

星制作 | XINGZHIZUO

# 90后姑娘痴迷美容保健品 胃里竟长满溃疡

据报道,21岁的广西女孩小丽为了美丽,平时常吃一些具有美颜、瘦身等功效的产品,还经常多个保健产品一起吃,2年多从未间断。但最近胃部不适到医院就诊,做胃镜时,显示屏上的胃部景象吓坏了在场所有医护人员。“一个个小白点布满了整个胃,多达数十个。”很多保健品都含药物成分,是药三分毒,多吃肯定对身体不好。事实上,我们平时吃的一些食品其实都是保健品,只是你不知道。

**维生素软糖** 今年8月加拿大卫生部发出通告召回“小熊糖”,因其中维生素D含量超标4倍,远超过8岁以下儿童每天安全服用的标准上限。摄入过多则会导致维生素D“中毒”,引起头痛、恶心、呕吐、便秘、缺乏食欲、易怒、脱水、疲劳和体重下降等症状。

专家介绍,这些营养软糖都是胶质糖,给孩子食用很容易引起气管堵塞。而营养素过量了同样会中毒,给孩子身体带来健康隐患。

**泡腾片** 属于保健品行列,如果长期大量服用,会使人体的生理调节作用适应了高浓度的维生素,一旦停药,除出现晨起牙龈出血,重则出现皮下瘀斑等症状。过量的维生素还能破坏淋巴细胞及阻碍白细胞的吞噬作用,破坏身体免疫力。

**鱼肝油** 鱼肝油和鱼油是两回事,鱼肝油是从海鱼肝脏中提出的一种脂肪油,其主要成分为维生素A和D,预防婴幼儿佝偻病,帮助维持正常视力,和老百姓所理解的“鱼油”完全是两回事。而且维生素A、D都是脂溶性维生素,过量摄入无法通过尿液正常排出体外,会对肝、肾造成负担,因此鱼肝油一定要在医生指导下服用,如果当成食品服用,有可能中毒,损伤肝脏。

**纤体梅** 今年又一样“减肥神器”火了——纤体梅。专家介绍,青梅也好,乌梅也罢,说到底都是梅子,并没有减肥的功效,疗效基本靠吹来的。如果吃梅子能减肥,那么起作用的也应该是添加的那些药物。即便添加的是中药也是药,是药就不能乱吃。

**保健酒** 专家表示,劲酒是用来壮阳的,阳盛的人或者阴虚火旺的人都不能喝。儿童、妊娠期妇女、心脑血管疾病患者更是不适宜饮用。很多人根本搞不清自己是什么体质,喝了保健酒后不但不保健,反而伤身,并很有可能引起药物中毒。

**功能饮料** 肚子饿了就要去吃饭,困了、累了就要去睡觉,让身体感受不到疲劳不代表身体不疲劳。喝功能饮料“提神”,这种硬撑实际上是对身体健康的透支,是非常不可取的。

实用 | SHIYONG

## 香蕉、黄瓜这么多的用处 妹子们你们知道吗?

日常生活中,常见的食物也能成为简单快捷的清洁工具,并且有些效果比市面上卖的清洗剂效果还要好。

**香蕉皮 让银器更有光泽**

如果家里值钱的银器有点变黑生锈,只要用香蕉皮的内侧摩擦银器生锈的部分,就能让银器看上去光亮如新。

**黄瓜皮 去除墙上和桌子上的印记**

黄瓜皮其实是相当万能的清洁用品。工作台面和墙上的笔迹可以用黄瓜皮去除。洗澡前用黄瓜皮在浴室的镜子上擦几下,还能起到防水雾的效果。

**核桃 遮盖木家具上的划痕**

先将去壳的核桃擦拭木家具上有划痕的地方,随后用手指来回擦拭这些地方,让油沁进去。等上五分钟,用软布轻擦这块区域。划痕就消失了!

**切片面包 清理碎玻璃渣**

清理小小的碎玻璃渣非常让人头疼,不过用白面包就可以轻松将所有玻璃渣吸附起来。

**米 清理咖啡磨豆机**

将生米放进磨豆机或者研磨机,将米磨成粉末状,倒出米粉,你会看到碎渣和咖啡豆也会被一同清理出来。最后再用湿布进行清洁。

**玉米粉 去除纤维上的油渍**

用玉米粉将污渍区盖满,15~20分钟后用吸尘器将玉米粉吸走,污渍已经被玉米粉吸收。随后再用正常的流程对布料进行清洁。

提醒 | TIXING

## 有的网购家具原来这样生产的 你还敢买吗?!

双十一马上就要到了,网购又成了不少剁手族的节日,大家是不是发现网上有很多便宜到爆的沙发啊?然而事实是:朋友去专做网购家具生产厂家参观,旧家具回收二次利用,海绵未经过消毒处理,太恐怖了!



