

水 + 添加剂 合成“果汁”?

网友惊呼“戒饮料”
专家表示“要理性”

5月13日,一名化学老师在微博上迅速窜红。过万网友通过一段视频目睹了一堂特殊的化学课:短短几分钟,这名老师就用水和各种食品添加剂“合成”了新鲜出炉的“鲜榨果汁”。他用试验告诫大家:喝饮料=喝水+添加剂,一定要“远离垃圾食品”,并“欢迎微博直播”。网友惊呼:看来以后只能喝白开水了。

“绿茶、红茶、鲜榨果汁什么的,除了水以外剩下的都是添加剂?”在这段视频中,网友们惊讶地看到一瓶水果饮料如何从化学实验室“诞生”,原材料只有水和食品添加剂,与水果没有半毛钱关系。

网友惊呼“戒饮料”

在视频中,这名化学老师先在半瓶水中加了些柠檬黄,水立刻变成市面上卖的茶饮料的颜色,老师笑着说,“你们知道茶饮料是怎么来的吧?”接着,他添加了一些胭脂红,水立刻变成了粉红色。

他接着讲到,饮料里还需要添加甜味剂,于是,又加了阿斯巴甜、安赛蜜。

化学老师解释说,如果只添加一种甜味剂,会让人有不愉快的感觉,一般食品至少要添加两种以上的甜味剂。“比如市面上卖的干话梅就添加了阿斯巴甜、甜蜜素、安赛蜜等多种甜味剂。”

为了让饮料有酸酸甜甜的口感,他又加了柠檬酸。接着,添加水蜜桃香精让“果汁”变香。最后果胶等增稠剂齐上阵,饮料变得像果汁一样稠。老师把这瓶包含各种添加剂的水拿起来使劲摇了摇,像调制鸡尾酒一样,一瓶看起来酷似“鲜榨果汁”的饮料就做好了。

看完这段视频,不少网友惊叹:以后只能喝白开水了!还有网友顿时下定决心:戒掉饮料。



果汁均含添加剂

记者发现,市面上售卖的各大品牌饮料,无一不打着天然水果的口号,消费者看到的是葡萄、水蜜桃、柠檬等外包装,饮料颜色多样。而在饮料外包装的成分说明中,也标明所含有的各类添加剂。

有业内人士曾在网上爆料:“这些水果形象是为了让消费者误以为瓶里的液体是水果的果汁。实际上,很多果汁饮料真实的果汁含量极低,主要成分为纯净水。味道则是由糖、柠檬酸等各类食品添加剂合成”。

与网上的热闹转发相比,食品专家在接受记者采访时非常淡定。作为食品添加剂专家,北京工商大学副校长孙宝国认为:大家对食品添加剂非常反感,但没有食品添加剂,就没有现代食品工业。有了添加剂,才让食品摆脱难看、难吃、难以保存的困境。作为现代人,不可能也没有必要远离添加剂。(据《广州日报》)

揭秘“罂粟壳火锅”

街角那家其貌不扬的火锅店怎么就门庭若市呢?对于这种现象,有个用心险恶的说法——“加了罂粟壳让人上瘾”。不管现实中是否存在这样的店家,从科学角度来说,罂粟壳作为提取鸦片的原料,确实有可能使人上瘾。

提起罂粟,人们就会想鸦片。罂粟壳是成熟的罂粟果去掉籽后的部分,把它放在了汤里,会煮出鸦片成分从而使上瘾吗?我们从鸦片的收获说起。

鸦片的现代制取工艺

许多人从影视剧中看过鸦片的制取过程:在罂粟果尚未成熟的时候,在外壳上划出伤口,其中的汁液就会流出。等到这些汁液干了,收集起来就得到了未经提炼的鸦片。

这种很传统、高强度的手工劳动,1940年之后,被高效的现代工艺逐渐取代。

鸦片的有效成分是吗啡等物质,而这些物质不会随着罂粟果实的成熟而消失。罂粟壳中也含有吗啡等物质。

罂粟壳和鸦片的关系,就像橘子和维生素C的关系一样——前者是含有后者的原料。

罂粟壳:做调料违法

把罂粟壳放在火锅的汤中,跟用水浸泡取鸦片的原理是一样的。

实际上,在很多地方,都有用罂粟壳泡水喝的做法,称为“罂粟壳茶”。它的有效成分,跟鸦片没有本质区别,只是量的

问题。当然,火锅中的这些罂粟壳浸出的鸦片成分是不是足以使人上瘾,还要由吃的量和个人体质来决定。

不过,在火锅中加入罂粟壳毕竟有潜在的使人上瘾以及危害健康的可能,而加入它所带来的好处并没有太大必要,所以禁止其使用也就是合理的决策。

在世界多数国家和地区,罂粟壳都是被监管的物品,不允许作为调料加到食品中。

罂粟籽:不错的食品原料

有趣的是,虽然吗啡等鸦片成分在罂粟壳和罂粟茎秆中的含量较多,但在罂粟籽中的含量却微乎其微。这就使得罂粟籽可以作为食品原料。

罂粟籽是一种很好的油料作物,其含油量可达40%以上,比大豆的20%高多了。此外,罂粟籽油主要由不饱和脂肪组成,算得上是一种相当不错的食用油。这种油在中国通常被称为“御米油”,甚至被炒作了天价的保健品。

