

“美白针”果真能美白?

专家:安全风险大,应尊重天然肤色

进入夏天,很多爱美人士担心白皙的皮肤被晒黑,甚至不惜代价想变得更白,为迎合这种心理,有商家推出所谓的“美白针”,宣称只需简单注射,就能让皮肤轻松美白。到网上查一查您会发现,并非注射一针就能变白,也有可能白美了。事实究竟如何?欧美市场如何对待这类商品?

不久前,法国监管部门宣布,将严禁任何用于皮肤美白或改善皮肤光泽的注射产品,因为其成分及使用方式可能给消费者带来很大的健康风险。

发布上述禁令的法国国家药品与健康产品安全局解释说,“美白针”类产品都是通过注射使用,这种使用方式决定这类产品应按规定被列为药品。在法国,所有药品上市前都必须获得药品监管部门审批,然而各类“美白针”并未在法国获批上市,也缺少规范的质量和效用风

险评估。

法国巴黎圣路易医院皮肤科专家安托万·珀蒂博士表示,出现在市场上的这些“美白针”本身就是一种违法存在,大多数国家都没有批准此类产品作为药品上市。珀蒂指出,在法国,确实存在用于治疗“病理性色素沉着”的药品获批上市,但全部是涂抹于局部皮肤的外用药,并非用于口服或注射。

禁令涉及的美白注射产品所标注的主要成分里通常含有谷胱甘肽和维生素C等。珀蒂说,有科学分析证明此类成分对于美白皮肤并不十分有效,而因为注射操作不规范感染艾滋病、肝炎等各类传染病的风险则确实存在。据法国中毒防治中心统计,2015年,法国曾出现两例因使用美白注射产品产生不良反应的病例,其中一位患者出现恶心、头晕、心悸、腹部不适等一系

列症状。

美国食品和药物管理局也曾发出警告,指出“美白针”类产品具有潜在不安全性而且无效,药管局从未批准任何皮肤美白或肤色增白的注射药品。

皮肤科专家珀蒂指出,从医学角度来看,雪白的肌肤并不等同于完美肌肤。“皮肤的健康包括其天然的色泽,任何试图改变天然肤色的尝试都会让皮肤冒风险。人类的肤色深浅本来就有差异,我们应该尊重天然肤色。”

谈到有助于皮肤白皙的安全易行方法时,珀蒂认为,还是避免长时间在阳光下暴晒最重要。皮肤常常暴露在阳光下不仅会晒黑,还会加速皮肤老化,产生皱纹。不过,皮肤接触阳光太少也会有健康问题,可能导致需要补充维生素D。

张雪飞 郭爽

为安全用心行动·知识篇



主办:湖南省紧急救援协会 用心教育
湖南省民办教育协会 科教新报

雷雨季节多份小心

读者来信:花垣县家长刘萍来信,最近一段时间,我们这里常下大雨,就在5月2日,大雨伴随着电闪雷鸣,路上的一些大树都被大风刮倒了。当时我家孩子在朋友家玩,我们好担心他出什么意外。雷雨天出行,我们需要提醒孩子于什么?

专家支招:周海冬(湖南省中小学生学习安全教育工作部副部长、国家紧急救助考

评员) 天气预报显示,5月份湖南还将保持降雨持续偏多的态势。暴雨季可能引发洪水、泥石流、滑坡、雷暴等自然灾害,平时大家一定要关注天气预报,提高警惕,同时,掌握必要的逃生自救常识。

在暴雨频发的季节,家长和学校一定要做好充分的准备。在水灾到来之前提前撤离洪水可能到达的地方,尽可能带足食品、药品、手电筒、防雨用具等和孩子转移到较安全的地方。

遇到闪电、雷鸣时要躲到屋内并关好门窗。少看电视、少打电话。不宜使用水龙头,雷雨天尽量少洗澡,别使用太阳能热水器。不要接触天线、水管、铁丝网、金属门窗、建筑物外墙,远离电线等带电设备或其他类金属装置。减少使用电话和手机,在户外不要使用手机。

