

大众卫生报

国内统一刊号CN43—0036 http://hunan.voc.com.cn 全国邮发代号41—26

服务读者 健康大众

全国文明单位



长沙生殖医学院

建院十八年 专业治不孕
已为 1.6 万个不孕不育
家庭送去了拥有孩子的欢乐

电话: 0731-88817088 88110666
院址: 长沙汽车西站枫林三路 179 号

春暖花开，正是市民踏青享受春光的大好时机。记者9日从湖南省人民医院了解到，因春游及户外运动而导致皮肤疾病及意外摔伤的患者增加不少。该院皮肤科和骨伤科医生温馨提醒——

户外活动防“皮肉受苦”

详见今日本报 03 版

一杯鲜豆浆 一半添加剂

食品专家：自制豆浆最靠谱

本报讯（记者 王璐）“花 48 元买 1 公斤豆浆精，能勾兑出 200 杯豆浆。”近期商家用豆浆精调制“鲜豆浆”的新闻引起市民普遍关注。4 月 9 日，记者从湖南省疾控中心了解，市面摊贩豆浆使用添加剂情况相当普遍，令豆浆营养成分大打折扣。专家建议市民花 20 分钟自制豆浆，这样更加营养安全。

记者在农贸市场及周边发现不少“现磨”豆浆小店，号称纯黄豆磨制而成。但在荷花池农贸市场一家豆腐作坊的店老板则明确表示，普通豆浆很难做出小店那种绵密口感，一般黄豆磨碎后都会沉入杯底，不可能如此粘稠。“那种豆浆里面肯定是加了‘东西’的。”

“这加的‘东西’很可能就是粘稠剂。”湖南省疾控中心主任医师吴传业告诉记者，目前市面上一般小店都会在豆浆中使用食品添加剂，“主要的添加剂有豆浆精、香兰素、粘稠剂等”。吴传业介绍，豆浆精能使商家用只极少的豆浆原汁就勾兑出成倍的豆浆，香兰素能增加豆浆色泽浓度，粘稠剂则能使豆浆变得浓郁香醇。吴传业表示，原则上说无论是现磨豆浆还是豆浆粉都不需要任何添加剂作为辅助材料，但是现在却有不少商家因利益驱使，不断在豆浆中增加各种添加剂，提高其口感，这样令豆浆营养成分大打折扣。“一杯‘鲜豆浆’，添加剂就占去一大半，真正豆浆成分所剩无几。”

吴传业提醒市民，任何人工添加剂长期食用都是有害的，它们会增加罹患心血管疾病的风险。



天气有点乱
出门请注意

近日，不少地方雨雪风沙齐至，冷热无常。4月10日，黑龙江省牡丹江市发布大风蓝色预警：预计未来24小时内牡丹江境内将出现5至6级偏西风，阵风可达7级以上。图为牡丹江市街头，市民在大风中出行。

张春祥 摄

暖湿天气 疾病“偷袭”

详见 02 版

精彩导读

香蕉 差点要了老人命 05

憋尿 当心憋出肾结石 07

梦游 孩子个儿长不高 09

搞笑 数钱可缓解疼痛 15

网购隐形眼镜

隐患多

本报讯（王薇）“通过网络购买隐形眼镜，一旦出现劣质产品或维护指导不正确而引发的眼部疾病，在投诉处理上会存在一定难度。”国家药品不良反应监测中心人士日前表示，一些消费者在追求便宜、方便的同时，忽略了隐形眼镜选择不当可能导致的健康问题，在不正规渠道购买劣质隐形眼镜而使眼睛感染的投诉屡见不鲜，维权难是个大问题。

消费者所称隐形眼镜，规范的名称为角膜接触镜，是一种直接附着于眼角膜表面的光学镜片。2011 年国家药品不良反应监测中心发布的医疗器械不良事件信息通报显示，自 2002 年至 2011 年 5 月，该中心共收到有关角膜接触镜的可疑医疗器械不良事件报告 6113 份，主要表现为眼睛干涩、红肿、疼痛、畏光、流泪、刺痛感及异物感、视物模糊、结膜炎等。分析其原因多数是由于选择隐形眼镜不当和不正确使用导致的。“配戴劣质、不达标、不合适的隐形眼镜，的确可能给眼睛带来各种伤害。”国家药品不良反应监测中心医疗器械监测与评价处处长董放表示：“由于在互联网上购买隐形眼镜，不能亲身得到验光师的验证，无法享受在专业门店可以享受到的眼检、试戴等专业验配服务，也不能享受具有专业知识人员现场的维护指导。因此，一旦出现劣质产品或维护指导不正确而引发的眼部疾病，在投诉处理上会存在一定难度。”