

## 1 十天瘦十斤？ 多人被“减肥神药”毒翻

“不用节食、不用运动，十天瘦十斤，明星同款！”2025年2月，一条短视频平台直播间的广告语，让无数消费者陷入噩梦。据北京市公安局通报，该直播间售卖的“减肥神药”非法添加处方药“苯丙醇酮”，导致多人因急性肝肾衰竭被送入ICU抢救。

国家药监局明确规定，利尿剂“苯丙醇酮”严禁添加至保健品或食品中，过量服用可致电解质紊乱、心律失常，甚至引发中风或死亡。

南京的周女士在网上直播间看到这款减肥药，商家告诉她这是正规医院开的处方药，不用运动节食就能减肥。心动的周女士毫不犹豫付了款：“我买的是基础款，数量比较少，六颗大约780元，加强版要上千元。”

随后，周女士收到五颜六色、大小不一的药片，这些药没有生产厂家、生产地址、成分说明，更没有使用说明。服药十天后，周女士感觉自己瘦了，但是头晕、烦躁、失眠等不良反应接踵而至。在家人劝说下，周女士报了警。检测结果显示，这些减肥药中含有麻黄碱、伪麻黄碱、芬特拉明、氟西汀等多种有毒有害成分。

同样，某平台多名主播销售“魔芋魔法豆草本果蔬压片糖果”等声称具有减肥功效的食品，消费者食用后出现口干、呕吐、小便增多、肠胃痉挛等不适症状。

北京市海淀区市场监管局将产品送检，发现这些所谓的“减肥神药”均含有“布丙醇酮”成分，这是一种有毒、有害的非食品原料，相关“网红”主播的行为，涉嫌构成销售有毒、有害食品罪。



## 2 揭开伪装： 何为“涉毒减肥药”

所谓“涉毒减肥药”，是指非法添加了国家明令禁止或严格管控的、具有毒品或类毒品成分的所谓“减肥产品”。

它们无合法药品批准文号，却打着“强效”“快速”“不反弹”等诱人口号，通过非法渠道在线上（如微商、非法网店）或线下隐秘销售。这些涉毒减肥药中的化学成分，对人体构成多重威胁。

西布曲明2010年已被国家全面禁用，却仍是减肥“黑市”的常客。它通过抑制中枢神经降低食欲，但代价是口干、失眠、心率失常，甚至诱发心肌梗死。银川法院近期审结的案件中，查获的“重生植物肽糖果”和“强奶片”均检出该成分，有的还非法添加导致电解质紊乱的酚酞。

有的药品利用“利尿剂陷阱”实现减肥效果。比如，一款“魔芋魔法豆”中添加了降压利尿药“布丙醇酮”。它通过脱水制造“减重假象”，长期服用将引发脂质代谢紊乱、胰岛素分泌抑制，消费者出现呕吐、痉挛甚至肾损伤等。

在宜昌查获的全国首例含兴奋剂有毒食品案中，违法产品同时混入了西布曲明、呋塞米、螺内酯。药理冲突会导致血压骤降、供血不足，受害者服药后全身乏力、反复腹泻，严重时可引发休克或猝死。

更隐蔽的是跨境“植物幌子”。一款“sunson清轻瘦排浊丸”，被检出强泻剂——番泻苷A/B却未标注。消费者服用后肠绞痛、拉黄水，而商家却通过跨境电商规避责任，维权困难重重。

