



3·15 打假日：保健品成网购假货重灾区——

网购保健品 有多不保险？

现状

网购保健品逐成流行趋势

在健康类产品零售领域，保健产品一直占主导。记者从淘宝、京东，以及好药师网、健客网等专业医药产品销售网站看到，热销产品以医疗器械、计生用品、美容保健品等为主。

“网上药店最大优势就是价格。”长沙保健协会秘书长吴辉认为，从疾病健康角度看，

网购保健品存在一些老问题，主要集中在糖尿病、高血压等慢性病，像高血压、糖尿病、乙肝等目前不能治愈，需要长期服药控制病情，患者有刚需，商家易钻空子。

记者从药监部门了解到，常见的违法添加药物主要集中在治疗慢性病、减肥等保健品上，例如针对男性功能障碍

的“保健品”中，有的违法添加“伟哥”成分（化学名称为枸橼酸西地那非）；针对糖尿病的产品中，有的违法添加降糖的西药成分（如盐酸二甲双胍、格列苯脲）；具有减肥功能的“保健品”中，有的违法添加西药盐酸西布曲明成分；降压的“保健品”中，有的违法添加西药硝苯吡啶成分。

链接

三招认清保健食品真面目

第一招：看“小蓝帽”的保健食品标志和批准文号。

标志为蓝色图案，下方有“保健食品”字样；如果没有，肯定不是正规保健食品。对应的国产保健食品的批准文号为“卫食健字”（卫生部批准）或“国食健‘G’”（国家食品药品监督管理局批准），如果是进口保健食品，则在文号相应含有“进”字或“J”字。

第二招：看保健功能。

减肥保健食品包装上“保健功能”的文字一般应为“减肥”二字。如果使用了虚假、夸大、让人误解或者欺骗性的文字或图形，如“月减6~10公斤”、“7天瘦身，永不反弹”、“消脂最强”、“火辣燃烧脂肪”等，则可能是假冒保健食品。

第三招：访问官方网站或索证资料。

在国家食品药品监督管理局网站，输入外包装及说明书上的项目（如批准文号、产品名称、保健功能、适宜人群等），看网站上的资料是否一一对应。如有一项不符则有可能是假冒保健食品。如果没有条件上网，可要求销售商出示保健食品的索证资料，如：《保健食品批准证书》、保健食品生产企业卫生许可证、保健食品检验合格报告等。



专家

两大类保健品最需谨慎

01|妇科类：网购产品失败率最高

有时候，女人总有些“难言之隐”，而网购就成了最好的选择。那些吹得天花乱坠的药品，不一定是“对症下药”或适合自己，即使对症，也会由于使用不当，导致耽误了最佳的治疗时机。

“网上大部分的妇科抗炎

产品是中成药，对于急性起病的患者来说不是首选，乱用产品或使用假货，很容易加重症状。”长沙市妇幼保健院妇科主任医师周燕飞举例介绍，像网购避孕药，由于药理成分不同，使用方法也有所讲究，若随意服用，不但不能起到避孕

效果，还会打乱月经周期，影响内分泌。

倘若已经使用网购妇科类保健品，周燕飞建议大家平时勤换洗内裤，可以借助白色或浅色的内裤观察白带颜色来判断保健品是否健康、合格。

02|美容类：网购伪劣产品的危害最大

如今，“吃的美容品”成为美容新宠，正大举进军药店、超市。不过，有专家表示，滥用激素类丰乳、减肥等口服美容品，或长时间服用假冒伪劣美容品，是女性子宫肌瘤、卵巢囊肿等妇科病高发的原因。

“服用网购美容品激素超

标的患者很多。”周燕飞介绍，目前网上具有美容养颜功效的女性保健品都含有一定量的激素，而在临床统计中发现，很多卵巢囊肿、子宫肌瘤患者的发病期也恰巧集中在口服此类产品阶段。这说明，部分女性可能对微量激素都相当敏感。

那么，实体店内的美容品就不含激素吗？周燕飞认为，相比之下，激素含量更少，产品的健康保障更大。另外，药店都配有药师，在推荐产品时，药师也会针对不同体质，从保健品的成分区别等方面提出选购建议。

