

远离慢阻肺困扰
从戒烟开始

5月31日是第38个世界无烟日,今年无烟日主题为“拒绝烟草诱惑,对第一支烟说不”。湖南省人民医院马王堆院区呼吸四病区朱黎明主任医师介绍,慢性阻塞性肺疾病(慢阻肺),是一种逐渐削弱患者呼吸能力的疾病。研究显示,吸烟者发展成慢阻肺的概率是非吸烟者的3-5倍,烟草中的有害物质会刺激呼吸道,引发炎症,损伤肺泡,导致不可逆的气流受限,最终引发慢阻肺,导致长期的咳嗽咳痰气促症状。

朱黎明表示,慢阻肺具有高发病率、高致残率、高死亡率的特点,据《中国卫生健康统计年鉴2022》数据,2021年中国慢阻肺死亡人数约90.9万,占全部死亡病例的9.1%,是我国第三大死因。慢阻肺症状可能包括持续咳嗽、咳痰、活动后气短等。这些症状在早期可能不明显,但随着病情的发展,日常活动如爬楼梯、快走甚至穿衣都会变得异常艰难。慢阻肺不仅影响生活质量,还可能导致心血管疾病、抑郁和骨质疏松等并发症。戒烟是预防和改善慢阻肺的关键,无论何时开始都不晚。对于慢阻肺患者,戒烟能显著缓解症状,降低急性加重次数和死亡风险。

同时,朱黎明主任医师提醒,慢阻肺患者可以通过戒烟并积极进行呼吸康复训练、运动训练,让“受伤”的肺重获新生。 张韶泽

“保健品”收割老年人

近期,多名消费者向记者反映,一些看似售卖油盐酱醋米等农副产品的店铺,暗地里却偷偷向老年人销售高价“保健品”。有老人受骗金额达数十万元。

这些老年人是如何一步步落入高价“保健品”陷阱?记者近期采访了多位受骗老人家属及曾经的保健品销售,还原保健培训课堂“收割”老年人的“套路”。

1 花50万元买“保健品”,竟包含压片糖果

硒肽、富硒植物蛋白精萃片、红曲植物甾醇硒精华片……家住北京的徐女士展示了自家老人四年来自“硒品优选拼团”购买的“保健品”。据她估算,四年来,老人购买各类富硒产品至少花费了50万元。

“我曾亲耳听见上门服务的业务员说,有病人肝癌晚期,吃过这些‘保健品’后症状缓解,暗示这些东西有医疗效果。”徐女士说。

记者注意到,徐女士展示的这些“保健品”实际并没有保健食品标识。以其中的“希欣康红曲植物甾醇硒精华片”为例,销售人员向老人宣传该产品有保健功效,但实际该产品并没有保健品标识,包装上甚至还写着“压片糖果”(如图)。

该产品生产企业恩施德源硒材料工程科技有限公司



公司的网站显示,该精华片是一款“专业级心脑健康呵护产品”。但查询中国商标网发现,该商标注册范围为“茶饮料、茶、糖、奶片(糖果)、蜂蜜、以谷物为主的零食小吃、饼干、谷类制品、米、酵母”。记者尝试官网电话等多种方式联系该公司,但始终未能接通。

中山大学公共卫生学院营养学系教授蒋卓勤此前表示,此类产品既不是保健食品,也不是特殊医学用途配方食品,只是普通食品,更不能违规宣传它有治病效果。

3 免费赠送鸡蛋、大米吸引老人进群

李明告诉记者,此类店铺通过免费赠送鸡蛋、大米的方式吸引老人进群,在线上直播间售卖廉价生活用品。老人上门取货时,店员会观察他们的言行举止进行筛选。半个多月后,店里开始约这些老人来听课,并推销上千元一盒的鹿茸等产品。

“那些老人大约七八十岁,保健品都是上万的买。”据李明回忆,每天大概有30多名老人来店里听课。这些人就成了推销人员的“线下客户”。

4 线上“培训课”每天密码不一样

记者暗访了某连锁富硒农产品超市,该店铺暗藏在小区附近,无论是货架上的米、面产品,还是商品标价,看起来都毫无破绽。只有墙上关于购买保健品的提示、店铺里间聚集等候的老人,让人察觉一些异样。

一些店铺开始将老人的“培训课”从线下改成线上,让商家推销更具有隐蔽性。“每天早七点到八点,业务员会发链接给老人听课,每天密码不一样,没人邀请或不知道密码就进不去,他们在直播间内也尽量规避

免费鸡蛋变天价骗局

近期,多名消费者向记者反映,一些看似售卖油盐酱醋米等农副产品的店铺,暗地里却偷偷向老年人销售高价“保健品”。有老人受骗金额达数十万元。

这些老年人是如何一步步落入高价“保健品”陷阱?记者近期采访了多位受骗老人家属及曾经的保健品销售,还原保健培训课堂“收割”老年人的“套路”。

2 电商平台标价500元,卖给老人2000元

据了解,即便一些有保健品标识的产品,相关商家在向老年人推销的时候也存在加价行为。

今年4月刚从此类店铺离职的李明告诉记者,她此前所在的店铺就售卖过“有保健品标识但利润极高的产品”。例如“野因氏胶囊生命素”在电商平台上的标价450至700元。但李明出示的售卖清单显示,同样的产品卖给老年人,售价可以达到2000元一盒。

