

米诺地尔是“治脱神器”？

专家：弄清了脱发成因再治疗

脱发,已经成为引发当代年轻人容貌焦虑的痛点之一。为了摆脱“秃”如其来的烦恼,脱发人士想尽了办法。现代快报记者发现,一款名为米诺地尔的药品正在社交平台走红,成为网友心目中的“治脱神器”。然而,专家表示,脱发的成因是各种各样的,不同成因的脱发,治疗手段也不一样。想找到脱发的原因,还是应该到医院就诊。

现代快报+记者 王益 马壮壮 文/摄



南京一家药店售卖的米诺地尔搽剂

米诺地尔成“网红”，社交平台讨论度高

你有脱发困扰吗？这是一个直击“灵魂”的问题,相关话题在网上的关注度也很高。怎么治疗脱发？生姜水、防脱洗发液、黑芝麻制品……脱发人群想尽了办法。

现代快报记者注意到,一款名叫米诺地尔的药品成为“网红”,在各社交平台的讨论度都很高。有博主还专门制作了教程,教网友如何在网上开药,有人还分享了使用后的效果。

在某种草平台,关于米诺地尔的帖子超过4万篇,有网红博主分享米诺地尔的使用感受,推出购买教程,也有专业的皮肤科医生对它进行科普,引发热烈讨论。“亲测,米诺地尔对脱发真的有用。”“要坚持使用,三个月以上你就会看到效果。”

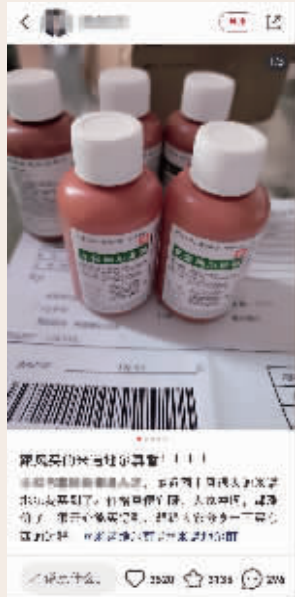
记者注意到,中国医学科学院皮肤病医院的米诺地尔洗剂被不少网友推荐,成为网友心目中的“明星药”“治脱神器”。

热销,网店月销超3万件

现代快报记者发现,在线上平台,米诺地尔的销量相当可观。在某网购平台,以米诺地尔为关键词进行搜索,有多个品牌的产品在售,有喷雾的,也有涂抹使用的。按照销量排序,第一家显示回头客有10万多,月销量在3万件以上。评论中很多网友表示深受脱发困扰。有的是发际线上移,出现了M形状;有的是头顶脱发严重,出现了俗称的“地中海”;有的是头顶发缝变宽,“宛如马里亚纳海沟”;甚至有人表示,已经在考虑植发了……

据卖家介绍,所售产品每瓶60毫升,含有米诺地尔3.0克,浓度为5%,适用于治疗男性型脱发和斑秃,涂抹在脱发的部位,并用手按摩。一瓶60毫升的售价148元。为什么这个药可以起效?对方介绍了其药理作用,作为一种周围血管舒张药,局部长期使用,可刺激男性型脱发和斑秃患者的毛发生长。不过,治疗脱发的确切机制尚不清楚。

7月28日,现代快报记者走访了几家线下药店,发现均有米诺地尔外用制剂在售。在玄武区一家连锁药店,一瓶90毫升的米诺地尔酊卖到了220元,浓度为5%。外包装上显示,这是一款非处方药,外用,但需要在药师指导下购买使用。药店工作人员介绍,店内原本有两款米诺地尔产品在售,一款已经售完,剩下的这款5%浓度的适用于男性,女性一般使用2%浓度的。他介绍,米诺地尔主要针对的是雄脱,也就是男性型脱发,5%的浓度对于女性来说过于刺激,一般不建议使用,如果一



网友在社交平台上“种草”米诺地尔洗剂



小周正在使用的米诺地尔酊



定要要用,则需要进行稀释。

在秦淮区一家药店,记者在OTC专区找到了米诺地尔搽剂,这款产品90毫升,含米诺地尔4.5克,售价288元。药店工作人员告诉记者,这款产品每天最多使用2毫升,如果按照这个用量,90毫升可以用一个半月。

已经脱发的90后:离不开它了

90后已经开始脱发了。现代快报记者采访了正在治疗脱发的小周,他用的药其中之一就是米诺地尔。曾经头发茂密的他没想到脱发会来得这么早。“没有征兆,两年前的某天在洗澡的时候突然开始大把掉头发,本来还以为季节性脱发,期待着过段

时间恢复,但后来每天都掉,床头发到处都是头发。”脱到透过头发间隙能明显看到头皮,小周去医院做了检查,医生推荐他内服非那雄胺,外涂米诺地尔。小周告诉记者,印象中不到一个月就感觉情况明显好转,服药未满一年,医生让停掉非那雄胺,只使用米诺地尔。

现在小周依然坚持每天使用米诺地尔,早晚各一次,用完了就从网上购买。“销量好的网店,月销过万,618大促时发现购买的人很多,非常火。”现在小周家里还有两盒未拆封的米诺地尔,都是之前囤的货。

90后小谢(化姓)也用米诺地尔,他告诉记者,大约三年前发现自己脱发有些严重,每次洗头一抓一把头发。为了挽救头发,他前往南京一家三甲医院就诊,医生告诉他,这是典型的雄脱。治疗中,医生给他开了内服处方药物非那雄胺,配套使用外涂的5%浓度米诺地尔。“这样治疗一年多,头顶的头发感觉留住了,虽然还是会掉,但是新的头发开始正常生长了。”