如果你身处旷野,无法躲进有防雷设施的建筑物,记得远离树木和桅杆。在空旷的场地不要打伞,不要把锄头、铁锹、羽毛球拍等扛在肩上。遇到暴雨,不要在大树底下避雨,更不要在水边或洼地停留,最好迅速到附近适宜的房舍避雨,不要拿着金属物品等导体在雷雨中停留。

同学们暴雨天气上下学如果经过小河或沟、桥,不要擅自涉险,不要独自或结伴去查看洪水情况。汛期,雨水天气增多,降雨量大,河道、水坑及池塘水位最易暴涨,水流湍急,千万不能靠近涉险。更不要靠近危险的房屋、墙体、山坡等,避免墙体倒塌、山体滑坡造成伤害。

如果洪水来势凶猛,来不及转移,应立即设法爬上屋顶或大树等就近的高处,暂时避难,等待救援人员的到来。不要接近或攀爬电线杆、高压线铁塔;不要爬到泥坯房房顶上;更不能独自游泳转移。如果现实条件不允许移动,应抓住桌椅、家具等可漂浮的物体;周围有人的话,要尽量和他们在

余娅/整理

教你一招

春季过敏怎么破③

季节性皮肤过敏不容小觑

夏春交替,很多人面部皮肤会出现发红、发痒或发热、发干等症状,人们通常把它称之为“面部季节性皮肤过敏”。

实际上季节性皮肤过敏不能一概而论,它包括了好几种不同的皮肤疾患。不同的皮肤疾患的发病原因、临床表现、治疗和预防方法都不一样,看中南大学湘雅医院皮肤科主任谢红付给您支招。

玫瑰痤疮是一种皮肤免疫功能紊乱而引起的面部血管功能紊乱以及毛囊炎症的常见皮肤病。通常表现为面部阵发性潮红,在温度升高、紫外线、情绪激动时发红加重,往往伴有皮肤灼热、干燥甚至瘙痒等自觉症状。并且可能出现小丘疹或脓疱,还有可能出现毛细血管扩张。应当尽量避免日晒及高温环境,忌酒及咖啡等扩张血管的饮品,可以口服抗过敏药物羟氯喹及抗炎药物多西环素。

面部脂溢性皮炎是发生在面部油脂丰富部位的慢性皮炎。表现为鼻梁两侧或眉弓、下颌出现红斑、脱屑,可能伴有轻度瘙痒。出现这种情况主要是保湿护肤,如果有明显瘙痒,可以短期外用激素药物如莫米松乳膏或地奈德乳膏1周左右,但不能连续数月使用,以免产生激素依赖性皮炎。

日光性皮炎是由于患者过敏体质对日光过敏而引起的一种皮肤过敏症状,它具有明显的日晒后症状加重的现象。外出时一定要使用防晒霜,同时戴太阳帽、打阳伞,最好尽量避免烈日下出行。

记者 刘芬

小儿口臭吃点山药

最近妈妈发现亮亮有点反常,情绪低落,变得不爱讲话了。原来,亮亮的几个好朋友说亮亮说话口太臭,都不爱跟他在一起玩了。亮亮的妈妈感到奇怪,才6岁的孩子怎么会有口臭?

口臭用中医的说法就是内有湿热,清热除湿之后症状就会缓解。口臭的小患者有一些共同的特点,首先就是胖,而且都特别喜欢吃油炸类的食品,洋快餐往往是他们的最爱,蔬菜却不怎么爱吃,常伴有便秘、大便干燥、便秘等症状。另外,孩子往往脾气比较急躁,好动、爱出汗、睡觉的时候也不安分。

对这类小患者的治疗主要从两方面入手。一方面要调整孩子的饮食习惯,少吃油炸类食物,尽量吃得清淡一些,多吃些蔬菜水果,平时多喝水。特别推荐的就是山药,多吃点山药对治疗小儿口臭有较好的效果,山药可以带皮蒸了吃,也可以做成乌鱼山药汤。此外,萝卜排骨汤、绿豆汤等也都可以作为食疗方。另一方面可在医生的指导下服用一些清胃热、化湿浊的药物,如黄连、山楂、茵陈、藿香等。

