

生活 南京健康 HEALTH

最贴心的健康专家

奶粉推销导致城镇母乳喂养率下降

大多数消费者不知道,商家向孕妇推销奶粉属于违法

随着80后一代“现代妈妈”的生育期高峰的到来,关于母乳喂养和它乳喂养的讨论再次被推到风口浪尖。据悉,中消协今年对30多个城市的母乳代用品市场调查发现,44.2%的婴儿母亲依赖母乳代用品,其中14.7%甚至只使用奶粉喂养。而大多数消费者不知道,商家向孕妇推销奶粉属于违法。部分准妈妈也告诉记者,在她们身边的确活跃着一些人,通过各种途径和形式在向她们推广代母乳用品。产科专家认为,婴幼儿的喂养应以母乳为主,代母乳用品只能是在没有母乳或母乳明显不足情况下的选择。

四成准妈妈经历奶粉推销

1995年6月13日卫生部、国家工商行政管理局公布《母乳代用品销售管理办法》。其中第七条明确规定:生产者、销售者不得向医疗卫生保健机构、孕妇、婴儿家庭实施:赠送产品、样品;减价销售产品;以推销为目的,向医疗卫生保健机构有条件地提供设备、资金、资料。第十三条规定:医疗卫生保健机构抵制母乳代用品生产者和销售者在本部门、本单位所做的各种形式的推销宣传。不得在机构内张贴母乳代用品产品的广告或发放有关资料;不得展示、推销和代售产品。

不适当的奶粉推销和推荐行为给母乳喂养造成巨大冲击。中消协今年在30个城市进行的一项调查结果显示:41.2%的母亲反映她们在怀孕或哺乳期间遇到过“奶粉厂家代表”推销奶粉,24.5%的母亲反映遇到过“医务人员”推荐奶粉的情况。奶粉宣传对母乳喂养行为造成较大干扰。《办法》禁止发布母乳代用品广告,但调查还发现,婴儿奶粉“添加DHA等营养物质,有利于孩子大脑发育”等宣传内容会让57.2%的母亲心动,而为婴儿选购这类配方奶粉。

据了解,新生儿一旦接触和使用母乳代用品,特别是婴儿奶粉、奶嘴后,拒绝母乳喂养的可能性将大大增加,很难适应母乳喂养方式,不利于推广母乳喂养。但近些年来,随着奶粉市场竞争的不断加大,一些奶粉公司大肆进行母乳代用品促销活动。相关机构的监测情况显示,44.2%的婴儿母亲依赖母乳代用品,其中14.7%甚至只使用奶粉喂养。而大多数消费者不知道,商家向孕妇推销奶粉属于违法。目前,有的奶粉公司在产品包装或广告宣传中暗示或明示产品类似或接近母乳;有的通过向孕产妇推荐产品;有的通过所谓的母婴健康咨询活动宣传产品。这些违规行为是造成我国城镇母乳喂养率持续下降的重要原因。

据专家介绍,不正当渠道销售方式不但破坏了市场秩序,恶化了市场竞争,同时还违背了道德原则。如果国内奶粉企业也加入医务渠道里进行竞争,必将引起一种更大的灾难。专家分析,这种渠道的厉害之处有两点:一、消费者最相信大夫;二、小孩一出生就获得免费奶粉,婴儿一旦吃第一口,就有依赖性,适应了就不易换。这种竞争拼的不是产品质量和正常的市场销售手段,而是“公关能力”。

违规销售不利于母乳喂养

有新生儿的家庭可能都有过被推销奶粉的经历,记者在采访时获悉,产妇刘女士出院回家后,不断接到推销奶粉的电话,虽然她对推销员频繁的打扰感到不快,她的母亲曾经直接对推销员说:“不要再给我们打电话了。”可是,前不久,这名推销员又打了一次电话。去年3月生下孩子的钱女士对记者说,“现在的奶粉厂家真是无孔不入!有时打着为婴儿和产妇好的旗号,什么咨询啊,讲座什么的,我也参加了不少,可是现在想来主要是想掏大家的钱!”钱女士刚生完孩子没有奶,先让孩子喝了赠的奶粉(一个有名的大品牌),

结果等奶下来后,宝宝也不愿喝了,现在奶粉钱每月都要几百元。“我看很多报道说母乳对孩子和大人都有好处,真后悔当初不该占这便宜!”