专家：建议就诊鉴别脱发原因 很多医院开设脱发门诊

被脱发一族视为救命稻草的米诺地尔,其实不是新药。据了解,米诺地尔这个成分在1968年被发现,经过了漫长的研发过程,1988年作为治脱发的新药获批上市,目前已经应用了三十多年。

有数据显示,我国脱发人数已超2.5亿,平均每6人中就有1人脱发,且脱发正在呈年轻化趋势。2.5亿个“受伤的灵魂”中,90后占比以39.3%再创新高,已超越占比37.9%的80后。

南京鼓楼医院皮肤科性病科主任医师包军介绍,米诺地尔的适应症比较广,各种类型的脱发都可以使用,副作用不太大,所以被定为非处方药。但是,脱发的成因是各种各样的,要找到脱发的原因还是要到医院就诊。不同病因的脱发,治疗手段也不一样,有的不是只用外用药就能解决的,还需要口服一些药物。

从说明书来看,米诺地尔主要针对的是雄脱,对于斑秃等脱发也会有一些效果,但如果只外涂,可能会有点改善,但效果不会太明显,如果斑秃太久,还会影响后续的治疗。即便是雄脱,也要看是内分泌的问题,还是遗传的问题。如果是遗传性的雄脱,治疗也可以单用外用药,但要效果好,还是要配合口服药物。

对于米诺地尔的不同浓度,5%的理论上效果要比2%的更好,但刺激性也强,一般男性用高浓度,女性用低浓度。包军也介绍,脱发就诊时到医院挂皮肤科就可以,现在很多医院的皮肤科也开设了脱发门诊。

木糖醇让蛋糕变健康？

其实仍是高脂肪食物

有甜味的无糖饮料已经很常见,代糖代替了蔗糖或者果糖,“0卡0糖”的标签让人感觉喝起来没有变胖的负担。现代快报记者注意到,无糖的概念已经进入烘焙领域,部分商家推出木糖醇蛋糕,即用木糖醇代替蔗糖,从而达到“低卡”的效果。然而专家提醒,奶油蛋糕即使使用了木糖醇,仍然属于高油、高脂肪食物,建议不要过量食用。

现代快报+记者 马壮壮 文/摄



木糖醇蛋糕 受访者供图



外卖平台上,南京某蛋糕店推出的木糖醇蛋糕 网络截图

奶油蛋糕贴上0卡糖标签,更健康吗?

你吃过“无糖”蛋糕吗?这里所说的无糖,是用0卡糖代替原来的蔗糖,以达到降低热量的目的。其实对于烘焙领域来说,已有使用代糖的先例。在南京,一家知名连锁糕点店就有一款无蔗糖绿豆糕。7月29日,现代快报记者探访发现,根据这款无蔗糖绿豆糕的配料表,其中的甜味主要来自于罗汉果甜苷,也就是代糖。这款糕点一斤29.8元,店员告诉记者,一些消费者追求健康,不想吃含糖太多的糕点,所以卖得不错。

此外,一些厂家生产的无蔗糖饼干、糕点等产品,打上了“适合糖尿病患者食用”的标签。在电商平台搜索无蔗糖蛋糕,一些用木糖醇代替蔗糖的预包装糕点已经非常常见,品牌和产品类别也很多,比如有蒸蛋糕、桃酥、鸡蛋卷等。

记者还发现,一些现做蛋糕店也开始推出木糖醇奶油蛋糕,打上了“健康木糖醇”“0卡糖”等标签。位于南京秦淮区科巷的一家蛋糕店,就有售木糖醇蛋糕。产品介绍中显示,木糖醇是一种天然健康的甜味剂,不增加血糖负担。店员告诉记者,蛋糕中的奶油和蛋糕胚,都是添加的木糖醇,没有用蔗糖。

记者采访了一名买过木糖醇蛋糕的消费者,“想吃甜食,但是又有‘负罪感’,在外卖平台搜到了木糖醇蛋糕就买了。”他表示,这种蛋糕尝起来甜味淡了很多,不过蛋糕胚中的面粉也是碳水,再加上奶油也是高热量,购买木糖醇蛋糕只是寻求心理安慰。记者注意到,在

外卖平台,一些店铺的木糖醇蛋糕月销可以达到100+。不过,部分连锁蛋糕店并没有木糖醇蛋糕售卖。

蛋糕加了代糖仍是高油、高脂肪食品

艾媒咨询数据显示,2021年,中国烘焙食品市场规模预估达到2600.8亿元,同比增长19.9%。烘焙食品市场将保持10%左右的增长率,2023年中国烘焙食品市场规模将达到3069.9亿元。远离高糖高油、低卡低钠……这些词大家应该不陌生。从饮料到烘焙行业,“少糖、减糖”正成为新标签。

然而,对于加了木糖醇的蛋糕,并不意味着可以敞开了吃。南医大二附院主管营养师梁婷婷表示,代糖和我们日常生活中较多使用的蔗糖、葡萄糖相比,它提供的甜度不比普通糖差,并且热量低。不过代糖也有缺点,单从口感上来说,代糖在嘴巴里提供的甜味就像是“一过性”的(注:短暂的)。梁婷婷表示,有研究表明,如果经常食用含有代糖的产品,可能会勾起大脑对于普通糖的欲望,比如时间长了就特别想吃甜食等。

“其实,即使奶油蛋糕中用代糖取代蔗糖,蛋糕原料中还是有奶油、面粉、馅料、黄油等配料,它还是属于高油、高脂肪的食物,吃的时候要控制量。”梁婷婷还提醒,大家要学会看配料表,如果产品含有起酥油、人造奶油,这些是反式脂肪酸的变身,要少吃。“反式脂肪酸会增加心脑血管疾病的患病风险,易形成血栓,造成肥胖、糖尿病等,还会影响青少年的生长发育。”