回收废品,作为加工原料;回收的陈旧沙发,作为新产品的框架;产品加工车间,废旧的破布就是我们每天要接触的面料;发霉的海绵,单薄的框架,这就是网购沙发的原始架构!经常有消费者说在淘宝买家具便宜、划算,这样的家具能便宜吗?这种环境生产出来的家具,你们敢用吗?所以奉劝大家买家具一定要去正规专卖店购买!

另外,在网购家具前您最好做好以下准备!

**照片与实物不相符** 由于网络本身具有的虚拟性,网购家具产品很容易出现照片与实物颜色差异过大、实物材质与网上描述不符、款式与图片不一致等问题。

**冒名顶替防不胜防** 网上购物还有一点让人很闹心,就是仿品(山寨货)太多,很多商家打着名牌家具的旗号,卖的却是质量差、不环保、尺寸颜色与照片不符的假货。

**买家具容易,退换货很难** 由于网络购买家具还要经手第三方的物流公司,家具的特性又决定了其容易损坏,所以纠纷时有发生,而且网上的退换货流程繁琐复杂,消费者维权更是困难重重。

**网购家具容易破损** 网购身材庞大的家具,物流成了一个大问题。不少人会发现,重则家具被碰裂,轻则碰掉了油漆。本来崭新的家具,变得伤痕累累,确实会让人很心疼。

**送货安装很闹心** 在实体店买家具,销售企业基本上都会为消费者免费送货上门,并提供安装服务。然而,一般网上买家具,卖家不提供送货上门服务,需顾客到物流公司自提,如需送货上门需根据里程及楼层另付服务费用。不提供安装服务,安装家具需自费找安装工人。

**刷出来的好评,好评多质量未必好** 很多消费者在网购时会把产品的好评率作为一个重要的参考因素,然而,这么多的好评,很可能是卖家雇人特意刷出来的。

**售后服务成难题** 网购家具没有健全的售后服务体系,网购家具一旦出现问题,解决起来相对就有些麻烦了。

## OPINION 今日 | 语录

●匿名问:讨厌老板怎么办 是不是该炒他鱿鱼 其实更想让他一无所有 哈哈

答:Excuse me??? 老板让你一无所有的可能性更大一些吧?

●小米加步枪问:我是北方人,很想知道南方人是怎么过冬的?

答:唉,看来实在是瞒不住了。南方人比北方人抗冻,是经过历史检验的。为了保证人类的正常繁衍和发展,每年十一月之后,每一个南方人就开始闭门修炼,每日净身吃斋,内化功力,坚持七天七夜,方可出门,此时,南方人已将抗寒能量传输至北方,保证北方暖气正常供应。整个冬天,北方人享受着温暖如春的室内环境,南方人只是淡然一笑,事毕拂袖去,不留功与名。

●忧郁的牙Feynmi问:文科生女朋友无法和工科生男朋友持续相处,怎么办?

答:一般来说,文科生女朋友敏感细腻,工科生男朋友呆萌木讷。所以两个人相处,一定要多沟通,了解彼此的想法,就事论事。

●伶俐问:脸胖怎么办?

答:把下半身也弄胖一点,这样别人就不会注意你的脸了。

●轩问:活了22年,读了16年书,暗恋过几个女生,我一直认为在学校讲爱情太过飘渺,你觉得呢?

答:校园里的爱情太理想,社会中的爱情太现实。然而说得好像你表白了一定能和她们在一起似的,别找借口了。

●淡香问:我刚工作,她还在大三,还异地恋,该怎么办才能让她更爱我?

答:双十一快到了,你有没有兴趣看看她的购物车?

●ermin问:女友不想在朋友和父母面前(短期)公开我们的关系,这种一般是有何顾虑?

答:试用期。

●Frida问:怎么委婉地跟男生说我喜欢你?

答:“今晚的月亮真美啊。”

日本著名作家夏目漱石把英文I love you翻译为“今晚的月色真美啊”,体现了日本人的含蓄做派。所以这句话,常常被日本人用来表白。表达了喜欢不直接说出口,借他物表达情感的内心世界。

因地区而异,在中国,则可以说:

“今晚的雾霾真大啊。”