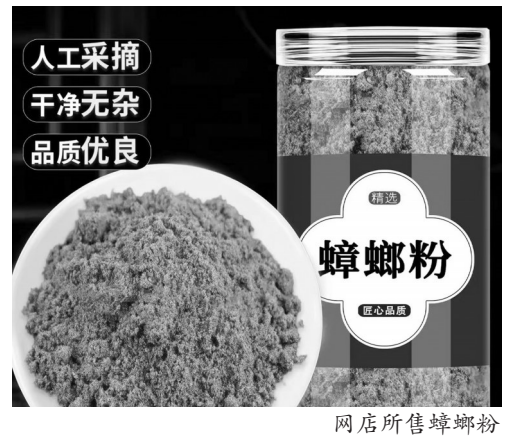
“蟑螂粉”能成为蛋白粉“平替”吗

医生提醒:缺乏国家相关标准,安全隐患不容忽视

近日,一种名为“蟑螂蛋白粉”的产品悄然走红,其价格甚至不到一些普通蛋白粉的十分之一,被网友戏称为普通蛋白粉的“平替”。面对如此悬殊的价格差,“蟑螂本就是高蛋白”“动物蛋白营养好”等说法不胫而走,但同时,关于其“难以下咽”“容易过敏”“卫生堪忧”的质疑声也此起彼伏。“蟑螂粉”真的能被当作普通蛋白粉的“平替”吗?记者带着疑问进行了市场探访,并采访了南京同仁医院营养科主任渠慎强。专家明确指出,所谓的蟑螂粉不仅缺乏国家相关标准,更存在寄生虫、病菌及重金属污染等未知风险。 扬子晚报/紫牛新闻记者 **许倩倩**



网店所售蟑螂粉

“蟑螂粉”一边卖给人吃,一边用来钓鱼?

在电商平台上搜索“蟑螂粉”,不少商家在宣传页面打着“食用代替蛋白质粉”“中药材”“健身增肌”等标签,500克的价格多在26元左右,这和动辄三四百元一罐的普通蛋白粉比起来,确实足够吸引人。

在社交媒体上,也有网友做了一些蟑螂粉的食用测评。“我买了两种蟑螂粉,喝起来粉质都比较粗,其中贵一点的有一点中药的味道,便宜的那一款闻起来就有一股腥味。”一位网友说。还有人在初次尝试时,刚入口就直接吐了出来,表示实在难以下咽。

记者以消费者身份随机询问了几家店铺。其中一家店家客服表示,其蟑螂粉属于药食同源食品,商品信息标注适用对象为全部人群,但一般是用来钓鱼的。还有一家店铺客服介绍,其售卖的蟑螂粉无熏硫、无添加、无染色,可以钓鱼做诱饵,普通人增肌食用也没有问题,但过敏体质者、儿童、孕妇及哺乳期女性、肝肾功能不全者、肠胃功能弱者都是禁忌人群。当记者询问是否有相关的食品生产许可或执行标准时,客服只回复是初级农产品来源。

蛋白质虽好,但“来源”决定安全性

“昆虫类的蛋白质确实可以算作是不错的蛋白质,但要说蟑螂粉是‘优质蛋白质’,还有待商榷。”南京同仁医院营养科主任渠慎强在接受记者采访时指出,民间常吃的蚕蛹、知了猴等,确实是高蛋白食物。但从营养学角度评判蛋白质好坏的核心标准,其实是氨基酸的含量和比例是否与人体最接近。而生活中,我们最常见、最优质的蛋白质来源之一就是鸡蛋,它的氨基酸模式与人体非常接近,所以吸收率极高。

