

保健品和减肥药 长期服用损害肝脏

很多人尤其是都市白领喜欢服用保健品来改善健康状况,不少女性为了追求苗条的身材大量服用减肥药,可她们却不知道,乱吃保健品、服用减肥药会伤肝!江苏省中医院感染科主任邵铭昨天告诉记者,这些年来,因长期服用保健品、减肥药而导致肝损害的病人日益增多。

吃了半年减肥药 黄疸发作肝受损

上个月,30多岁的娜娜(化名)来到江苏省中医院就诊时,已经出现了黄疸症状,伴随着这个症状,她还常常感到腹胀、食欲减退、恶心、乏力。原来,半年前的她略显肥胖,为了让自己的身材变苗条,连续服用减肥药。半年下来,的确瘦了一二十斤,但最近却出现了这些不舒服的症状。到医院一检查,竟是肝脏受损。江苏省中医院感染科主任邵铭说,这几年来,每个月他们都能接诊两三名药物性肝炎的病人,其中因为滥用减肥药导致肝损害的病人日益增多。

【专家分析】减肥药进入体内要经过肝脏代谢或解毒,在代谢过程中,其本身或代谢产物可直接对肝有毒性作用。随意乱用减肥药,会出现黄疸、肝区不适、腹胀、转

氨酶增高等肝损害的症状,如果不治疗,还是继续服用减肥药,病人的症状就会持续加重,最后甚至可能引起急性肝功能衰竭导致死亡。

“进补族”天天补 肝功能补得越来越差

陈女士属于“进补族”,平时她的包里都带着维生素、蜂胶等多种保健品,一年来,一天都不落地吃。最近,她接连感觉到腰酸乏力,胃口不好。到医院检查发现,她的肝脏不太好,转氨酶升高。医生告诉她,这是乱吃保健品导致的肝损害,和她平时不科学的大量进补有直接关系。如果再控制住保健品服用的量,她的肝功能还会越来越差,最后可能会发展成脂肪肝、肝硬化等。

她非常不解,“我吃保健品就是为了增强体质的,怎么会反而生病了?”专家介绍,很多人尤其是都市白领喜欢

服用保健品来改善健康状况,但是,乱吃保健品也会伤肝。

【专家分析】实际上,多数人通过正常饮食,身体内的各种营养素并不会严重缺乏,在这种情况下,如果每天仍然大量补充维生素、微量元素等,多数不能被有效吸收,要经过肝脏代谢分解排出体外,这就无疑大大增加了肝脏的工作量。而铁剂、维生素A和D等摄入过多不能排出体外,还有可能蓄积在肝脏导致肝硬化、肝脾肿大等中毒反应。准备进补前一定要咨询医生或者做个全面体检,看看自己是否真的需要进补;如果需要服用保健品,也要切忌大剂量、长期服用。

减肥药、保健品卖得火 服用时出现症状立即停

南京一家药店的负责人告诉记者,这几年来,减肥药、保健品的销量一直比较火,在中型药店中,这两类药

物的销量都能达到40%以上;在各类减肥产品中,药品类依然占了一半以上的市场。相关数据显示,有关部门曾对国内11个城市进行监测发现,减肥产品和保健品的销售规模逐年增长。

专家提醒,任何药品包括中药制剂,都可能对肝脏有毒性作用,不少保健品中甚至含有激素,人吃了平添气力,食欲大振,但实际上也加重了肝脏的负担,对身体健康造成长久损害。

如果吃保健品、服用减肥药后出现不好的症状,就要立即停药,如果出现发热、乏力、皮肤瘙痒、黄疸、皮疹、胃口差等,就要尽早向肝病专科医师求诊。另外,草药、补药、中药也是药,只要是药,就有可能产生肝毒性,那些宣称可以“保肝”或“强肝”的偏方,事实上反而有肝毒性,请务必小心。

快报记者 张星

“渐冻人”抗病八年拒绝死亡

快报讯(通讯员 吴倪娜 记者 刘峻)70岁的周林(化名)被称为渐冻老人,至今与死亡抗争了整整8年,他是江苏省人民医院接诊的存活时间最长的“渐冻人”。今年6月21日,第八个世界“渐冻人”日大型全国义诊将在南京举行,据了解,目前南京市已把运动神经元病列入大病医保。

周林老人今年已经70岁了,如今只能坐在轮椅上接受采访,不过,豁达开朗的他,对死亡也不那么恐惧了。8年前,他因为肌肉萎缩,被诊断为“渐冻人”。由于诊断比较

早,周林老人可以用药物延缓病情发作。但不可避免的是,身体的肌肉仍然继续萎缩,“8年里,先是拄着拐杖走路,到后来,根本没有力气去拄拐了。”

