

强能量饮料可能致少年死亡

◆ 张家庆

今年10月美国加州最高法院接到一起诉讼,一个14岁少女在两天内喝了两听24英哂的美国怪物能量饮料公司的能量饮料,第二天喝完几小时内心跳停止,送医院抢救6天后死亡,因此控告该公司。美国食品药品监督管理局(FDA)已接到包括此例在内的5例死亡及一例未死的心肌梗塞报告,正在研究包括咖啡因在内的各种成分的影响。

该公司声称他们的饮料是安全的,是符合FDA要求的,因此认为是无责的。其实这饮料中除了咖啡因以外还含有牛磺酸及瓜拉那(一种也含咖啡因的植物)等兴奋剂。

因为能量饮料在美国是属于营养补充剂(相当于我国保健品),不是一般食品,所以不受FDA规定的软饮料(如可乐)每12英哂含咖啡因不超过71mg的规定。

去年美国防止药物滥用机构发表报告,认为有关能量饮料在内的急诊病例增加了10倍,其中70%的病例是12-17岁,主要是因为能量饮料而急诊,并不是因为药物或饮酒。

美国有个饮料协会,但该公司并未参加。该协会要求会员自觉地遵守下列指南:①标签上注明咖啡因总含量;②不主张能量饮料与酒混合,也不能说能量饮料能对抗酒的作用;③标签最好注明不推荐给儿童、孕妇、哺乳妇女及对咖啡因过敏者饮用;④能量饮料不能作为运动饮料;⑤小学、中学及大学中不能出售能量饮料;⑥能量饮料不能卖给儿童。



但该诉讼中注意到该公司未在饮料标签中注明咖啡因含量。实际测得每24英哂含咖啡因240mg,超过少年及儿童每天不超过100mg的要求,对成人每天才要求不超过400mg。

自此诉讼发生后,FDA又证实另一家“5小时能量”饮料公司的产品与13例死亡及33例住院有关,正在调查中。该公司也声称照他们饮料的标签服用是安全的。FDA认为如感到疲劳,首先应该休息及睡眠,而不是靠任何饮料。

美国有一大学研究员去年调查了能量饮料对儿童及青少年的影响,论文发表在美国《儿科学》杂志上。他认为能量饮料并无治疗作用,而且对儿童可能导致严重不良反应,包括心律不齐、对有心脏病而未发现的儿童发生危险,甚至猝死。

美国有一本《消费者报告》杂志,最近测定了市场27种能量饮料中咖啡因的含量。其中有11种未标示咖啡因含量,已标明者有16种,但其中5种实际测定量超过标示量20%,有一种超过约近70%。含量最高者在5小时饮用量中含242mg,上述怪物能量公司产品8英哂中含92mg。他们认为对健康成人咖啡因的安全量是400mg,孕妇为200mg,儿童根据体重大小应在45-85mg。

我国在一般饮料中很少注意到成分,极少有人注意到咖啡因含量。我国也有能量饮料,因此有必要呼吁,注意各种软饮料中咖啡因含量!儿童不宜饮用能量饮料!

铁皮石斛又名铁皮枫斗,味淡微咸,生津而不寒凉,有生津补脾益胃、养阴清热除烦、补五脏之虚劳羸瘦、强阴益精等功能。可治口干烦渴,病后虚热或阴虚眼目不明,老年人体虚津液不足等。

铁皮石斛具有独特的药用价值。《神农本草经》记载铁皮石斛“主伤中、除痹、下气、补五脏虚劳羸瘦、强阴、久服厚肠胃”;《本草纲目》认为铁皮石斛具有“强阴益精,厚肠胃,补内绝不足,平胃气,长肌肉,益智除惊,轻身延年”的作用。

很早以前,民间百姓就懂得石斛的药用价值。如在我国南方地区,山民们上山砍柴割草,手筋割断,用鲜的石斛捣烂敷三四天,一星期后皮肉和筋都能长出来,伤口愈合。家里若有人高烧不退,剪下一小枝新鲜石斛,用开水泡后喝下会好。

石斛(铁皮石斛)临床上常用于证属气阴两虚的心血管系统、消化系统等疾病和亚健康人群;冬令进补时如在膏方中辨证加入适量铁皮石斛,可使膏滋药补而不膩,生津而不寒,补得其所。



甘蔗生津止渴、润喉去燥,适合寒冷干燥的冬季。

甘蔗铁的含量高,有“补血果”美称。生饮甘蔗汁能清热、助消化,口干舌燥、反胃呕吐、消化不良和发烧皆可饮用。甘蔗汁加热后饮用,能益脾胃。若是把甘蔗烤一烤再吃,不但更甜,而且润喉效果好。咀嚼甘蔗能提高牙齿的自洁和抗

寒冷干燥食甘蔗

◆ 区君

颞能力,并锻炼面部肌肉。有口臭或口腔炎者,含漱甘蔗汁后吞下,有助于清除异味、缓解疼痛。

甘蔗外皮颜色不同,食疗功效也有差别。皮色青黄的甘蔗,有清热之效,解肺热、肠胃热,但脾胃虚寒、胃腹寒疼者不宜食用。皮色深紫近黑的甘蔗,性质温和滋补,既能充饥、止咳、健胃,还能补充体力,但喉痛热盛者不宜吃。此外,甘蔗糖分高,糖尿病患者、代谢异常及血脂高者,要谨慎食用。

起床血压过高危险大!

