

三无小店打“农科院”幌子 野生灵芝吹“千年”神效 “灵芝一条街”产品猫腻多



本报记者 马亚宁

秋高气爽时，多数人只识瓜果飘香，不知我国传统医药中最负盛名的“灵芝仙草”也进入一年一度的丰收季。日前，记者走访常年热销的灵芝市场后发现，沪上灵芝消费误解真不少。多数消费者不知“千年仙草”也有“保质期”，许多商家借着市民心中的“灵芝崇拜”，浑水摸鱼炮制出不少灵芝消费的误区。

误区一 街上九成商家名不副实

上海有条“灵芝街”，就在农科院东或西。常买灵芝的市民，多半熟悉这句话。日前，市食药监局联合工商部门突击检查沪上灵芝一条街，结果发现除两家商店名副其实外，其他20多家灵芝商户都与上海市农科院无关。不过，即使远离农科院周边，农科院的“金招牌”也在沪上各大医院的门口常常可见，细究一番，基本都与真正的农科院研制成果“绝缘”。

“我们的灵芝是农科院研制的。”昨天，记者来到北翟路2901号上海农科院马路对面的“灵芝街”，走进每一家店面几乎都能听到这样的主动“代言”。“种子是农科院的，产地是农科院在山区的研发基地。”在农科院斜对面的一家小店，营业员“一五一十”地介绍着自家产品。记者几次询问小店与农科院的关系，店员再三强调种子和生产基地的“农科院血统”。

市农科院高级农艺师严培兰告

诉记者，目前我国食用菌系列没有品种专利，小店只要有经营许可证就可以销售。市农科院曾向周边的每家店发声明，要求他们不得直接挂农科院的牌子。但是，对于商家口头上冒农科院之名，在地址、研发等方面扯上农科院混淆视听，却没有太多办法。

据一位业内人士透露，每逢突击检查，院门口的“冒牌小店”会将农科院招牌乖乖取下来。顾客若上门，就从柜台下面悄悄拿出所谓的农科院灵芝，产品地址印着“农科院对面”或“农科院东侧”等含糊字眼。待“风声”过去，小店招牌又会粉刷一新，“农科院”招牌重新立上头。整条街几十家经营灵芝等菌类产品的店铺里，有些产品包装上不仅没有产品商标、卫生许可等信息，有些甚至连产地、厂家都没有。其实，许多产品包装是商家找小作坊印制的，货是从基地种植户那里直接收来。

误区二 “千年灵芝”只是美丽传说

在人们印象中，野生灵芝非常罕见，十分宝贵，即使野生灵芝定价昂贵，消费者也愿意购买。然而，“没有证据表明，野生灵芝的药效比人工栽培的灵芝好。”灵芝培育专家，市农科院研究员龚胜萍解释说。

我国已发现70余种野生灵芝属真菌，且其中大部分未经过药效和毒性研究，目前药用价值较高的主要是赤芝。

自然界中，许多多孔菌也混杂在野生灵芝中，难以辨识，误食对身体是有害的，不宜随便服用。

而且，野生灵芝与许多农作物一样，也是周年生长——初春萌芽，夏季成熟，秋季收获，冬天凋敝。只是灵芝凋敝不是植株败落，伞状的灵芝盖和根变硬木质化，除非被虫蛀或霉菌污染，否则将常年累月矗

立着。实际上，其内部的营养价值与初生第一年比，已经大打折扣。“所以，灵芝不是越老越好。所谓的千年灵芝只是个美丽传说，并没有神奇功效。而且，灵芝越老木质成分越多，有效成分越少。目前市场销售的野生灵芝，很多是多年前早已木质化的，过了最佳营养期，普通市民难分优劣。”

有些灵芝产品标榜是用野生灵芝制成的“纯天然产品”。龚胜萍指出，药品或保健食品均要求安全、有效、质量可控，并要从源头上控制质量，即控制用于生产的灵芝子实体质量。厂家收购的野生灵芝子实体，来源各异，种类繁多，又不能逐一鉴定，用作生产原料，很难保证其来源、种类和质量的一致性，生产出的药品或保健品的质量也很难保证。



人工栽培是目前市场热销灵芝制品的主要来源

图 CFP

误区三

或许是“良药苦口利于病”深入人心，或许是商家故意宣传，很多消费者深信灵芝孢子粉越苦越好，苦的灵芝孢子粉才有疗效。“事实是灵芝精华——孢子粉一点都不苦，反而有股淡淡的香气。”

灵芝又名木灵芝，切片是类似于木头的药材，除了“幼儿期”柔软易食外，成熟后就坚硬如木，直接买回家蒸煮煎熬，很难充分获取其营养成分。需要通过不同工艺的深加工，制取出易于人体吸收的各类营养产品。

从事灵芝研究近20年的严培兰告诉记者，市场上比较主流的灵芝产品主要包括灵芝破壁孢子粉、灵芝提取物、灵芝孢子油和灵芝全草打磨粉碎后的超细粉。“显微镜下放大2000倍观察，灵芝孢子粉