“对于需要补充营养的病人或健身人群,临床上首推的是乳清蛋白粉(从牛奶中提取)或大豆蛋白粉(植物蛋白)。相比之下,蟑螂蛋白粉在氨基酸构成上并不具备不可替代的优越性。”渠慎强坦言,比起营养上的“平替”属性,蟑螂粉更核心的问题在于它“没有国家标准”,它会不会带有寄生虫?有没有病菌?是否会导致过敏等不良反应?重金属有没有超标?与来源可靠的牛奶或大豆相比,蟑螂粉如果在没有经过严格检验检疫的情况下直接作为食品食用,其来源和安全把控难度极大,对消费者来说,都可能引发消化系统疾病或其他相关的健康问题。

此外,针对网友热议的“蟑螂能做药(康复新液),为什么不能做食品”的疑问,渠慎强表示,康复新液属于药用范畴,有严格的生产工艺和提取标准,这和直接把虫子磨成粉当营养品吃,是两个完全不同的概念。

“从临床医生的角度来讲,补充蛋白更建议的方式是均衡饮食。如果确实需要额外补充,应选择常规的营养补充剂,或者是特殊医学用途配方食品(特医食品)。”渠慎强强调,正规的乳清蛋白或大豆蛋白,其安全性经过长期验证,即便是乳清蛋白中可能存在的乳糖不耐受问题,也是已知且可控的,而对于来路不明的蟑螂粉,不建议盲目跟风。

轻信“无创速成”胶原蛋白隆胸 女子术后出现胸部硬块移位

不少爱美人士追求微创、快速的医美变美方式,一些私人医美机构也借此推出各类噱头满满的整形项目。近日,29岁的小雅(化名)就因轻信私立医美工作室宣传的“无创胶原蛋白隆胸”,低价接受注射手术后出现胸部红肿、硬块、填充物移位等一系列问题,最终前往南京市第二医院整形美容外科接受专业修复手术。医生提醒,胶原蛋白严禁超范围用于乳房隆胸,此类注射式医美暗藏多重安全隐患,求美者务必擦亮双眼,谨慎选择。

据小雅介绍,此前她在朋友开设的私立医美工作室了解到胶原蛋白隆胸项目,工作人员向其宣传该项目无需开刀、不植入假体,术后可以即刻恢复正常生活,且收费远低于市场常规隆胸手术价格。小雅心动不已,当即决定接受注射手术。

手术过程中,现场工作人员不断劝说她增加注射剂量,声称多注射一些胶原蛋白,术后塑形效果会更加饱满精致,小雅听从建议接受了大剂量胶原蛋白注射。术后初期的效果让她一度庆幸自己选对了医美项目。然而术后数月,她的胸部陆续出现异常状况,局部反复红肿、持续性隐痛,触摸时能明显摸到大小不一的硬块,左侧乳房的注射物还出现了移位问题,导致双侧胸部形态严重不对称,外观畸形。小雅十分慌乱,辗转求医,最终来到南京市第二医院整形美容外科。

接诊的南京市第二医院整形美容外科胡亮主任为小雅开展了全方位专业检查,影像学检查结果显示,小雅胸部的注射物分布杂乱、扩散范围较广,部分注射物已发生明显移位,胸部局部组织伴有炎症反应。“既要彻底清理移位、引发炎症的注射异物,又要最大限度保留患者正常乳腺及软组织,同时控制创口、减少术后疤痕,这对修复手术的精细化程度要求极高。”胡亮表示。

胡亮团队结合患者实际伤情,量身制定了精细化修复方案,采用腋下隐蔽小切口,依托内镜直视技术开展精准操作,清晰探查皮下注射物的分布区域,逐一精准清除移位、引发炎症的异常注射物质,最大程度规避了大面积组织损伤。

