

# 碱性食品网上热销 “真有效”还是“真忽悠”?

据报道,近日美国“人体酸碱体质理论”之父罗伯特·欧·杨因使用该疗法延误病人治疗被判处巨额赔偿金。但在国内一些电商平台上,所谓“碱性食品”仍然大行其道,标榜其产品具有“转化碱性体质,孕育活泼男宝”“溶解身体结石”“预防癌症”“强化免疫细胞”等功效。“碱性食品”到底是“真有效”还是“真忽悠”?记者进行了调查。

## 碱性食品号称有“孕育男宝”功效

上海白领孙女士自称是“碱性食物爱好者”。在她眼中碱性食品近乎可以与健康食品画等号。

“肉、蛋、甜点一类食物是酸性食物,而蔬果是碱性食物。现代人生活习惯导致很多人身体偏酸,多吃碱性食物能抗癌。”孙女士说,这套说法身边不少人都持赞同态度,因为这与当下倡导的防慢性病的饮食结构相吻合。

记者在淘宝网上用“碱性食品”等关键词进行搜索,弹出的各类食品和保健品多达100页,一些产品月销

量超过1000件。

不少碱性食品和保健品采用相似的宣传手法:首先将“精神不振”“减脂无果”“痛风”“亚健康”等健康问题与“酸性体质”相关联。进而强调其产品是碱性或强碱性食品,能够帮助消费者快速恢复“酸碱平衡”,具有癌症预防、结石预防、肝脏强化等数十种功效。

一款名为海洋力量的碱性胶囊更声称,其功效能“转化碱性体质,孕育活泼男宝”,其原理为“当女方为碱性体质时,Y染色体精子的竞争力将大大增强”,而产品成分仅为“全墨角藻”“螺旋藻”“小球藻”。

复旦大学附属妇产科医院院长徐丛剑表示,自己从未听过服用碱性食品能够有助于“生男孩”的医学论证。

不仅如此,这些碱性食品价格不菲,成分也并不稀奇:一款名为“青梅精”的产品450克售价近2000元,原料仅为梅肉;一罐原料为小麦草的300克酸碱平衡瘦身粉卖到了539元;原料为低聚果糖、西兰花粉、芦笋粉的“碱康素”75克标价为680元……

中国农业大学食品科学与营养

工程学院副教授范志红表示,一些标榜碱性的食品和保健品并没有宣传的那么神奇。“很多产品成分在日常饮食中随处可见,并不需要花成百上千元购买。”

## “人的体质并无酸碱之分”

多位专家表示,人的身体并无酸碱体质一说,服用碱性食品也并不能改变人体的酸碱度。

“人身体各部位的体液酸碱度就不一样,比如胃液是酸性的,血液是弱碱性的,小肠内的环境也是弱碱性的,不能一概而论。”范志红说。

北京协和医院临床营养科副主任陈伟也表示,医学上并不存在酸碱体质一说。不属于临床疾病的正常人血液的酸碱度相对恒定,PH值一般在7.35至7.45,偏离一点都属于不正常。

“人体对身体的酸碱度非常敏感,血液PH值偏酸0.1就被称为酸中毒。酸中毒是一种急症,常常因为糖尿病、呼吸受限、乳酸中毒引

发,往往会危及生命,那时吃多少碱性食品都没用,必须到医院进行救治。”他说。

但从化学角度上看,食物本身确实有酸碱之分。陈伟补充说,酸碱并非味觉上的区分,而是食物被身体代谢或燃烧后留下的一些灰分,就好比柴火燃烧完后,留下一些灰渣。灰分的酸碱值才是人们常说的划分碱性食品的标准。

北京协和医院内分泌科主任医师邢小平把人的身体比作一个动态调节器,正常人吃碱性食品根本无法达到调节身体酸碱度的作用。“吃下偏碱性的食品后,身体会有一个代偿机制。一般人的代偿机制不会出现问题。就算服用碱性食品,身体的PH值也会保持在合理范围内。”