绝大多数心脑血管急症: 中风、脑梗、心梗、不稳定型心绞痛、猝死等都发生在清晨。

“血压晨峰”(早上醒来时血压测量值高,自感头晕、头胀或头痛感、耳鸣、乏力、恶心等)与寒冷所致的血管收缩,血压自然上升现象迭加,会使高血压者心脑血管病发作的风险急剧增大!

一夜睡眠后,降压药物血药浓度逐渐降低、消失,血压逐步攀升,导致“血压晨峰”。对此,高血压患者可借助有持续降血压、平稳血压特征的非药物物理降压疗法来应对。

中医认为:高血压的病因是——人体

金牌降压表

适用于: I 期高血压的治疗
II 期高血压的辅助治疗
同时备有男款和女款!



金牌降压表借鉴运用经穴磁场疗法,将特殊稀土磁材作为刺激源,利用两个异性磁极同时对置于“内关”和“外关”穴位上,以磁场联络二经,通过磁场对神经系统的作用,达到调节神经机能、增强大脑皮层抑制过程,进而达到调节皮层下血管运动中枢神经的机能、解除周围小动脉痉挛、使小动脉血管扩张,减低小动脉血管的张力,使血压降低,使症状改善与消除。

★ 持续使用,持续降压稳压;
24小时佩戴,24小时降压、稳压。

使用指导

使用后血压下降过快怎么办?

金牌降压表经国家主管部门严格审批,在血压下降至正常范围后,即使持续使用,也不会使血压持续下降。建议个别对磁能敏感者,如感觉降压速度过快,可适当减少佩戴时间。

降压表能否整晚使用?

睡眠期间佩戴,可帮助保持血压持续平稳,避免天气寒冷血压上升和血压晨峰迭加可能诱发的危险。

降压表使用几天仍无效怎么办?

这种情况并非真正无效!磁能敏感度有个体差异,使用方法正确,每天10小时,连续用60-90天,方可见分晓。

用金牌降压表后能否停用常规降压药?

建议参考使用后的血压测量值,在医生指导下逐步调整用药量。

★使用植入式心脏起搏器者禁用本品!

相关资料来自科学技术文献出版社2010年版《磁与磁疗》(ISBN: 9787502366001)

中科灵芝2012年岁末酬宾大优惠!

喜讯 本月优惠期间中科创新牌灵芝孢子油同步进行双优回馈活动,最低可至6折!

中科灵芝孢子油 🏆 (40粒装/瓶)	中科AT 🏆 (100粒装/瓶)	中科灵芝孢子粉 🏆 (100粒装/瓶)																
 发明专利号: ZL 99 1 23952.0	 发明专利号: ZL 03 1 12703.7	 发明专利号: ZL 03 1 12703.7																
<table><tr><td>购买</td><td>赠送</td></tr><tr><td>8瓶</td><td>3瓶</td></tr><tr><td>16瓶</td><td>7瓶</td></tr><tr><td>24瓶</td><td>12瓶</td></tr></table>	购买	赠送	8瓶	3瓶	16瓶	7瓶	24瓶	12瓶	+	<table><tr><td>购买</td><td>赠送</td></tr><tr><td>5瓶</td><td>1瓶</td></tr><tr><td>13瓶</td><td>5瓶</td></tr><tr><td>24瓶</td><td>12瓶</td></tr></table>	购买	赠送	5瓶	1瓶	13瓶	5瓶	24瓶	12瓶
购买	赠送																	
8瓶	3瓶																	
16瓶	7瓶																	
24瓶	12瓶																	
购买	赠送																	
5瓶	1瓶																	
13瓶	5瓶																	
24瓶	12瓶																	
最低可至6折! 组合发明专利号: ZL 2004 1 0014120.3		最低可至5折!																

满万元送超值大奖!

在活动详情请见店内海报

在2012年12月1日—31日期间凡购买中科产品满万元者,还将获得“万元礼包•健康之旅”,尊享中科2013豪华畅游活动!购买多多,惊喜连连!

订购热线:021-34010789/64311848/64312606

中科(上海)专卖地址:肇嘉浜路526号(近岳阳路路口)

更多产品及优惠信息可查阅中科(上海)健康网: www.zhongke.sh.cn

卫食健字(2000)第0642号 苏食健广审(文)第2012040051号 卫食健字(2000)第0434号 卫食健字(1999)第133号

适宜人群:免疫力低下者、有化学肝损伤者 不适宜人群:少年儿童 本品不能代替药物