

玻尿酸,也叫透明质酸,大家对它的认知大多是在医美或者化妆品领域。而现在,不需要打针,不用做医美,光口服就能增加皮肤水分?今年以来,各种含有玻尿酸成分的食品出现在市场,宣称靠吃就能吃出好皮肤,相当于做面膜和填充美容剂的效果。这到底是美容新方式,还是新的“智商税”?对此专家表示,人体自己就可以合成透明质酸,口服透明质酸无法直接对皮肤产生影响。

现代快报+/ZAKER南京记者 陈彦琳 马壮壮 文/摄

可以吃的玻尿酸走红 它真能美容吗?

专家:口服玻尿酸无法直接影响皮肤



视觉中国供图

快报
调查

热线:96060

市场

可以吃的玻尿酸开始走俏

爱美人士对玻尿酸应该不陌生,它又叫透明质酸,具有很强的吸水能力。据资料显示,1克的透明质酸可以储存它本身体积100倍以上的水,它能够通过锁住水分,发挥对皮肤的保湿作用。而大家对玻尿酸的了解,主要是知道其存在于部分化妆品或者医美行业,比如面膜、注射玻尿酸医美等。

记者从国家卫健委官网了解到,今年1月份,卫健委将透明质酸钠的使用范围扩大为乳及乳制品、饮料类、酒类、可制品种、巧克力和巧克力制品(包括代可

可脂巧克力及制品)以及糖果、冷冻饮品。在此前,我国于2008年批准透明质酸为新资源食品,使用范围为保健食品原料。也就是说,透明质酸钠的“内服”范围更广了。

而这个透明质酸钠,则是玻尿酸的钠盐形式。记者发现,市面上出现了以添加玻尿酸为卖点的饮品和糖果,配料中用的便是透明质酸钠。很显然,打着玻尿酸的旗号,这些商品在介绍中大多宣称具有补水、美白等功能,或者能够增加皮肤水分,坚持饮用甚至能增加皮肤水润度等。

探访

网上玻尿酸食品五花八门,一粒软糖6元

现代快报记者在其某购物平台搜索,发现玻尿酸相关的食品五花八门,比如口服液、胶囊、软糖、果冻等等。商家大多在食品名称中打上“美容食品”的旗号。

在一款售价600元的玻尿酸口服美容液商品详情页面,商家写着“水光精灵,击退干燥暗黄。采用微生物发酵工艺,可以使透明质酸钠(俗称玻尿酸)因子渗透至皮肤真皮层,让肌肤水润Q弹”。

查看产品成分,包括透明质酸钠、烟酰胺、维生素C等。在注意事项中,商家注明孕妇及哺乳期妇女服用前需咨询医生,另外不能与其他药物同时服用。

记者咨询了客服,客服表示,这款产品可以补水,建议补充3-6周可以看到效果。不过在商品评价中,有消费者表示,喝完两盒,一点用都没有,皮肤该缺水还是缺水,没有任何改善。对此,商家

客服回复:“锁水保湿是玻尿酸的主要功效,但建议平时要多喝水,主要有利于产品发挥效果,更好地维持皮肤含水量。”

另一款网红玻尿酸软糖,月销量1000多笔。一盒20颗装售价为119元,算下来一粒就要将近6元。在这款软糖的注意事项中,商家注明,透明质酸钠食用量≤200mg/天,每粒添加透明质酸钠12mg,本品一天食用量不超过16粒。在评价中,很多消费者说是因为网红博主种草才购买的,虽然软糖味道挺好,但补水的效果却很难见到,还有人怀疑是“智商税”产品。

除了口服液和软糖,更多玻尿酸食品的形式是饮用水。在某购物平台,6瓶400毫升装的玻尿酸饮用水售价58.9元。客服表示,一瓶中的玻尿酸,相当于做4次面膜,填充3支美容剂。

