

编者按

面对琳琅满目、价格不菲的营养品、保健品、减肥产品等，您是否也曾徘徊在柜台前，被推销员宣传的神奇功效吸引而踌躇不前？是否在还没弄清楚究竟是什么之前就已经开始付账掏钱？是否和很多消费者一样混淆了“保健”与“治疗”的概念？今起本报将陆续推出一组3·15揭秘系列报道，并邀请营养与食品卫生专家，一起为您揭开它们的神秘面纱。



深海鱼油并不都来自“深海”

很多品牌大打进口牌，却都产自国内

文/片 本报记者 王若松 实习生 张梦西 潘晶

“源自深海的健康奥秘”、“血管清道夫，健康好伴侣”、“中老年人的最佳选择”、“每天两粒深海鱼油提高记忆力，降低高血脂”……

琳琅满目的广告宣传给“深海鱼油”蒙上一层神秘的面纱，那么这种一度被科学家誉为“生命之油”、“聪明之油”的保健品真的有如此神奇的功效吗？

批发市场6元就买一瓶

在位于济南市英雄山路的山东保健品批发市场，记者注意到，在营业面积3000平方米的整个批发市场内，几乎每个摊位的深海鱼油都有不同的品名，规格为100粒每瓶的深海鱼油，批发价高低差距近40元。

其中，最便宜的是一种包装瓶上标有美国原装、品名为“生命力”的阿拉斯加深海三文鱼油，100粒仅售6元/瓶。其他一些诸如奥莉亚、金奥利康、鸿洋神等品牌的深海鱼油批发价也仅在15—25元之间。

“外面药店和零售店都从我们这儿拿货，但他们起码得卖六七十块钱一瓶呢，其实都一样。”一位女批发商指着一瓶批发价25元，而超市零售价为68元的蓝色包装的深海鱼油告诉记者。

随后，记者又走访了超市、药店等保健品零售点，发现同样规格的深海鱼油价钱要比批发市场贵3到6倍。

外包装大打进口牌

调查中记者发现，市场上的深海鱼油外包装上多数都印有来自美国、新西兰、澳大利亚等国家，但实际产地却是广州、深圳、天津等地。在广告宣传中以“采用美国阿拉斯加深海鱼作为原料”的居多。对此，销售人员解释说，“原料是进口的，在国内灌装的，放心好了。”

记者了解到，不同产地的鱼油在价格上也有差距，完全由国内生产的深海鱼油价钱较为便宜，原料进口国内灌装的次之，原装进口的最贵。

此外，这些深海鱼油的配料有的只标注深海鱼油，有的配料是深海鱼油和维生素E，还有的是深海鱼油、维生素E、明胶等。但功效成分都是DHA和EPA两种。

在记者随机采访的消费者中，多数消费者都表示是听说别人在用才购买的，“里面的配料具体也不懂，光听人家说对心脑血管挺好就买了，也没咨询过医生。”一位常年服用深海鱼油的中年女士说。

有的原料来自浅水鱼

那么，这些价格参差不齐的深海鱼油里面究竟是什么成分？记者就此采访了山东大学公共卫生学院营养与食品卫生学专业教授、博士研究生导师、国家保健食

品审评专家徐贵发。

据徐贵发介绍，通俗地讲深海鱼油就是一种从鱼里提取的脂肪，它的成分大部分为不饱和脂肪酸，其中含有OMEGA-3脂肪酸，也就是通常所说的DHA和EPA。

“但是这种不饱和脂肪酸在人体内不能合成，必须由食物提供，而科学发现深海鱼体内的含量较高。配料里面添加的维生素E，主要是为了防止鱼油氧化，明胶则是制作外皮的主要成分。”

对于市场上鱼油的价格，徐贵发解释说，低价位的鱼油原料可能根本不是鱼油，“比如说可能是色拉油，色拉油9元/斤，能生产很多瓶深海鱼油了。”

影响价格的另一个因素就是原料的产地，“一般远海、深海的三文鱼等提取的鱼油较贵，而如果只是用一般的浅水鱼为原料制作的，那么生产出的鱼油功能成分含量少，价钱也就便宜，虽然叫深海鱼油，但原料不一定来自深海。”

揭秘报道



不能盲目服用

徐贵发说，深海鱼油在颜色上和普通的油差不多，透明不含杂质。虽然具有辅助降血脂的作用，但功效上只能达到预防疾病的作用，并没有广告宣传的神奇疗效。

因此，他建议消费者在购买鱼油之前到医院咨询医生，根据自己的身体情况服用，不能盲目跟风。

“虽然服用鱼油能在一定程度上帮助稀释血液，降低血液黏稠度，从而达到保健的效果，但是长期食用也不好，健康的服用方法应该是在服用一段时间（比如2—3个月）后到医院检查，根据医生建议考虑是否继续服用。而且有出血史的人，不宜食用深海鱼油。”徐教授说。

除此之外，他还提醒消费者，购买时一定要认准大的生产商，因为如果生产工艺有问题，保存环境不当或保存期过长，都会导致原料被氧化或过氧化，从而产生一些氧化物或者过氧化物，服用后不仅没有益处，反而会对人体各个系统造成损伤，严重时还会导致癌症。

专家建议

本版文字采写：本报记者 王若松 摄影：实习生 张梦西

季节交替，预防流感

钟南山院士提醒市民加强预防



随着冬天的到来，从今年春节以来，感冒人数增加。专家分析，在流感流行的夏季，病毒主要传播牛、羊等牲畜身上，导致禽流感发病率最高，冬季则主要传播人与人之间的传播途径，且不易引起大规模爆发。

专家特别提醒，尽量减少去人群聚集的地方，戴口罩，多休息，主动监测体温，如有发热，及时就医。

目前，我国已研制出流感疫苗，可以注射流感疫苗，并可以口服抗流感药物等治疗感冒，同时进行预防和治疗。2010年1月，钟南山院士正在长沙访问了白云山板蓝根流感疫苗，该疫苗疗效很好。同时提醒市民感冒时不要吃感冒药、抗生素等止咳药和退烧药，以免影响治疗效果，堵塞人的免疫排毒和免疫能力。

抗病毒 防治流感

白云山板蓝根关爱您和家人
远离病毒侵扰！

- ◆ 指挥团情清热凉血药
- ◆ EGP基地现有机植
- ◆ 始创于1952年
- ◆ 清热解毒，凉血利咽



Tupperware
特百惠



创业就做特百惠

免加盟费 全省诚招专卖店！

每周专卖店加盟说明会，
敬请电话或网上预约参加！

加盟热线：
0531-86908002, 86900456
18663723815, 18605314022

山东总代理：济南天诚广告有限公司
地址：济南市经十路1200号
网址：www.tupperware.com.cn