据悉,本次修复手术顺利完成,术后小雅生命体征平稳,胸部红肿、疼痛症状显著缓解,乳房形态逐步恢复正常。

胡亮告诉记者,从早年奥美定注射隆胸遗留的大量疑难修复案例,到如今网红胶原蛋白注射隆胸乱象,各类注射式隆胸项目始终潜藏巨大安全风险。

目前市面合规的胶原蛋白产品虽属于第三类医疗器械,但产品获批的适用范围仅为面部精细化填充,并未获批用于乳房隆胸塑形,市场上所有胶原蛋白隆胸均属于超适应症违规操作。此外,胶原蛋白材料质地偏柔软,长期受人体重力牵拉、肢体活动摩擦影响,极易发生移位、扩散,最终造成胸部形态不对称、皮下硬块、反复炎症等问题。同时,胶原蛋白属于生物源性材料,用于大面积乳房注射后,极易引发人体过敏反应、异物肉芽肿、反复感染等并发症,一旦出现问题,修复难度极大,会对乳腺组织造成不可逆损伤。

此外,胡亮还透露,不少不法医美机构为降低成本、赚取暴利,违规使用第二类胶原蛋白敷料冒充第三类注射级胶原蛋白,用于胸部注射塑形。敷料本身完全不具备皮下注射资质,安全风险难以预估。

胡亮提醒,医美整形属于医疗行为,安全永远是变美的首要前提。求美者一定要坚守三大避坑原则:首先,务必选择持有正规资质的医疗机构,核查执业医生资质,坚决杜绝私人工作室、无证机构的各类违规医美项目;其次,术前仔细查看所用医疗器械的注册资质与适用范围,坚决拒绝一切超适应症、超范围的医美操作;最后,若已经接受不明材料注射整形,一旦出现红肿、疼痛、硬块、异物移位、形态异常等问题,需第一时间前往正规医院整形专科就诊。 通讯员 **朱诺** 扬子晚报/紫牛新闻记者 **吕彦霖**

老人查出胃食管结合部腺癌
不用全切胃,新型手术实现抗反流

扬子晚报讯(通讯员 **岳晔玮** 记者 **姜天圣**)近日,一名66岁患者因胃食管结合部腺癌前往丹阳市人民医院就诊。患者同时患有高血压、2型糖尿病,心肺储备功能较差,难以耐受创伤较大的传统手术。经多学科会诊,医疗团队决定为患者实施3D腹腔镜辅助近端胃根治切除联合残胃右开襟单肌瓣吻合术(ROSF)。

丹阳市人民医院胃肠外科主任、主任医师张志宇介绍,按照传统治疗方案,这类患者大多需要接受全胃切除手术。术后患者消化功能会明显减退,长期存在泛酸、进食不适等问题,生活质量受到较大影响。而ROSF属于改良型消化道重建技术,核心优势在于保留残胃消化功能,同时实现抗反流效果。患者术后营养状态与生活质量优于全胃切除方案。

患者术后第一天即可下床活动,恢复肠道排气。术后一周上消化道造影提示吻合口愈合良好,无渗漏、狭窄,反酸烧心症状基本缓解,术后第8天顺利出院。短期随访显示,患者进食顺畅,睡眠稳定。

不渗水、没异味,创面干干净净 为什么老烂腿就是不收口?

读者问疑难 上海专家「答」



本期专家:王义成,教授、主任医师,“奚氏清法”第二代传人,三位上海名医创办的易可中医连锁专家团专家,原上海中西医结合医院名中医。国内率先提出“胫肿”诊疗新理念,擅长下肢静脉曲张、静脉功能不全、静脉炎、丹毒、慢性溃疡、老烂腿、动脉硬化闭塞症、糖尿病足等周围血管疑难病症。

常州天宁区陈阿姨:我小腿发黑肿痛好几年,两年前脚踝处反复溃烂,这大半年一直不愈合,我坚持清创、换药,创面干干净净的,不渗水也没异味,为什么伤口一直不收口?

王义成:很多患者觉得创面清理干净、换药勤快,伤口就好得快。实际上,过度清创、反复擦洗创面,反而会损伤新生肉芽。老烂腿长期不收口,根本原因是下肢静脉反流、高压,创面没有生长条件。

奚氏脉管不过度清理、损伤创面。而是重点改善下肢静脉回流、疏通淤血,让腿部血液循环恢复,肉芽才有机会正常生长,伤口才能顺利收口愈合。

通讯员 **赵雷**