渐冻人医学名称为肌萎缩侧索硬化,发病率为十万分之六,是一种致命的运动神经变性病,发病极快,有人两三个月后就失去了生命,有的人则能活到十年以上,但无论如何,生活质量肯定是逐年下降的。专家提醒,虽然目前没有根治的办法,但我们仍要努力给患者希望,帮助他们有尊严地活下去。

家长少给孩子买提神营养品

西班牙一项调查显示,5%至35%的学生考试期间会服用某种提神药品。但是专家警告说,一些精神兴奋剂类药品、保健品和饮料会使人体产生依赖性,甚至含有对人体有害的物质,有时会导致不良后果。

学生们在学期末常常因为考试和功课的压力而感到筋疲力尽,因此很多人就去药房寻找所谓的“神奇药品”,多种维生素片等保健产品的销售也随之成倍增长。实际上一些精神兴奋剂类药品、保健品和饮品含有对健康不利的

物质,会使人体产生依赖性。有些产品不但不能帮助学生提高学习效率,还会导致失眠、不安、心跳加速等不良后果,危害大的还会损害神经细胞,造成行为紊乱。

心理学教授费尔南多·米拉莱斯说,其实根本不存在什么“神奇药品”,那些提神营养品起到的效果都是提高人体在学习期间的紧张程度,而学生在焦虑状态下学习效率会降低30%。他说,良好的学习技巧、规律的作息时间和高度的自信才是有助于考试通过的最好办法。 新华社

我坠入了情网,也被他拉进了毒海



负气出走遇上他

我的父亲是一名普通工人,他吃苦耐劳,勤俭持家。不过,他性格懦弱,总是被我母亲拿捏得死死的。我母亲没有正式工作,喜欢跳舞,并结识了不少男人,经常夜不归宿,有时一出门就长个把月。父亲就是规劝不了她,经常借酒消愁。

那个时候,父亲经常鼓励我要好好学习。看到父亲一个人闷闷不乐,我特别难过。碰到浓妆艳抹的母亲跟别的男人在一起,我的自尊心更是受到了伤害。上课时,我注意力经常不能集中。1991年我参加中考,结果差几分,与梦想的中专卫校失之交臂了。我恨母亲水性杨花,我恨父亲懦弱、窝囊,我也恨自己太不争气。

我讨厌这个家,找一切机会想离开。有一次,一名并不太要好的女同学喊我出去玩,我

17岁那年,我坠入情网。他在别人眼里就是个“小混混”。可他仗义、多情,深深吸引了情窦初开的我。可后来,他把我拉进了毒海。如今,他丢了性命,我也醒悟过来,一个人在苦苦挣扎,试图挣脱毒海……

竟也一口答应了。当天,满腹委屈又极度空虚的我,在那名女同学的带领下,第一次进了舞厅,在这里我找到了寄托。

在舞厅里,我认识了他——罗鹏。他不帅气,但十分洒脱。看我一副怯生生的样子,他好几次呵斥其他男人不准欺负我。他甚至劝我,这种地方不适合我,叫我少来为好。

不过,我却向往起这个地方来。一来,酒精能麻醉人,二来,我能看到他。我们悄悄来往了。父亲强烈反对我们交往。他认为我年龄太小,另外,父亲认为他就是一个在舞厅打杂、不务正业的“小混混”。父亲越是反对,我越是坚持。我甚至顶撞起了父亲,讽刺他水性杨花,我恨父亲懦弱、窝囊,我也恨自己太不争气。

我讨厌这个家,找一切机会想离开。有一次,一名并不太要好的女同学喊我出去玩,我

他是一个“瘾君子”

罗鹏比我大7岁,父母在他很小的时候就离婚了,他被判给了母亲。不过,他的母亲在外地工作,他由外婆一手拉扯大。从小罗鹏成绩就不好,小学没毕业,他就辍学了。此后,他整天与一群大孩子混在一起,成了个名副其实的“小混混”。

1990年,他经一个朋友介绍,到一家舞厅上班。其间,这个朋友让他吸毒。第一次罗鹏没有尝,第二次罗鹏也没有试,但第三次他禁不住诱惑,吸起了朋友“免费”提供的毒品。在我认识罗鹏的时候,他已经吸毒成瘾了。

交往期间,我发现他很仗义,好几次朋友找他帮忙打架,他眉头也没皱一下就答应了。我很担心,却却很欣赏他的“侠骨丹心”。他对我也照顾有加。他坚决反对我在舞厅上班,他说他一个人工作,能养活我。那个时候,我在他身边很有安全感。