线下也有卖,不过产品类型不多

在南京的部分线下商超,记者也进行了走访,发现市面上的玻尿酸食品种类并不多,而且有卖的商家也不多。

在新街口附近的两家大型商超,记者没有发现玻尿酸食品,咨询店员时,对方表示对这类产品不熟悉,也没有卖过。

在一家连锁美妆店的食品区域,记

者发现了一款玻尿酸糖果。这款重量为70g的玻尿酸糖果一包售价20元,在包装上写着“可以吃的玻尿酸”。成分表中,透明质酸钠的添加量为0.3%。一包糖果平均添加200mg透明质酸钠。包装上,也同样注明透明质酸钠推荐食用量≤200mg/天,婴幼儿、孕妇等人群不宜食用。

透明质酸钠批发论斤卖,一公斤售价950元

现代快报记者咨询了陕西一家生物科技公司,工作人员表示,他们售卖的透明质酸钠分为化妆品级和食品级,按照不同分子量,价格有所差异,其中化妆品级的价格一般高于食品级的。

得知记者想做玻尿酸饮料要批发透明质酸钠时,对方表示如果要量多,可以给出优惠。“最小包装是100g,价格100

元。如果你要一公斤的话,价格可以做到950元左右,做饮用水或者软糖,都需要食品级的。”

就记者采访中发现的一款售价119元的玻尿酸软糖为例,一袋中的透明质酸钠含量为240mg,按照100元/100g的批发价格,这一袋软糖中透明质酸钠的成本为0.24元。

专家

口服透明质酸 无法直接对皮肤产生影响

含有透明质酸的饮料或者糖果,吃下去真的有宣传那样的效果?有媒体报道,欧盟食品安全局曾专门评估了食用玻尿酸“保护关节”和“皮肤保湿”的健康声明,最终结论都是“证据不足”。

科信食品与健康信息交流中心科技传播部主任阮光锋认为,口服透明质酸无法直接对我们的皮肤产生影响。

阮光锋介绍,透明质酸是一种透明的胶状物质,它广泛存在于体内,主要存在于结缔组织和真皮层中。之所以说透明质酸能美容,主要是因为它有很强的吸水能力。在皮肤里,透明质酸能够通过锁住水分,进而发挥对皮肤的保湿作用,减轻干燥导致的皱纹等。

对于外用化妆品,阮光锋表示,因为透明质酸是大分子结构的物质,将它涂抹在正常皮肤上是无法通过皮肤屏障(角质层)的。所以,大分子透明质酸无法被皮肤直接吸收,只能停留在皮肤表面成膜,延缓水分流失的速度,起到保湿的作用。

阮光锋说,口服透明质酸不能直接被人体吸收,口服后的大分子透明质酸一样会经过胃肠道的消化分解,先转化成小分子的糖,才能被人体吸收利用。其次,人体自己就可以合成透明质酸。而合成透明质酸的基础原料,都来自饮食及代谢产物,并不需要额外补充透明质酸。

南医大二附院主管营养师梁婷婷也认为,靠口服玻尿酸来给肌肤补水,效果可能微乎其微。“玻尿酸是这几年医学美容科用得比较多的一种原料,外敷对肌肤有补水效果。而人体需要的水分并不复杂,靠喝水就能达到效果。”梁婷婷认为,商家实际是打了个擦边球,把玻尿酸外用皮肤的功效套到了内服上来。但玻尿酸在食品行业的运用,目前还不是很成熟,建议消费者不要轻信商家的宣传噱头。

江苏钟山明镜律师事务所律师许辉认为,食品是禁止宣传功能的,含有玻尿酸的食品如果宣传功效,则涉嫌违规,容易误导消费者。

链接

如何给皮肤保湿?

给皮肤保湿的正确姿势是什么?阮光锋给大家提供了两点建议。

1. 多喝水,保证皮肤有足够的水源。皮肤里的水,依然来自我们的饮食,所以要注意多喝水、及时喝水,给皮肤水源。

2. 勤用保湿产品。洗手、洗脸后,基本的保湿产品,比如护手霜、保湿霜等要勤快使用。它们可以延缓皮肤的水分流失速度,起到延长保湿时间的作用。



网店出售的口服玻尿酸食品
网络截图