李明所在店铺卖2000元一盒的生命素,在电商平台上标价500—700元(如图)。值得注意的是,李明提到的“野因氏胶囊生命素”,包装标注保健功能为“免疫调节、调节血脂、辅助抑制肿瘤”。

《中华人民共和国广告法》明确规定,保健食品广告不得含有表示功效、



安全性的断言或者保证;涉及疾病预防、治疗功能;声称或者暗示广告商品为保障健康所必需等内容。市场监管总局等部门2023年联合发布的《允许保健食品声称的保健功能目录 非营养素补充剂(2023年版)》中,也不包括上述表述。也就是说,保健食品不得宣称具有抑制肿瘤、免疫调节等功能。

老年人为何会相信此类有明显漏洞的产品具有保健功效,还花费不少钱购买?在李明看来,其中重要原因是推销人员的“套路”。

链接

专家出招:防范保健课堂收割老年人

时代九和律师事务所高级合伙人孟健表示,此类商家的违法行为具有隐蔽性,对于市场监督管理部门而言主要难点在于取证。由于商家售卖的“特殊产品”本身不属于不合格产品,所以售卖该类产品不直接构成违法。其违法的关键点是针对产品内容及功效的虚假宣传,故执法部门只有当能够证实商家存在虚假宣传时才能作出处罚。

“如果商家被证实构成虚假宣传,则依据《中华人民共和国消费者权益保护法》第五十六条之规定,市场监督管理等执法部门有权责令改正,可以根据情节单处或者并处警告、没收违法所得、处以违法所得一倍以上十倍以下的罚款,没有违法所得的,处以五十万元以下的罚款;情节严重的,责令停业整顿、吊销营业执照。在行政处罚之外,不法商家还可能承担民事赔偿责任。”孟健说。

孟健指出,消费者维权需要提供能够证明遭遇欺诈的证据,通常包括录音录像、聊天记录、宣传单或产品介绍网页(含网址)等形式。“对该类欺诈行为,关键是让

购买者认清不法商家的真实面目。现实中该类事件的痛点在于,以老年人为代表的受众,基于错误认识拒绝指证,甚至维护不法商家。”

近期,市场监管总局和中国消费者协会联合发布防范“保健品”诈骗老年人消费提示,提醒老年消费者增强风险防范意识,远离诈骗陷阱。

市场监管总局强调,根据《中华人民共和国食品安全法》,食品、保健食品不能宣传疾病预防、治疗功能。在选购过程中,要注意警惕“免费”陷阱,避免被免费健康讲座、免费体检、免费礼品等诱导进入消费陷阱;并拒绝夸大宣传,果断拒绝违背科学常识、宣称具有“神奇疗效”“包治百病”的“保健品”。

孟健建议,家属应当充分理解受欺诈的老人,可以尝试通过科普让老年人明白购买的所谓“保健品”并不具备宣传的功效,也可以请消费者协会或市场监督管理部门等具有公信力的权威机构给出解释说明。在能够保证人身安全的前提下,也可以陪同受欺诈老人再次走访商家。 左雨晴

青岛市民政事务综合服务中心举办活动

中医明心治未病 义诊暖人心

本报讯 5月30日,青岛市民政事务综合服务中心(青岛市老年活动中心)举办中医明心治未病公益义诊活动,特邀黄岛区立医院副主任医师李梅为老年学员提供专业中医诊疗与健康指导。

义诊过程中,李梅凭借扎实的中医理论和丰富的临床经验,为老年学员们认真把脉问诊、辨证施治。面对学员们提出的关于慢性病调理、季节养生、穴位保健等诸多问题,她都耐心细致地一一解答。针对老年人常见的失眠、关节疼痛、脾胃虚弱等症状,李梅更是结合个体情况,提出了个性化的建议。

本次活动得到青岛市青心汇爱银龄志愿服务团的鼎力支持。志愿者们早早布置场地,引导签到、维持秩序,协助老人填写健康档案,全程贴心陪伴。他们用真诚的笑容和细致的服务,让义诊活动更显温暖。 (本报记者)

乐享西域风情 新疆舞课程体验圆满举行



本报讯 5月26日,青岛市老年活动中心第五期公益主题课堂在欢声笑语中圆满落幕。本期课堂特邀青岛市舞蹈家协会会员、山东省艺术培训行业协会会员丁俊,带领学员们一同体验热情奔放的新疆舞,感受浓郁的西域风情。

课堂上,丁俊以生动的讲解和优美的示范,向学员们传授了新疆舞的基本元素,包括手腕花、移颈、旋转等经典动作。学员们跟随音乐节奏,尽情舞动。尽管大多数学员是初次接触新疆舞,但在丁俊的耐心指导下,大家很快掌握了基本动作,并逐渐融入欢快的旋律中。课堂气氛热烈,不少学员表示:“新疆舞节奏明快,跳起来特别开心,感觉整个人都年轻了!”

青岛市老年活动中心始终致力于为老年朋友提供丰富多彩的学习体验,本期新疆舞课程不仅让学员们领略了民族舞蹈的魅力,更增进了彼此间的交流与友谊。未来,他们将继续推出更多优质的公益课程,助力老年朋友乐享健康、充实的晚年生活。 (本报记者)