支招

如何网购保健品才安全

面对网购成瘾的趋势和层出不穷的保健产品，长沙保健协会秘书长吴辉给出了以下建议：

一、选择产品：要充分了解产品功能，选择正规品牌。正规的保健食品会在产品的外包装盒上标出天蓝色的、形“蓝

帽子”的保健食品专用标志。

二、选择正规商城和商家，谨防钓鱼网站。钓鱼网站只要有消费者点击进入网站首页，立刻就会弹出“客服窗口”，引导消费者购买。所以，应高度重视网站的“弹窗”，避免被骗。

三、不贪小便宜，拒绝低价陷阱。除此之外，网购保健品还必须注意生产日期和产品的保质期、产品防伪标识、产地、包装和规格以及留存网购凭证，以便一旦发现收到的商品是禁售批次，可以更好地维权。

今日女报 / 凤网记者 李诗韵

网购不仅省钱省事，还能免去逛街所耗费的大量时间，很受年轻人喜爱。遇上佳节，网购保健品更是一项流行活动，影响着我们的生活。3月15日，打假日。记者从湖南省食品药品监督管理局了解到，近年来，传统渠道的保健品销量同比出现下滑，电商销量却大幅度上升，同时，网购也成为消费者买到假货的重灾区。

对于许多懒人来说，这种方便的方式真的能买到健康吗？事实并非如此。网购保健品存在哪些健康隐患？且看且珍惜吧。



健康身边事 >>

“糖妈妈”艰难生下巨大儿

今日女报 / 凤网讯（记者李诗韵 通讯员周文奕）3月13日，湖南省妇幼保健院里迎来了一个特别的小生命——体重近

200斤的“糖妈妈”宋女士剖宫产下胖小子，11.8斤的宝宝成为医院新年以来最重的孩子。

宋女士是典型的“糖妈妈”，怀孕6个月确诊为妊娠期糖尿病。为防止婴儿血糖控制不良而发生危险，出生



后即送至新生儿监护室，给予特级护理，严密监测血糖并合理喂养。现已住院4天，医生仍在严密监测婴儿各方面情况。

该院产科专家提醒，胎儿在体内并不是越大越好，巨大儿对母婴均有危害。孕期疑有巨大儿应作糖筛查试验，以便及早发现糖尿病，积极控制血糖。如果孕妇在怀孕期间遇到相关问题，可以到医院糖尿病一日门诊就诊。

送完微信红包，蒙牛喊你再来凤网晒幸福

今日女报 / 凤网讯（记者吴雯倩）牛奶可以擦地、浇花、去异味、做面膜，你知道吗？酸奶DIY、牛奶做蛋糕，各种美味的牛奶菜谱，你试过吗？春暖花开时，蒙牛活动接不停。刚送完微信红包，又在凤网启动“牛奶达人秀，晒幸福赢牛奶”线上活动，旨在通过每一个个体、家庭的微力量，挖掘身边生活中“一点一滴的好”，将点滴幸福的理念推向更广阔的平台，得到了更多家庭的热情参与。

从3月11日至15日，蒙牛联合今日女报微信推出“大家来找茬答题，蒙牛送话费红包”活动，以牛奶科普知识问

答为内容辟谣、找茬的方式与消费者进行互动，传达科学的食品安全消费观念。5天时间，蒙牛送出了数千元的红包话费，眼疾手快的粉丝仅仅用了6秒就将所有红包一抢而空。

趁着春暖花开，蒙牛再次携手凤网推出“【牛奶达人秀】晒幸福照美食谱小妙招，赢取蒙牛牛奶礼包！”线上活动。只要登录凤网社区，晒出你的生活中与牛奶相关的幸福体验，或是分享以牛奶为原材料制作的佳肴食谱，或是推荐牛奶的各种小妙用，就有机会获得由蒙牛提供的牛奶礼包一份（详情请登录凤网社区 bbs.feng.com）。

据悉，蒙牛携手今日女报 / 凤网推出的这一系列互动活动，正是通过一点一滴做好产品，一点一滴建设生态圈，一点一滴打造阳光文化，引导消费者认识牛奶，正确了解牛奶的价值，与消费者建立一个深度的、非常友好的沟通。蒙牛希望不仅是好牛奶的提供者，更在产品中注入关爱，成为传递关爱的桥梁，将一点一滴的关爱传递下去。