我没见过他毒瘾发作的狼狽样,我只看到他吸毒时,一脸享受。他告诉我,那种感觉很奇妙,他劝我也试一试。我以为随便吸几口,凭我的意志力肯定能控制不上瘾。然而,我高估了我的定力,抽

了两次后,我就上瘾了。

那个时候,罗鹏“以贩养吸”,收入很高。不过,吸毒消耗也很大。我清楚记得,我们俩最多的时候,4个月花掉了8万元积蓄。自从沾上毒瘾,我从爱他已转化成深深依附于他。

吸毒时生下他的孩子

1994年的一天,我呕吐得厉害,一开始以为是吸毒引起身体不适,后来才知道怀孕了。开始,我有过一丝欣喜。不过,怀孕中途,我曾一度后悔,因为怀孕期间我仍然吸毒。我用过很多方法,试图戒毒,但最终功亏一篑。担心胎儿生出来畸形,在怀孕6个多月时,我想把孩子打掉。医生强烈反对,说很危险。于是,我就买了一个呼啦圈回来转。我累得够呛,结果孩子还是没有流掉。如今回想起来,大概是上天的意思吧!留下这个孩子,是替罗家留了一条根。

在我生产期间,罗鹏尽心尽力照顾我。我们有100元钱时,他会买点营养品给我吃,剩下的再去买毒品。说实话,在那种情况下,他还能记得给我买营养品,我已经很感谢他了。

儿子出生不久,罗鹏因为吸毒被抓,送进了劳教所。我猜测是父亲举报的,一心就想逃。有一天,我趁父亲带儿子

去打预防针时,偷走了奶奶留下的一个金戒指,当了点钱,自己走人了。

同年,一个朋友介绍我去广东一个酒店上班,月收入有2000元。有钱就意味着能买毒品了,我管不了太多,去了。

坐台时被“解救”

没想到,这趟广州之行,竟是我走向另一个深渊的开始。到了广州之后,我才知道,所谓的服务员,其实是做“三陪”。起初我很不情愿,但一个人又走不了……

半年后,我认识了一个老板,他提出要“包”我,还专门为我租了一套房子,每个月给我1万元。我一边当“二奶”,一边吸毒。我是背着那个老板偷偷吸的。不过,他后来还是知道我吸毒的事了。最终,他给了我5000元钱,把我打发走了。

我只得继续“坐台”。有一天,罗鹏找到了我。他不介意我的堕落。相反,他很内疚,他说如果不是他把我拉进毒海,我将是另一番人生。他答应好好照顾我。他还想狠捞一笔,然后“金盆洗手”。我们幻想过,有了一大笔钱之后,我们一起戒毒,与儿子团圆……

但罗鹏的毒瘾越来越大,注射毒品的量越来越大。有一次,量注射多了,他再也

没有醒来。

他的死给我很大震撼

罗鹏的死,给我触动很大。罗鹏死了之后,我回到了南京,回到了父亲身边。父亲把我送到了戒毒所强行戒毒半年。回来之后,他又把我关在家中,还把电话停掉了,掐断了我与外界的一切来往。我也无力再折腾了。如今,我天天在家看电视,偶尔翻翻他的照片,等待儿子放学回来。

年迈的父亲把我的儿子培养得很优秀。儿子学习成绩很棒,父亲还格外注重我儿子的德行,经常教他积德行善。四川大地震,他也带我儿子去红十字会捐款。我真的非常感激我的父亲。我发现他其实如此坚强。我也感谢罗鹏,他虽然走了,却留给了我一个优秀的儿子,一个精神支柱。(文中人物皆为化名)

快报记者 钟晓敏

征集“南京人的情感故事”

如果你有难以忘怀的情感经历,又无从诉说,我们将聆听你的倾诉。热线:025-84783552(周一至周五下午两点以后)论坛:www.js.cn·论坛·都市杂谈·都市情感

向阳渔港诚邀本地合作者、酒店房产转让

浙江向阳渔港投资有限公司以其中国驰名商标、中国餐饮百强领袖品牌的雄厚实力,融会四海精华,传承美食文化,致力于连锁专业餐饮酒店的经营与发展。集团总部规划于2010年完成上市申报,按照投资发展战略调整计划,拟整体出售旗下坐落于江苏省姜堰市金湖湾富城汇A区之酒店商业房产。该酒店地处姜堰市临街繁华地段,总建筑面积逾3000平方米,装饰豪华,配套设施齐全,营运状况良好,三年来持续盈利,在泰州地区拥有较高的品牌美誉度、影响力与众多的客户群体。

亦欢迎有投资实力的本地企业(个人)前来洽谈酒店合作经营或加盟事宜。

联系地址:姜堰市人民中路100号黄河大酒店802房 联系人:刘先生 万先生 联系电话:0523-88298888-802 15062996227