陈伟解释说,血液、肺、肾等会利用呼吸以及身体里的碳酸盐、磷酸盐、血红蛋白等进行缓冲,实现各部位的酸碱度调节。

武汉大学人民医院中医科主任医生宋恩峰告诉记者,“中医领域也不存在酸碱概念”,中医体质学说是根据中医学阴阳五行等划分人的体质,并不存在酸碱的划分法。

## 养生保健需科学态度和科学精神

在陈伟眼中,酸碱体质理论之所以能有一定市场,是因为人们有意无意混淆了一些概念:呈碱性食物大多是植物类的,有人则认为这样的膳食结构更有助于防止慢性疾病。

“但事实并非如此,如果只是为了追求碱性体质,天天吃小苏打就够了,但人们并不会因此获得健康。”陈伟建议,日常饮食无论是所谓酸性还是碱性食品,都应该多元化搭配,平衡膳食。“无论是只吃碱性食物,或是只吃酸性食物都不科学。”

范志红关注“碱性食品”问题多年,见过不少虚假宣传的碱性食品,也有人购买碱性食品花费高价。

她提醒说,一些商家利用消费者对疾病的恐惧心理,以一种貌似合理的宣传方式建立起疾病和酸碱体质的相关性,试图给消费者洗脑,进而推销自己的产品。

在她看来,人们对健康生活的追求可以理解,但切勿盲目相信一些错误养生理论。

## 韩政府说金正恩仍可能年内回访

韩国统一部19日说,尽管朝鲜与美国的无核化谈判陷入停滞,朝鲜最高领导人金正恩仍可能按照约定,

今年年底前访问韩国首都首尔。韩国将充分准备确保韩朝协议顺利落实,包括年内接待金正恩回访。

自朝鲜战争1953年停战以来,韩国多名总统曾前往平壤访问,但朝鲜最高领导人从来没有到访首尔。

## 百城百县百企调研行

前不久,中国宝武钢铁集团旗下的宝钢股份邀集全球汽车板用户,在厦门召开了第四届宝钢汽车板论坛。从论坛上传出一个令人振奋的消息:中国宝武在全球已率先具备汽车板三代超高强度钢研发和批量供应能力,最新一代汽车板超高强度钢种成功实现了全球首发。

这是一个有力的信号,反映了中国宝武改革开放再出发的一个明确的方向:从全球的“追赶者”变成全球的“首发者”。

宝钢是中国改革开放的产物,是国企改革的前行者,创出了世界一流业绩,建成了世界一流企业。2016年12月,原宝钢集团和原武钢集团联合重组成立中国宝武钢铁集团有限公司,引领并示范行业的转型升级,全面提升企业的竞争力和影响力。

中国宝武党委书记、董事长陈德

## 中国宝武改革开放再出发: 从全球“追赶者”到全球“首发者”

荣说,宝钢是40年前在党的十一届三中全会公报发布的当天破土动工的,被称作“改革开放的产物”,最是贴切不过。宝钢的发展史,可以用“三个宝钢”的说法来概括,就是“建好一个宝钢、上交一个宝钢、输出一个宝钢”,向全国人民交出了三份出色答卷,以优异的经营业绩实现了国有资产的保值增值目标。从1985年宝钢一期工程投产到2017年中国宝武联合重组第一个完整年,累计实现钢产量7.3亿吨、商品钢材6.7亿吨、营业收入4.2万亿元、利润总额2881亿元、利税总额4913亿元。

宝钢与武钢实施联合重组,从行业和企业的内部结构与机制上进行再探索、再创新,是中国钢铁业改革开放“再出发”的一个崭新起点。经过近两年的实践,可以说“初战告捷”。

有决心,就必然有成绩。翻阅中国宝武的经营业绩年表:2016年和

2017年累计压减化解钢铁产能1542万吨,三年目标两年完成。与此同时,累计压减法人户数180户,为发展新业务腾挪了空间。

除了最新一代汽车板超高强度钢成功完成了全球首发之外,宝钢股份自主集成建设的全球首套大型高炉控制中心也在今年上半年建成启用,成功实现了对宝山基地4座高炉的集中化操作控制和生产管理,并可对其他基地高炉进行远程技术支持。

中国宝武在其更多的“全球首发”中,将坚持“开放创新”之路,最新启动的面向全球的众研平台,即是明证。中国宝武总经理胡望明表示,中国宝武将拓展智能制造、人工智能、高端装备等方面的国际优秀合作伙伴,大力发展“智慧制造”能力,努力成为全球钢铁行业的引领者。

本版稿件均据新华社

## 为了民族复兴·英雄烈士谱

### 丁思林:“模范青年团”团长

丁思林,1913年4月出生在湖北黄安(今红安)县丁家岗一个贫苦农民家庭。1933年9月加入中国共产党。1932年5月参加红军。曾任班长、排长、连长、营长。1934年后,任红四方面军第31军第93师第274团参谋长、第271团团长。1935年参加长征。

