

# 小心直播间里的保健品陷阱

◎ 黄仕强

一瓶咀嚼片能治四五种病、4盒药片就能让胃黏膜变得光滑厚实富有弹性、一个枕头就能让多年的颈椎病痊愈……如今在一些网络直播间，充斥着类似的保健品销售话术，吸引了不少有健康焦虑的老年人购买。

有的产品号称有治疗奇效，到手后查看说明才发现只是普通食品；有的下单时号称一个疗程就能见效，后面商家却变着法地让消费者追加购买；有的包装上标注的生产厂家，查询时居然已经注销……

国家市场监督管理总局早在2020年出台的《关于加强网络直播营销活动监管的指导意见》中就明确规定，“网络直播中不得出现医药器械及保健品类广告”。但现实中一些直播间依然花招频出，通过夸大效果、虚假宣传等手段销售各种保健品，使得一些老年人“掉坑”。

## 高科技？高效能？

“一瓶水卖1300多元，而且保质期长达10年，这到底是怎样的‘神水’？”前不久，郭畅（化名）在网上发布视频，讲述了他母亲网购保健品的一段经历。

郭畅的母亲今年69岁，一直睡眠不好，胃肠也有些小毛病。一次看直播时，郭畅母亲购买了一款饮用水产品。主播声称喝了此水能改善睡眠、调理肠胃。

“当看到瓶身并未标注生产许可证时，我就起了疑心。”郭畅说，他收到货后，拨打了包装上的厂家电话，得到的回复是“生产许可证还在申请”。他又通过生产厂家所在地的市场监督管理局官网查询获知，其食品生产许可证一年多以前已经被注销。随后，他向相关部门进行了举报。事后，该直播间被关闭，郭畅母亲也收到了退款。

自从学会网购，郭畅母亲大部分时间就在手机上逛各种直播间，最热衷的就是买一些声称能治疗或调理胃肠的保健品。“去年，她在另一个直播间也买过保健品，花400元买了一个疗程。主播说服用后胃黏膜会变得光滑厚实、富有弹性，不再反酸胀气。可是，她服用后没有任何效果。还是我极力反对，她才没有继续追加购买。”

像郭畅母亲这样沉迷直播间网购保健品的老年人不在少数。在网上搜索“直播带货”“保健品”等字样，有很多带着“高科技”“高效能”等标签的保健品，从功能马甲、能量枕头等生活用品到压片糖果、固体饮料等食品，可谓五花八门。

## 针对老年人的销售招数

在各种攻势下，老年人容易丧失对虚假产品的辨别能力。郭畅说，母亲之所以愿意花1300多元购买一瓶饮用水，也是被瓶身标注的“荣获国际发明专利”“欧洲专利号”等内容所蒙蔽，认为该产品很靠谱。

一名供职于老年病科的主任医师说，在推销保健品过程中，加入一些所谓“学术词”“高端词”，是很多直播间商家的惯用手法。“这些词听上去很专业，容易博得老年人的信任。”

“还有一种‘打擦边球’的方式。”该主任医师说，主播介绍保健品时不会直接描述功效，而是尽可能多地描述具体状况，并且表示如果出现上述症状，食用此类产品后能有明显改善，以此暗示产品具有治疗功效。

依据《中华人民共和国食品安全法》，保健品不以疾病治疗和预防为目的，我国批准受理的保健食品的保健功效有27种，主要针对血脂、血糖、记忆、脂肪肝或者肝损伤

等方面的调节，而且多是使用“辅助”“改善”“促进”等字样，而非“治疗”“预防”等。

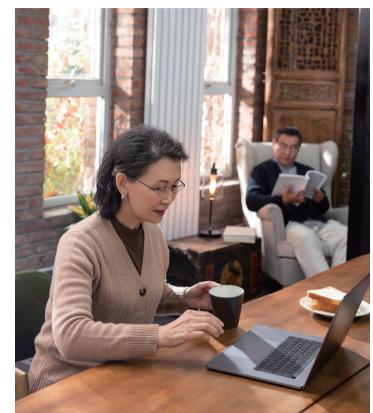
“有的主播宣传的保健品功效，夸张到令人震惊。”一名姓阳的女士说，为了防止父母上当受骗，她总是陪他们看直播。“有次看到某直播间正在销售一款‘功能项链’的保健品，主播甚至声称偏瘫患者戴上项链，可以直接站起来行走，明显是忽悠人。”阳女士在陪父母看直播过程中，还遇见过“直播间变剧场，演戏炒作卖货”的招数。在某直播间，一名主播先是声情并茂地讲述一位老人解除病痛的剧情，讲到一半竟推销起了保健品，大有把剧情当事实之意。

