

东洋之花美白面膜被爆含毒,专家主张——

美白化妆品 能不用就不用

新闻背景:国家食品药品监督管理局近日公布消息称,在东洋之花美白水润面贴膜中检出极微量氢醌。东洋之花公司称,氢醌可能在储运过程中由美白剂熊果苷分解而成。

奢望通过美白化妆品来改善皮肤,恐怕只能是南辕北辙,不管这种化妆品是否含有此次事件中被爆出的有毒物质氢醌。

化妆品中严禁使用氢醌。据北京朝阳医院职业病与中毒医学科主任医师郝凤桐介绍,这种具备祛斑、美白功效的化工产品因为可能引发致畸、致癌及遗传毒性,因此,早在2002年就被欧盟命令禁止添加在化妆品中,也是我国化妆品中的禁用成分。

哪怕在临床上使用氢醌治疗黄褐斑等色素沉着症,北京军区总医院激光美容中心美容师王丹强调,也必须有医生处方。而且其中氢醌浓度很低,使用时间也有限制,一般不超过2~3个月。

王丹说,“我们一直不主张使用美白产品”,因为美白产品虽能在短期内使皮肤更白皙,但若经常使用,其中的美白成分会使皮肤角质层变薄,从而减弱皮肤的抵抗力。

正确护肤做到补水保湿和防晒这两点就够了,这一补一防,皮肤质地好了,光泽自然能显现。(晓时)



温馨提醒

鲜榨果汁可能传播病菌

勤洗榨汁机,玻璃杯盛装



营养又美味的鲜榨果汁,搞不好就变成了“泻药”。据英国《每日邮报》近日报道,英国《食品管理》杂志刊登西班牙一项研究发现,鲜榨橙汁也会受到危险病菌的污染,不洁榨汁机和果汁杯是罪魁祸首。巴伦西亚大学科学家对西班牙多家咖啡厅、餐馆和酒吧的190多批果汁进行了分析。结果发现,10%的果汁样品含有嗜温性细菌(室温下适宜生存的细菌)。原因是,人们每次榨汁量太大,果汁太多就容易发热,导致细菌滋生。另外,超过80%的果汁中肠杆菌科细菌超标,0.5%的

果汁样品含有沙门氏菌,1%含有导致皮炎的金黄色葡萄球菌。

中国家电研究院国家家用电器质量监督检验中心综合检验部主任鲁建国表示,果汁中的细菌主要还是使用过程中不注意清洁所致,榨汁机与果汁的接触面较大,还有很多容易藏匿细菌的小空和凹槽,极易导致果汁污染。为了确保健康,应经常彻底清洗榨汁机及果汁杯。研究显示,如果鲜榨果汁使用玻璃杯盛装,细菌的感染几率更低。果汁榨好后,最好用玻璃杯盛装,并在第一时间饮用。(丁熙玮)

身边提示

新瓷碗先用醋泡

刚买回的瓷质餐具,要先用沸水煮上5分钟,开水可以起到杀菌的作用,然后再放到常温的食醋里浸泡1~2小时,陶瓷在遇到酸性物质时,会析出一些有毒物。若浸泡后发现颜色变化明显,应弃之不用。

醉酒难受喝蜂蜜

放假应酬多,醉酒之后可以用一些小方法缓解不适。如吃维生素C保护肝脏,一大杯橙汁或蜂蜜水也能加速去除残存在体内的酒精。胃肠不适喝芹菜汁,还可以喝点肉汤,减轻酒精刺激胃壁细胞。头疼、头晕时可以喝点蜂蜜水或者西红柿汁缓解。醉酒后嗓子不舒服,主要是酒后失水引起的,马上喝几杯温开水,能稀释酒精,保护肝脏,补充水分。另外,喝酒后不要喝茶水,以免伤害肾脏。

换个姿势开车不累

假日开车走亲访友,如果遇到以下不适可以通过适当的方法解决。颈肩部刺痛,应将座椅调节到适合自己的位置,不用伸头就能看清楚前方情况。此外,可做低头、头部后仰动作,左右慢慢转动,类似“米”字形的运动。如果出现脚腕酸软情况,左脚在不换挡的时候尽量平踏,停车空隙可以转动一下脚腕,最好穿舒适的平底鞋。腰部酸疼的人尽量避免反复弯腰扭转,还可以配一个腰托,以减少座位带来的不适。

喝完酒漱漱口

喝完红葡萄酒、啤酒、白酒等后一定要及时漱口,把清水含在嘴里15秒钟,然后吐掉。喝完葡萄酒后可以喝点酸奶,其中含有的钙元素可以中和酒里的酸性物质,提升唾液修复牙齿的能力,保护牙齿。喝白酒时吃点主食,可以缓和腐蚀作用。

自己买药吃,样越少越好

引起药品不良反应的原因主要就3个:用药剂量不当、重复用药和药物相互作用。因此,老百姓用药必须掌握三个原则:一是自己买药首选有OTC标识的非处方药;二是服药前认真阅读说明书,了解适应症和服用剂量等;三是选择种类越少越好。

(任民)

生活健康

吃腐乳也要适量

有老人听说豆腐乳能预防老年性痴呆,但品种繁多不知吃哪种好,其实各种腐乳的营养成分相差无几。腐乳是豆类发酵制品,是通过接种霉菌后经过发酵而成。根据制作方法的,腐乳通常可分为白、红、青三种。

豆腐乳富含植物蛋白质,经过发酵后,蛋白质分解为各种氨基酸,同时也使大豆中原本吸收率很低的铁、锌等矿物质容易被人体吸收,特别是微生物合成了维他命B12,能预防老年性痴呆。

值得注意的是腐乳发酵后含有硫化物,过量食用对人体健康有害,因此每次吃半块足矣。另外腐乳含盐和嘌呤量普遍较高,高血压、心血管病、痛风、肾病、消化道溃疡患者,宜少吃或不吃。(爱妮)

健康课堂

老摘口罩 防不住细菌

隆冬腊月,戴口罩可以抗寒、防病毒,但佩戴不当却容易导致呼吸道疾病。

呼吸科专家金寿德说,戴口罩可以降低干冷空气以及冷热空气交替对呼吸道的刺激,从而有效降低感冒患病率。佩戴口罩时,要遮住鼻、口和眼眶以下,且口罩边缘要与脸部紧贴。当不需要佩戴时,很多人习惯摘下一侧将其挂在一只耳朵上,直接扯下来卡在脖子上,或者随意卷一下就放在口袋里,这些做法不仅会给耳朵、脖子带来不适,还会降低口罩阻挡细菌的功能。摘下口罩后,应将接触皮肤的一面朝里折叠以保持清洁卫生。口罩不可以两面交替使用,以免将外层污染物吸入人体。另外,口罩应每日清洗,并在阳光下曝晒消毒。佩戴口罩不应超过6小时,连续说话或者打喷嚏时也应将口罩摘下。(岳金凤)

