

相关链接

“校园聪明选零食”

就在医学会年会结束几天后,美国农业部于6月27日发布一项规定,严格限定中小学校园内所售零食和饮料中的糖、盐、脂肪等含量,力争将垃圾食品拒之门外。

这项新计划名为“校园聪明选零食”,其内容文本长达232页,鼓励学校提供更多谷物、低脂肪制品、水果、蔬菜、精益蛋白质等健康食品,少提供糖、盐、脂肪含量较高的食品。

按照规定,食品中饱和脂肪所提供的热量须小于食品整体提供热量的10%;食品中不得含有反式脂肪;食品中糖分含量不得高于35%;在零食和正餐的配菜类食品中,每样食品钠含量不得高于230毫克,而且自2016年7月1日起,这项标准要进一步降低到200毫克;正餐中主菜类食品的钠含量不得高于480毫克;每样零食和配菜类食品提供的热量不得高于200卡路里,每样主菜提供的热量不得高于350卡路里。此外,在小学和初中阶段,零食和饮料中不得含有咖啡因。

美国“第一夫人”米歇尔·奥巴马发表声明祝贺。她说,众多家长每天都努力为孩子提供健康、均衡的正餐和零食,但不幸的是,一旦孩子们走出家门,家长就不能有效监控。身为一个母亲,她很高兴学校终于能为孩子们提供更健康的选择。

三分之一美国人一夜之间成病人 肥胖列为疾病 在美引发争议

美国最大医生组织美国医学会在6月下旬的年会上宣布,正式将肥胖列为疾病。一夜之间,三分之一美国人都成了病人。这一决定引起社会和媒体一片哗然:肥胖真的应该是一种病吗?这么做对肥胖者会带来什么影响?

寄望肥胖受到重视

在芝加哥召开的这次年会上,全美最权威的医生和医学专家投票表决,同意把肥胖划入疾病之列。顷刻间,美国超过7800万成人、1200万儿童成了病人。

医学会主席阿迪斯·霍芬说,此举意在增强对肥胖治疗和预防的关注,同时帮助医学界更好应对越来越多、越来越复杂的由肥胖引起的其他健康问题。

她指出,由于过去肥胖不算病,医院等医疗机构没有配备相关设施,医生难以尽早帮助肥胖者预防和治疗与肥胖相关的病症。而一旦肥胖变成“肥胖症”,将有助于改变这种局面,鼓励整个医疗系统更重视肥胖患者。

那么,究竟哪些人算“肥胖症”患者呢?

身高体重指数(BMI)是当前被广泛用于评估人体胖瘦程度的指标,计算方法为体重(公斤)除以身高(米)的平方。通常认为,这一指数在18.5至25之间为正常,低于18.5为偏瘦,25至30之间为超重,达到或超过30则为肥胖。



店铺前的胖人

图3

按照这一指标,美国约三分之一人口的BMI指数达到或超过30,为肥胖人群,其中不少人患有与肥胖相关的Ⅱ型糖尿病、关节炎、心脏病及其他慢性病。

BMI标准存在缺陷

美国医学会的决定一经宣布,立即引起广泛热议,其中多为反对和不理解的声音。

《大西洋》月刊医学记者、印第安纳大学医学教授理查德·冈德曼撰写并发表评论文章《肥胖真的是一种病吗?》。他指出,首先,BMI标准存在缺陷,因为它不区分肌肉和脂肪,会导致那些体格健壮、肌肉发达的人,如运动员,BMI指数偏高,成为虚假的肥胖者;而那些个子矮小、脂肪偏多的人却往往BMI指数偏低,尽管他们的身体其实并不健康。

其次,冈德曼认为,肥胖不是病,“确切说来,它只是一种会诱发疾病的风险因素。”对许多人而言,多长几磅肉对身体无碍。

冈德曼指出,美国医学会的决定欠缺慎重思考,最终可能适得其反,就像丹麦政府设立“脂肪税”以失败告终。

丹麦政府2011年10月引入脂肪税,以期敦促民众减少脂肪摄入量。征税对象为所有含饱和脂肪的产品,包括黄油、牛奶、比萨饼、油类和肉类。税率为每千克饱和脂肪16丹麦克朗(约合2.87美元)。这一举措推升物价,危及丹麦人的就业,更迫使不少丹麦人出国购买相关商品。

丹麦政府2012年11月宣布取消设立仅一年的脂肪税,承认这一税收项目代价不小却没有能够改变丹麦人饮食习惯。

胖人担心遭受歧视

美国的肥胖人群也不太欢迎美国医学会的决定。他们在社交网站“推特”上一个名为“我不是病人”的主题标签下表达不满,导致这一主题关注人数飙升,成为网络热点。

健康书籍作家兼网站编辑莱斯莉·金泽尔说:“许多人对这个消息高兴不起来。”首先,胖人们担心这会给今后就医带来不必要的麻烦。“比如,一个肥胖者因为脚踝扭伤或伤风感冒去看医生,但医生先入为主认为这些病恙都与肥胖有关,因此只管让病人减肥,反倒忽视了对扭伤和伤风的治疗。”她说。

其次,耶鲁大学拉德肥胖和食物政策中心的代理主管马琳·施瓦茨认为,把肥胖列为疾病有助于肥胖者获得必要的医疗干预,但这样的分类方式过于简单,等于给肥胖人群打上明晃晃的标签,可能给他们带来更深的偏见甚至歧视。

医学会说,希望针对肥胖的新界定能鼓励更多投资和研究,以便开发出包括药物治疗在内的更多治疗途径。

但在一些医学专家看来,靠药物治疗肥胖并不可行,其潜在危害令人担忧。“把肥胖界定为病,将不可避免加剧患者对减肥药、抽脂手术等的依赖。但实际上,最佳的改善方式是多运动、少贪嘴。”耶鲁大学防治研究中心主任戴维·卡茨说。

张代蕾

新民晚报《家装之窗》· 品味装潢 联袂推荐

装潢请认准: 五大标杆

集结行业 20 领先品牌优势力量 年杰出服务经验

FIVE BENCHMARK
五大标杆
品牌联盟·榜样力量



扫一扫,了解更多

市场重整,筛选过滤。装修,可以做决定了!

聚通装潢
JUTONG DECORATION

咨询热线: 400-888-1893
官方网站: www.jt111.com

百姓装潢
BAIXIAN DECORATION

咨询热线: 800-6200-425
官方网站: www.shbx.com.cn

荣欣装潢
RONGXIN DECORATION

咨询热线: 021-62463319
官方网站: www.sh-rongxin.com

统帅装饰
TONGSHUI DECORATION

咨询热线: 400-820-1103
官方网站: www.tszh.net

申远空间设计
SHENYUAN SPACE DESIGN

咨询热线: 021-65030166
官方网站: www.sy-021.com