## 保健品不是药品

国家统计局发布的最新数据显示：2023年年末，我国60岁及以上人口超过2.96亿，其中，约1.7亿人是网民。

某保健服务行业协会相关人士表示，老年人通过手机了解养生、购买保健品，是主动适应时代变化的表现，值得鼓励和肯定。但是，银发族养生重要的是养心。“有些老年人表现出健康焦虑，只要听闻保健品有什么功效，就迫切想买来试试，这种浮躁的消费心态不可取。”该人士进一步说，老年人要清楚保健品并非药品，更不能将治疗疾病的希望寄托于此。

专业人员提醒：选购保健食品一定要认清、认准产品包装上是否有“蓝帽子”标识及保健食品批准文号。法律人士也呼吁：老年消费者应保持理性，不要盲目相信主播的介绍和广告说辞，尽可能到合法正规的线下门店或线上官方旗舰店购买，并索要发票或销售凭据，作为举证维权的依据。



## “活到老学到老” 真能防痴呆

◎ 于海华

日本东北大学的认知神经科学发现，参加成人教育课程的人5年后患痴呆症的风险较低。发表在《衰老神经科学前沿》上的这项研究成果认为，从事智力活动对神经系统有积极影响，进而起到预防痴呆症的作用。

分析结果显示，在登记注册时参加成人教育课程的人比不上成人教育课程的同龄人患痴呆症的风险低了19%。这一结果在白种人和其他种族的人群中也是如此。此外，他们比不参加成人教育课程的同龄人保持了更好的流体智力和非语言推理能力。不过，成人教育并不影响视觉空间记忆或反应时间的保存。

## 每天食用橄榄油 可能降低 患痴呆症概率

◎ 刘霞

美国哈佛大学陈曾熙公共卫生学院营养学家和医学研究人员，通过分析两个独立健康数据库中近10万人的数据，发现那些每天至少食用7克橄榄油的人罹患痴呆症的概率更低。相关论文发表于最新一期《美国医学会杂志·开放网络》。

此前的研究表明，遵循地中海饮食对大多数人的健康有益。这种饮食推荐摄入豆类、蔬菜、坚果、鱼类、乳制品和橄榄油。为了解更多关于经常食用橄榄油可能对健康有益的信息，科学家分析了60000多名女性和31000多名男性的数据。这两个数据库都包含跟踪长达30年的历史信息，其中也涵盖有关死亡原因的数据。

在这两个数据库中列出的92383名患者中，有4751人死于痴呆症相关原因。在比较饮食信息时，研究人员发现，每天至少食用半茶匙橄榄油（约7克）的人，死于痴呆症相关疾病的可能降低了28%。

研究小组还指出，数据库中很多每天食用橄榄油的人，都是用橄榄油代替烹饪和调味品中的黄油、蛋黄酱和其他植物油，因此他们很少食用蛋黄酱等影响痴呆症发病率的食物。

研究人员强调称，遵循地中海饮食，特别是坚持食用橄榄油，或可抑制其他因素引起的炎症，从而降低罹患痴呆症的概率。



## 运动可减少衰老导致的脂肪堆积

◎ 王美华

荷兰阿姆斯特丹大学和马斯特里赫特大学的研究人员分析了锻炼前后的老鼠和人体组织发现，随着组织老化，一种脂肪分子会积累，但这种积累可以通过锻炼来逆转。研究结果发表在《自然·衰老》杂志上。

科学家正在逐渐揭开新陈代谢在衰老过程中变化的层层面纱，但其中很大一部分仍是未知领域。脂质是人们饮食中重要的一部分，对身体细胞功能至关重要。特定脂类构成细胞膜，这确保了细胞内外的

分离。研究人员表示，这些结果是理解衰老过程重要的一步，但它们肯定不是最终答案。后续研究中，他们将深入了解BMP是如何导致衰老的，以及BMP积累对衰老过程的影响等问题。