【相关链接】

目前，人工栽培灵芝主要有三种形式。一是代料灵芝，将灵芝菌丝栽培在装满棉籽壳、玉米芯、木屑等材料的种植袋中；二是将菌种撒播在小枝条填充杂木屑的腐殖质中；三是以优质的椴木栽培，灵芝子实体与孢子粉的有效成分来自天然木质，通过菌丝分解转化而成。三种栽培方式培育的灵芝与孢子粉，以椴木灵芝孢子粉质量最

灵芝孢子粉不是越苦越好

有层厚厚的细胞壁，就像每一粒瓜子都被硬硬的果壳包住一样。如果不剥开，里面的营养物质很难溢出被人体吸收。纯的破壁孢子粉，入口绵糯没有一点苦味，相反还有股特殊的食用菌香气。”

某些灵芝商家打出“苦招牌”，那是在灵芝破壁孢子粉里掺杂了灵芝提取物或者灵芝全草打磨的超细粉。经现代科学分析，灵芝苦味来源于灵芝酸，主要分布在灵芝子实体和根部中，孢子粉中几乎没有。“灵芝全身都是宝，但如果孢子粉中加入灵芝其他成分，商家应该明确标识，让消费者各取所需。因为，单纯身体保健，吃灵芝破壁孢子粉即可；若要辅助化疗治疗，还需在服用孢子粉基础上，再加点灵芝提取物。”龚

胜萍说，由于加工工艺不同，掺杂了其他成分的灵芝孢子粉，售价应该较纯破壁孢子粉低一些。购买灵芝破壁孢子粉时，破壁率是一个因素，此外还要关注灵芝原料的品种、产地和栽培方式。

她建议，有关部门在不断打击假冒伪劣灵芝产品的同时，应该积极规范灵芝产品的市场价格。“基于目前生产栽培和加工技术来计算，每克灵芝破壁孢子粉的价格在3元到10元是比较合理。低于每克1元钱的灵芝孢子粉，很可能掺杂了‘树舌’、‘食用黑灵芝’等模样像灵芝、营养功效几乎为零的灵芝属食用菌；而每克价格高达二三十元的灵芝破壁孢子粉，则是商家迎合消费者名贵灵芝越贵越好的迷信心结，实则物无所值。”

人工栽培有三种 一看二闻三品尝

好，主要产地分布在我国浙江和福建等地。经实验室检测，椴木灵芝内含的灵芝多糖、三萜类化合物、有机砷、有机锗等营养成分，都大大高于其他原料栽培的灵芝孢子粉。

市农科院专家建议消费者购买灵芝孢子粉时，一看颜色，上乘的破壁孢子粉颜色如咖啡粉，松爽不结块；二闻气味，有股特殊的菌香，没有霉味异味；三入口尝，入口如

糯米粉，绵密细致。

购买灵芝产品时，要注意：

■ 看品牌是否过硬、是否经过市场的严格检验

■ 看研发机构是否权威，生产是否真正达到GMP标准

■ 看灵芝的产地环境和土质是否完全无污染

■ 看生产(研发)技术是否采用完全纯物理性质的高科技

今日天气 9月9日 周一
上海
24~31℃
昨天最高温度 28.7℃
多云
东南风3-4级

空气质量指数
AQI 38/优
PM2.5 31.6微克/立方米
(上海环境热线截至上午10时)

周二	周三	周四	周五	周六	周日
多云,午后局部有阵雨或雷雨	多云,午后局部有阵雨或雷雨	多云	多云转阴有阵雨	阴有阵雨转阴	多云
25-33℃	25-32℃	25-32℃	26-33℃	24-30℃	23-28℃

日照指数 3级/强 (加强防护)

感冒指数 1级 (不易感冒)

晾晒指数 上午2级(适宜) 下午3级(不太适宜)

空气湿度 今夜 85% 明日 50%

上海明日区县温度预报

徐汇区 25-33℃	奉贤区 23-32℃
闵行区 25-34℃	松江区 25-34℃
嘉定区 25-33℃	金山区 24-30℃
宝山区 25-33℃	青浦区 23-33℃
浦东新区 24-33℃	崇明县 23-32℃

(本栏气象信息由上海中心气象台今日上午8:00提供)

长三角城市

南京 小雨	23/29℃
扬州 阴天转小雨	22/28℃
泰州 阵雨	22/27℃
镇江 多云转小雨	22/29℃
南通 阵雨转小雨	23/28℃
常州 多云转小雨	24/29℃
无锡 多云转小雨	23/31℃
苏州 多云	24/32℃
湖州 多云转阴天	21/30℃
嘉兴 多云	24/33℃
绍兴 多云	25/35℃
杭州 多云转阵雨	24/34℃
舟山 多云	23/31℃
宁波 多云转晴天	23/33℃
台州 多云	23/31℃
温州 多云	24/32℃

世界部分城市

伦敦 多云	8/15℃
巴黎 小雨转多云	8/20℃
法兰克福 多云转小雨	11/16℃
罗马 多云转阵雨	19/24℃
雅典 晴天	20/30℃
莫斯科 多云	10/17℃
卡拉奇 多云转阵雨	26/31℃
东京 阴天	22/27℃
曼谷 雷阵雨	26/34℃
新加坡 阴天转小雨	25/29℃
河内 多云	25/32℃
开罗 晴天转多云	23/31℃
旧金山 晴天转多云	17/25℃
纽约 多云转阴天	14/26℃
悉尼 多云	17/28℃
首尔 多云	20/27℃