专家指出,不正当渠道销售方式不但破坏了市场秩序,恶化了市场竞争,同时还违背了道德原则。如果国内奶粉企业也加入医务渠道里进行竞争,必将引起一种更大的灾难。专家分析,这种渠道的厉害之处有两点:一、消费者最相信大夫;二、小孩一出生就获得免费奶粉,婴儿一旦吃第一口,就有依赖性,适应了就不易换。这种竞争拼的不是产品质量和正常的市场销售手段,而是“公关能力”。



资料图片

母乳不足时可适当添加奶粉

国际上提倡母乳喂养到2周岁。据南京市妇幼保健院护理部周俊峰科长、产科屈利洁护士长介绍,母乳是0~6个月婴儿最合理的“营养套餐”,所含各种营养物质最适合婴儿消化吸收。母乳中含有丰富的抗感染物质,纯母乳喂养的婴儿发生腹泻、呼吸道及皮肤感染的几率小。母乳中还含有婴儿大脑发育所必需的各种氨基酸。母亲在哺乳过程中的声音、拥抱和肌肤接触能刺激婴儿的大脑反射,促进婴儿早期智力发展,提高婴儿的环境适应能力。对母亲而言,母乳喂养有利于产后康复。

“我们主张母乳喂养,但在母乳不足的情况下,可以适当添加配方奶”,宝宝4个月以后由于运动量加大,这个时期母乳喂养跟不上,家长可以为宝宝准备1/4个蛋黄泥或者菜泥,同时观察宝宝的消化功能和大便情况,如果消化功能良好大便正常的,一周后再增加一点量,期间可以喂一点点肉末,让宝宝慢慢适应辅食,宝宝长到6个月时,有的孩子已经开始长牙,这时候稀饭、面条、蒸鸡蛋都可以吃了,果泥和现榨的果汁也可以喂给宝宝,8个月

时,软一点的食物宝宝基本能够接受,一周岁时,尽量要求宝宝的食物多样化。

添加辅食后要注意观察宝宝的皮肤,看看有无过敏反应,如皮肤红肿,有湿疹,应停止添加这种辅食。此外,还要注意观察宝宝的大便,如大便不正常也应暂停添加这种辅食,待其大便正常,无消化不良症状后,再逐渐添加,但量要小。此外,给宝宝添加的辅食最好现吃现做,如不能现吃现做,也应将食物重新蒸煮。添加辅食的用具要经常消毒,以防病毒侵入宝宝体内引起疾病。

小贴士 选购奶粉时注意以下几点:

现在的市场上,婴幼儿配方奶粉的品牌繁多。在沒有母乳或者母乳明显不足的情况下,怎样才能为宝宝选择一款安全、健康的配方奶粉呢?下面,就向各位妈妈介绍一些购买婴幼儿奶粉的小招数:

【听声】用手捏住奶粉包装袋摩擦,真奶粉质细,发“吱吱”声,假奶粉拌有糖,颗粒粗,发“沙沙”声。

【观色】真奶粉呈天然乳白色,假奶粉色较白,细

看呈结晶状,或呈漂白色。

【闻味】打开包装袋,真奶粉有牛奶特有的奶香味,假奶粉乳香甚微或没有乳香味。

【品尝】把少许奶粉放口中,真奶粉细腻发粘,溶解慢,无糖的香味,假奶粉入口溶解快,不粘,有香味。

【溶解速度】把奶粉放入杯中,用冷开水冲,真奶粉需经搅拌才能溶解成乳白色浑浊液;假奶粉不经搅拌即能自动溶解或发生沉淀。用热开水冲时,真奶粉形成悬

漂物上浮,搅拌之初会粘住调羹;掺假奶粉溶解迅速,没有天然乳汁的香味和颜色。其实,所谓“速溶”奶粉,都是掺有辅助剂的,真正速溶纯奶粉是没有的。

【假品特征】有些假奶粉是用少量奶粉掺入白糖、菊花精和炒面混合而成的,其最明显的特征是有结晶,无光泽,呈白色或其他不自然颜色,粉粒粗,溶解快,即使在凉水中不经搅拌也能很快溶解或沉淀。 快报记者 金宁