除去油之外,罂粟籽中还含有近20%的蛋白质和超过20%的膳食纤维。在一些种植鸦片的地区,这些罂粟籽被榨油之后的残渣可以作为穷人的食物。

在美国,罂粟籽或它的残渣通常作为调料使用,跟芝麻差不多,可以随意买卖。

罂粟壳中含有吗啡等有效成分,这些成分会被浸取到汤中。在食品中加入罂粟壳,所带来的“合理好处”(即增加风味)不足以抵消它带来的风险,所以禁用是合理的决策。(据果壳网)

意大利医学专家: 中西医互补 有益于健康

5月13日,意大利博洛尼亚大学教授、德国人赫斯特·克林科曼日前接受记者专访时说,传统中医与西医应进一步加强互补,用创新思维探索医学领域,造福人类。

克林科曼教授表示,西医和中医作为两种医疗体系从起源来说有很大区别。中医认为生命是一个整体,关注情绪的平衡;西医要求临床试验并对安全、效果等有明确标准。应探讨二者如何相互补充。

“欧洲医学界越来越重视中医治疗的‘关联’等理念,这令人鼓舞。”克林科曼说,西医需要学习中医的诊疗方法,使之融入西医,而中医也能从西医药物的安全标准等方面吸取经验。

克林科曼说,中西医通过对话强调医学的多样性,这样才能从不同体系中获得最好的东西。“我认为中医和西医两种传统体系同时存在,某些来自这两种体系中的个性方法将会相互融合。有些互补的方法已开始临床应用,并取得良好效果。”(据新华社)



坚持食用碘盐 预防碘缺乏病

□晨报记者 夏国锋

“脖子没有肿大,缺不缺碘?缺碘地区必须要长期食用碘盐吗?听说放置时间长,碘盐中的碘会挥发掉……”5月14日,市疾控中心在第19个“防治碘缺乏病日”来临之前,到淇滨区大河涧乡横岭中心校给师生们讲解预防碘缺乏病的知识,并送去碘盐。

“今年‘防治碘缺乏病日’的主题是‘科学补碘,健康一生’,这说明碘盐既要科学服用又要长期服用。服用过量对身体不好,缺乏危害更大。由于碘缺乏是地理环境造成的,环境缺碘不会改变,生活在这里的人只有长期食用碘盐,才能起到预防效果。”市疾控中心地方病防治所陈俊生所长接受采访时说。

陈俊生说,碘缺乏通常会患地方性甲状腺肿,俗称大脖子病,严重时,甚至恶化为甲状腺肿瘤。“碘缺乏危害很多,青少年缺碘影响智力发育,孕妇缺碘容易造成流产或死胎等。”

我市属于缺碘比较重的地区,因此居民补碘很有必要,而长期食用碘盐就是补碘的重要途径。

“通过吃碘盐,能保证补碘的生活化,适量化及持久性。”陈俊生说,对于孕妇来说,补碘应在医生指导下进行,也可以通过食用海带等含碘量较高的海产品来补充。

治疗早泄切勿盲目

男性朋友对早泄一定不陌生,如果治疗不及时,会给男性带来很大的心理负担,很可能造成男性不育。

然而,现在很多男人遇到早泄问题,很少有人会先去就医,多数早泄患者至少会尝试5种自我治疗的方法,如买一些壮阳药什么的。患者尝试自我治疗,可能只在短时间内见效,随后病情均有加重的迹象。

这种自我治疗给日后的正规治疗造成了极大阻碍。因为在早泄的诱因中,心理因素是不能被忽视的。自我治疗早泄失败会导致患者焦虑、沮丧、紧张,使得他们的治疗积极性大幅降低。

治疗早泄要到正规的男科医院。医生会根据患者病情的特点,选择最适合他的治疗方案。目前临床上治疗早泄,不仅有药物疗法,对一些原发性的早泄患者,还可以采取手术的方法,且其安全性和有效性已得到临床验证。医生还可以指导早泄患者进行行为疗法。

爱民医院男科刘主任提醒:一旦男性发现不适,应立即到正规医院接受正规治疗,不要讳疾忌医,更不要病急乱投医、乱吃药,以免耽误治疗,引起严重后果。

健康热线:3326120。

慢性乙型肝炎联合 抗病毒治疗的意义

□鹤壁市传染病医院
肝炎科副主任医师 牛卫理

我国《慢性乙型肝炎联合抗病毒治疗专家共识》提出同时或先后应用两种或两种以上的药物进行慢性乙型肝炎(CHB)抗病毒治疗的策略,被称为CHB的联合治疗。

1.联合治疗可提高初始治疗的疗效。由于干扰素(IFN-α)与核苷(酸)类似物(NUC)的抗病毒治疗机制不同,这两大类别药物的联合在理论上是一种合理选择,国内外对此也进行了较多的临床研究,积累了较为丰富的经验。

失代偿期肝硬化患者的不同NUC联合治疗也取得了进展。与拉米夫定单药治疗组相比,拉米夫定联合阿德福韦酯治疗失代偿期肝硬化患者,其HBVDNA低于检测下限的比率、Child-pugh评分下降的中位数、两年生存率等都显著优于单药治疗组。

2.联合治疗可预防或延缓核苷(酸)类似物耐药变异。临床治疗证据表明,无论是IFN-α与NUC,还是不同NUC之间的联合均有助于预防或延缓NUC耐药变异的发生。联合应用IFN-α或阿德福韦酯可显著降低拉米夫定耐药发生率。

3.耐药变异出现后联合治疗可预防多重耐药变异的出现。研究表明拉米夫定耐药变异出现后,无论换用恩替卡韦还是阿德福韦酯单药治疗,出现多重耐药变异的风险均显著高于加用阿德福韦酯联合治疗。因此对NUC治疗中耐药变异处理的策略均推荐加用无交叉耐药的另一种药物进行挽救治疗。