全国抗日战争爆发后,丁思林任八路军第129师386旅772团1营营长。1938年9月,任386旅新1团团长。他以英勇的精神和紧张的工作,协同与团结全团官兵,把一个新的部队,锻炼成一个有战斗力的、富于我军优良传统的主力团。1939年2月,在曲周县香城固的伏击战中,全歼日军安田中队和40联队补充大队,打死日军250余名,俘虏8名,毁掉汽车9辆,缴获火炮3门,枪百余支,粉碎了敌人破坏冀南根据地的阴谋。因表现出色,新1团被八路军总司令朱德赞誉为“模范青年团”,后又被八路军前方总部授予“朱德青年团”的光荣称号。

1939年7月5日,日军109师团107联队3000多人向晋东南抗日根据地地进行大“扫荡”。6日,丁思林率

新1团在云族镇同敌人激战两天。8日,日军纠集兵力再次发动进攻,为掩护部队撤退,他主动阻击日军进攻。激战中,丁思林头部中弹,壮烈牺牲,时年26岁。

为了表达对丁思林的哀思,时任八路军129师政委的邓小平在《新华日报》(华北版)上发表《悼丁思林同志》一文,赞扬他“不仅是一个英勇顽强、机动灵活的好的指挥员,而且从十年的斗争中,锻炼出了他的忠于民族,忠于劳动人民,忠于党的坚强的意志。同时他还富有青年的突击精神,勇于任事、不怕困难、奋勉前进的特质”,因此,他为上级同级所信赖,为下级所尊敬,他的牺牲,“是全师的重大损失”。

如今在湖北省黄冈市司法局工作的丁思林的侄儿丁鸿鸣告诉记者,小时候经常听父亲讲二伯丁思林的英雄事迹,从小就立下了像二伯那样“为了崇高信仰而奋斗”的志向。

而烈士的故乡丁家岗,也早已不再是贫穷落后的山沟村,在时代的春风里成为了一座山清水秀、群山环拱、日渐富足的美丽村庄。

## 亚马逊中国“真黑五”来袭 五国狂欢同步全球逾10万海外尖货钜惠

亚马逊中国第五届海外购物节“真黑五”全球狂欢将于11月22-24日进入全球同时同质的高潮72小时。

届时,亚马逊中国将为中国消费者带来史上最大规模、最真海外尖货、最正海淘文化、最超值的黑五狂欢体验。

2014年亚马逊中国首次将“黑色星期五”带入中国,在跨境消费领域掀起“海淘狂欢”的风潮,经过四年发展,“黑色星期五”已经成为最受跨境网购用户关注的年终购物节。

今年,亚马逊海外购针对消费体验再升级,重磅推出“2018真黑五全球榜单”。

榜单由两部分组成:“好货数据榜”基于亚马逊海外购四大海外站点销售大数据揭秘美、英、日、德四国爆款;“好货推荐榜”则是由亚马逊海外购携手逾30位专业媒体、海淘达人、资深买手及海外大牌组成的“真黑五不怕黑联盟”所推出的跨境必买清单,帮助中国消费者锁定心仪好物。

在“海外购物节”两大高潮“黑



色星期五”及“网购星期一”期间,中国消费者将同步参与到美国、英国、日本、德国亚马逊四大站点、数千款国际品牌、逾10万款优质海外正

品抢购中来,并通过Z划算、Z秒杀、下单折扣、满减等多重限时促销,享5折低价。

11月22-24日黑五大促期间,Champion冠军、Clarks其乐、Philips飞利浦、Crayola绘儿乐、WMF福腾宝、CalvinKlein卡尔文·克萊恩等享誉全球的品质大牌将开启特惠活动。

同时,亚马逊中国保税仓也将上线“年终实力盘点TOP300爆款,全年超低价”促销活动以及千元优惠券大放送,打造6折低价,覆盖母婴玩具、

美妆个护、食品酒水、鞋靴箱包、服装饰品、厨具小家电、数码产品等热门品类,囊括LAMER海蓝之谜、Dr. Martens马汀博士、HITACHI日立、Arcteryx始祖鸟等国际大牌的近万款环球爆款触手可及。

亚马逊进入中国14年,秉承着“顾客至上”理念,致力于打造值得信赖的优先选购高品质国际选品的站点。今年,亚马逊海外购将再度突破,为中国消费者送上纵享全球的“真黑五”狂欢。