健康养生

常见老年人健身误区

很多老年人经常参加晨练和一些户外锻炼,以达到增强体质、延年益寿的目的。但是,健身需要有科学的方法,特别对老年人而言,不科学的运动不仅不能达到这些效果,反而会适得其反,给老年人的健康带来危害。

误区一:晨练。很多人认为早晨空气好,周围清静,适合锻炼。其实,太阳出来前,空气中的二氧化碳含量较高,空气质量很差,所以晨练应安排在太阳出来后一小时,并且,不宜在车流较多的马路旁、树林密集的地方晨练,因这里聚集有大量的二氧化碳,容易中毒,还容易得癌症。其次,有雾的天气不宜晨练,因雾中含许多有害物质。第三,空腹晨练易造成低血糖。而且,早晨冠状动脉张力高,交感神经兴奋性也较高,早晨6时至中午12时心血管病发病最高,因此应尽量选择在下午或晚上活动为宜。如在清晨健身,运动量应尽量小一些。

误区二:“饭后百步走,活到九十九”。这句中国古话常被当做老年人的健身格言,其实,饭后百步走并不科学。从近代医学观点看,吃饭特别是吃饱饭时,老年人的心脏负荷增加,餐后运动对心血管系统有明显的负面作用。因此老年人应该避免在餐后特别是饱餐后两个小时内进行运动锻炼。

误区三:“别人做什么活动,我也争相去学”。这种习惯很不好。每个人的身体状况不同,喜好也不一样,老年人应该根据自己的年龄、病情、体力、个人爱好选择合适的运动项目和运动量,循序渐进,持之以恒,否则会弄巧成拙。

此外,老年人需要保证充足的睡眠,注意饮食和营养,保证全面充足的维生素和矿物质摄入,同时适当补充维生素矿物质,例如专为中老年人特制的善存银片。配合充足的营养,才能让运动达到应有的效果。

江苏省中医院内分泌科主任医师戴芳芳



螺旋藻消费有了新“标”可依

指标一:“优质螺旋藻”标志——行业高端品质的保证

11月公布的“优质螺旋藻”标识已成为行业顶级质量控制的权威认证,因为获得该标识的监管与检测过程非常严格,必须通过每年30次自检、6次外埠抽检、1次京沪疾控中心送检三重检测合格后,才能获得“优质螺旋藻标识”,标识张贴在外包装上,便于消费者识别。标志即是对质量稳定可靠的认定。

指标二:蓝帽子——螺旋藻保健食品的标志

绿A产品包装左上角有一顶蓝色的小帽子,蓝帽子下面有“保健食品”四个字,这是国家让消费者区分真假保健食品的特别标志,没有这个标志的螺旋藻就不是保健品。这个蓝帽子标志必须标注在产品外包装的左上方。

指标三:批准文号——螺旋藻保健食品的身份证

“卫食健字”是国家卫生部批准的保健品,“X卫食准字”只是

地方批准的普通食品,不具备国家认定的保健功效,制造标准千差万别。“卫”“X卫”两个字之差,安全、效果保证自然不同。

指标四:成分表表头——螺旋藻有效的隐性指标

必须标明成分表为本产品的检测结果,如:“100克绿A螺旋藻精片所含主要营养成分”,而不是“100克螺旋藻的主要成分”,后者是泛指螺旋藻而不是本产品。

指标五:GMP认证——螺旋藻产品质量的保证

GMP认证是和国际接轨的食品医药企业良好的生产流程和管理规范。是保健食品质量安全的专业认证,没有这个认证的就不是保健品。绿A天然螺旋藻独有五大保健功能,功效全面、方便!绿A也具备多项认证,专业、安全放心!绿A领先的生物科技,使产品品质不断得到提升!绿A凭借着天然的资源、领先的科技跻身世界螺旋藻三强,与日本的DIC、美国的Cynotech并称世界螺旋藻三巨头。



- 免疫调节
- 抗疲劳
- 耐缺氧
- 调节血脂

销售网点:绿A专卖店(户部街洪武路口向东100米)、绿A服务店(中央路255-6号、公交总公司车站旁)、先声药业连锁、金陵大药房、中联大药房连锁、宝丰太平大药房有售

025-84404022 81622958 苏州专卖店:0512-65839295