

“防猝死”套餐上热搜

保健品“打包”不能当药吃

叶黄素两粒、鱼油一粒、辅酶Q10一粒……五颜六色的保健品组成的“防猝死套餐”近期在网络平台上受到年轻人追捧。事实上,这种套餐没有科学依据,盲目服用还可能加重代谢负担。如何服用保健品才能“保健”?选购保健品有哪些讲究?

谨慎选购

看 场所资质

商场、超市、药店

买保健品要到 证照齐全 的 正规场所

营业执照、食品经营许可证

购买后索要正规的销售凭据



看 产品信息

>> 有“蓝帽子”标签



保健食品统一专有标识
意味着该产品
获得国家注册批准
或通过市场监管部门备案

合理服用

>> 有生产企业信息

检查企业名称、生产许可证号
可在省级主管部门网站确认企业合法性

××市市场监督管理局官网

看 广告宣传

有这些宣传的保健品都不靠谱

- × 防猝死 防癌抗癌 治疗近视
涉及疾病预防、治疗功能
- × 长期服用必见效 没有任何副作用
表示功效、安全性的断言或保证
- × 可以替代胰岛素等降糖类药物
与药品、其他保健品进行比较

此外,靠谱的保健品必须显著标明

本品不能替代药物



北京安贞医院急诊危重症中心 副主任

贺晓楠

盲目服用保健品会加重肝脏
或肾脏负担;对日常服药的心血管
疾病患者,还将增加药物间相互作
用的风险。



预防诈骗

保健品骗局隐藏在多种形式下

专家义诊 免费体检 健康讲座
组织旅游 居家养老 会议营销
老人尤其要注意

>> 虚假推销

假扮医生组织活动、主动关心老人
实则是为了推销低劣保健品

>> 低进高出

将低价购进的保健品
包装成“特效神药”高价卖给老人

>> 退费陷阱

老人意识到被骗 急于拿回钱
再交一笔“手续费”“税金”
落入骗子的连环套

骗子销售的保健品

大多无毒无效

一些老人在服用后可能会觉得
精神好、有疗效
实际上是 心理作用