周正根

微科普

烤韭菜可治漆树过敏



漆树是比较常见的一种植物,属落叶乔木类,在我国很多省份都有种植。漆树含有强烈的漆酸,沾在皮肤上,容易引起人的皮肤过敏或中毒,又痛又痒,最好的治疗方法是将生韭菜在锅里烤熟,至快熟时取出,擦拭痒痒处。

刘小小

探索发现

蓝色风景最减压

长期压力过大会严重影响健康,降低生活质量。美国《赫芬顿邮报》报道,一项新研究发现,观看蔚蓝的天空等蓝色风景是有效解压的“秘密武器”之一。

英国苏塞克斯大学科学家完成的这项涉及1000名参与者的新研究发现,与置身其他颜色环境的参与者相比,置身淡蓝色环境的参与者完成测试的速度提高25%,反应速度也加快了12%,手眼协调能力以及回忆词汇能力都明显改善。科学家表示,蓝色具有镇静作用,有助于平静情绪、平稳呼吸和放松肌肉。新研究结果同时表明,

蓝色比其他颜色更有助于增强人们的自信心,减少紧张和焦虑,缓解身心压力,让人感觉更愉快。不仅如此,蓝色还能让人思维更加敏捷。

美国心理学家伊丽莎白·罗姆巴多博士也表示,新研究发现,蓝色平静情绪的效果立竿见影。为了更好地利用蓝色的这种独特的解压功效,她建议,在办公室或书房里挂一幅蓝色主题风景画,随时欣赏;冰箱门上贴一张蓝色画;用蓝色杯子或瓶子喝水;选择蓝色肥皂;经常抬头仰望蓝色天空等。

陈宗伦

聪明过日子

大部分人的花销都是直接从工资卡支取,用多少取多少,结余部分就放在工资卡里。这种做法让你丢掉了好几倍的利息和其他一些赚钱机会。下面教你玩转工资卡,唤醒工资卡里的钱为你打工。

约定转存利息多。工资卡里的闲钱只能得到0.36%的利息,如果开通“约定转存”业务,利息可要比活期利息高很多。可先设好活期存款账户的资金额度,比如设为2000元,当你工资卡里的资金超过2000元时,银行就会自动把多出来的钱转到你设

活用工资卡 多赚3倍息

定的定期存款账户里。这样,一部分资金可以享受定期存款最低1.71%的利息。

货币基金收益有保证。可把多余的资金购买货币基金,本金有保证,收益率在1%—2%之间,比0.36%的活期存款利息高3~5倍。赎回基金时,资金会在3个工作日内到账。

抵减房贷利息。如果你是房奴,可考虑银行推出的“存抵贷”产品。如果开通了此

提个醒儿

食用茄子有禁忌

茄子味甘性寒,老年人食用要适量,尤其是身体虚弱者及孕产妇不宜多食。

手术病人在术前一星期最好别吃茄子,专家提醒,茄子中的某类物质会拖延病人术后的苏醒时间,影响康复。

茄子“吃油”过多,烹调有诀窍。在烧茄子前,先将茄子在蒸锅内蒸一下,然后再烧;或者炒茄子时先不放油,用小火干炒一下,等到其中的水分被炒干,茄肉变软之后,再油炒。

张汉武

项业务,当工资卡里的闲钱超过一定金额时,就会自动转到“存抵贷”账户里,这部分资金就相当于提前还贷了,从而达到节省利息支出的目的。用工资卡办理这种业务,既方便又实惠。

变身缴费卡。不妨把工资卡与信用卡办理关联还款业务,这样就不用为还款操心。同时还可开通缴费业务,用于缴纳水电煤气费用,这样你每月就不用去银行排队缴费了,自己通过网银就能缴费,省时省力。

周宇宁