全谷物、杂豆 每天吃一次即可



“一日三餐的主食都是红薯、玉米、荞麦面……我吃了感觉消化不了啊。”自从坊间流出“吃杂粮能减肥，还可以控制血糖”的消息后，不少人就走上了另一个极端，把杂粮当作主食，因而也引出一系列肠胃消化问题。中国营养学会的专家们也认识到这一点，刚刚发布的2022版的《中国居民膳食指南》(简称《指南》)就指出，每天摄入谷类食物200~300g，其中包含全谷物和杂豆类50~150g；薯类50~100g，并且强调，全谷物、杂豆每天吃一次即可。比如白米中放一把荞麦、燕麦、红豆、绿豆等，杂粮占比在1/3左右，来煮杂粮饭。

# 误为“乳腺炎” 久拖不治癌转移

本报讯(记者 肖凯 通讯员 旌玲玲)32岁的小冉，育有两个孩子。去年底发现左侧乳房有个“杏子”那么大的包块。小冉以为是乳腺炎，家中老人说蒲公英泡水喝可以治乳腺炎，就连着喝了几个月蒲公英水。可是肿块没有消，反而越变越大，感觉乳房一大块都是硬的，还有疼痛感。

家里老人又说，乳腺炎是这样的，于是小冉改吃消炎药。乳腺肿块仍未见好，肿块已经从乳房皮肤表面凸了出来。6月初的一天早上醒来，小冉发现衣服上一大滩血，原来乳房肿块破溃流血了。小冉慌慌张张来到医院。

武汉市第一医院甲状腺乳

腺外科袁媛医生接诊时，看到小冉的乳房，痛心地向她怎么长成这样才来看病。小冉很不好意思地说：“乳腺炎不是什么大病，想着吃点药就好了，所以没来”。

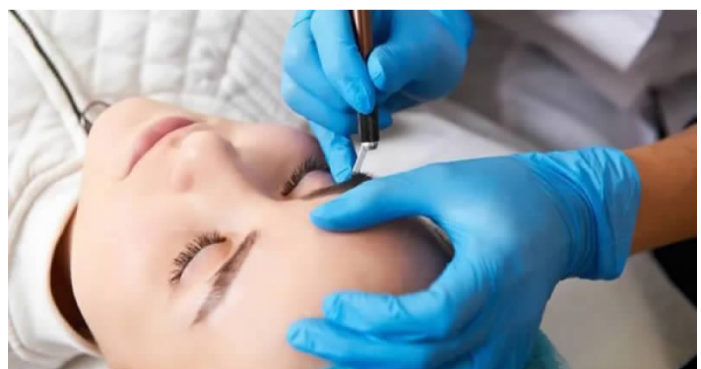
袁媛医生将小冉收入院，检查结果证实小冉患的是乳腺癌，而且已经发生了多处转移。袁媛医生为小冉精心设计了治疗方

案，目前已经完成一次化疗，乳腺癌灶也有缩小的趋势。

袁媛医生表示，乳腺癌的预后，与疾病的分期有很明显的关系，最早期乳腺癌，叫做乳腺原位癌，5年生存率可以达到95%以上，病情一旦发展到三期，5年生存率只有大约50%。所以乳腺癌早发现早治疗是最重要的。

# 高考结束医美咨询量增多

## 专家提醒：低于18岁慎做美容整形手术



本报讯(记者 肖凯 通讯员 马遥遥)近日，记者从武汉市中心医院后湖院区医学整形美容科了解到，高考结束家长们纷纷带孩子咨询变美项目。

家住汉口后湖的小军上高一，同桌说他的腋下有味，

随着气温升高，只要一出汗异味就更明显。时间一长，同学们对小军有了排斥，不愿和他说话。内向的小军一度情绪低落，高二时出现了厌学表现，不愿意去学校。家长带小军去医院，查出了轻度抑郁，在弄清原因后，经过

医生的心理疏导，他的情绪才慢慢稳定，逐渐走出阴霾，把精力全部放在了学习上。

今年高考一结束，小军想到有时间了，就拉着父母去医院解决狐臭问题，利用暑假完成一次蜕变，除去身上的异味，以免在今后的大学集体生活中再次受到排斥。

6月10日，小军在父母的陪伴下来到了武汉市中心医院后湖院区医学整形美容科。经该科刘娟医生检查，诊断他腋下的异味就是腋臭，即老百姓俗称的狐臭。6月12日，医学整形美容科专家为小军进行了微创手术，破坏掉左右腋下的大汗腺，没有伤及其他组织。术后，刘娟医生提醒小军，半个月内不要提重物，一个月内不要从事羽毛球、

健美操这类伸展性强的运动。

医学整形美容科主任白新平介绍，每到暑假学生就成为美容整形的主力军，并有不断上升的趋势。在具体项目上，学生群体以去腋臭及瘦脸针、美白针、双眼皮等注射类、激光类美容项目为主，高中毕业生和大学生居多，几乎每天都有前来看腋臭的学生。

白主任提醒，低于18岁的孩子慎做美容整形手术，由于未成年人身体仍在发育，18岁以下的青少年应慎做隆胸、抽脂、割双眼皮、隆鼻和嘴唇造型等整容手术。情况特殊的，也必须要有监护人同意才能实施手术，手术方案必须以监护人与医师商讨的意见为准。骨结构改变的整形手术，原则上18岁以后做。

## 电动牙刷刷头 3个月换一次

在刷牙时，有些人习惯了用劲刷牙，即便换了电动牙刷也像手动一样用力。其实这样是没有必要的，电动牙刷自带高频震动，只需要将牙刷轻轻靠在牙齿上，简单挪动就好了。太大的刷动，会对你的牙齿造成伤害。同时，对电动牙刷也是一种磨损消耗。此外，有些家庭为了省钱，和家人一起共用一支刷柄，每次使用的时候换不同的刷头。这样反复的拔插，会对震动轴造成一定损坏。

从卫生方面考虑，电动牙刷刷头一般需要3个月换一次。可能一些女生用了3个月刷头还是好好的，但为了卫生起见，还是需要更换。毕竟3个月时间，刷头会积累很多肉眼看不见的细菌。