### 什么是“涉毒减肥药”

**定义：**所谓“涉毒减肥药”，是指非法添加了国家明令禁止或严格管控的、具有毒品或类毒品成分的所谓“减肥产品”。

**危害：**这些减肥药中多含有违禁成分，实质是利用精神药品抑制食欲、加速各类激素生成，长期服用会产生耐药性、依赖性且易导致抑郁、焦虑、失眠、肝肾损伤等危害。

## 3 减肥“毒药”背后的暴利链条

减肥“毒药”是如何流入市场的？警方揭秘了其中暗藏的黑色产业链。

**原料采购：**犯罪团伙从非法渠道购入“苯丙醇酮”等原料药，每克成本仅10元。

**地下加工：**在城乡接合部的黑作坊内，不法分子将原料与淀粉、色素混合，压制为“药片”或“胶囊”。

**网红带货：**通过网红直播间，以“纯天然”“无副作用”为噱头推销，每单售价高达200元至2000元不等。比如，一犯罪团伙利用百万粉丝主播直播推销，将含“布丙醇酮”的糖果包装成“草本瘦身秘方”。一个直播间关闭，又换个马甲复活。

**层层分销：**采用“微商代理”模式，一级代理进价0.4元/粒，到消费者手中价格暴涨5000倍！

比如，宜昌一对姐妹通过微信发展下线，将成本几毛钱的胶囊以十几元高价卖出。当顾客反馈心慌腹泻时，她们竟

宣称“这是脂肪在溶解”。姐妹二人自己减肥时却选择正规产品。

**跨境隐身：**涉毒药常标榜“国外处方药”“国外秘方”等洋标签。比如，犯罪分子将含麻黄碱药片伪装成普通保健品，通过国际货运夹带走私。

近两年，市面上的“减肥神药”正朝着更加隐蔽的方向推销。

2024年7月，一名拥有500多万粉丝的“网红”主播销售含有利尿剂“苯丙醇酮”的“小粉豆”减肥产品。商家将有“蓝帽子”认证的减肥保健品，搭配几颗散装的“小粉豆”一起捆绑销售。“蓝帽”认证保健品虽由正规厂家生产，但捆绑销售的“小粉豆”是典型的“三无”产品。

据国家药监局2023年专项报告显示，80%网购减肥药均含非法添加物。90%的减肥类广告存在“一周瘦十斤”等夸大宣传。

## 4 远离毒减肥药，“避坑指南”要牢记

“一些所谓的‘减肥神药’，本质就是毒品！”北京市公安局禁毒总队民警警告，“它们会让你短期变瘦，但长期会毁掉身体，甚至染上毒瘾！”那么，普通消费者该如何防范？专家教你以下“避坑常识”。

**查“身份证”：**合法减肥药需标注“国药准字”（如奥利司他），进口药品需有“进口药品注册证号”。警惕“卫食健字”“卫食证字”等保健品文号，这些产品严禁添加药物成分！

**验“成分表”：**合法产品成分需明确标注，如“奥利司他”“左旋肉碱”等。拒绝“保密配方”“天然植物提取物”等模糊表述，它们可能含有西布曲明、麻黄碱等违禁成分！

**防“三无”陷阱：**正规药品需有中文说明书、生产日期、厂家信息。拒绝无包装、无标签、无生产批号的“三无”产品。国家药监局警示：所有宣称“速效减肥”的产品都是谎言，所有“网红神药”都可能暗藏陷阱！

**坚决拒绝非法渠道：**不轻信微商、社交软件所售特效减肥产品，警惕朋友圈里那些没有药品说明书的“减肥神器”。

**认准“蓝帽子”和批准文号：**购买药品级减肥产品，请认准“国药准字”批准文号；保健食品认准“蓝帽子”标志。没有这两种标识的产品，切勿服用！

**科学减重才是长久之道：**在专业医生指导下，通过合理饮食+科学运动+生活方式调整，极端减肥方法只会摧毁身体。

**举报，让毒药无处藏身：**一旦发现涉毒减肥药线索，请立即向公安机关（110）或国家禁毒办（微信“中国禁毒”平台）举报，让这些害人之物失去生存土壤。

医学专家反复提醒：健康的体重管理没有捷径可走，任何有效的减肥药品都必须是国家批准、医生开具的正规处方药。通过非法渠道购买所谓“神药”，实质是在拿生命进行一场必输的赌博！

近段时间，“喝黑咖啡减脂”的分享推荐，在社交平台上十分流行，黑咖啡真能让人“躺着就可以燃烧赘肉”吗？

### 网传黑咖啡 是减脂“神器”

所谓黑咖啡，是指不加糖、不加奶油的咖啡，是咖啡豆加焦糖经过高温炭烤而成，具有焦苦、酸、焦糖和碳化的味道。

那么，黑咖啡到底是不是减脂“神器”？目前网络上流传的黑咖啡能减脂的“理论依据”主要有两方面：一种是黑咖啡里的咖啡因可以刺激肾上腺素分泌，“唤醒”脂肪分解，从而提高新陈代谢，增加能量消耗，所以才让人“躺着都能瘦”。

另一种说法则认为，咖啡因可以催生人体内产生一种棕色脂肪，这种脂肪不但不会增肥，反而会燃烧其他脂肪。

### 咖啡因对基础代谢影响不大

科信食品与健康信息交流中心副主任、副研究员阮光锋表示，从现有的多项实证研究来看，咖啡因对基础代谢的影响实在太小。

有研究发现，即使把单次咖啡因摄入提高到400毫克，在服下的3小时内，人体能量消耗也不过增加40千卡，仅相当于一个正常人全天总能量摄入（2000千卡）的2%，对减肥来说是杯水车薪。

此外，还有研究显示，连续3个月（12周）坚持每天喝750毫升咖啡（按总咖啡因240毫克算），大约只能减掉0.29公斤。

至于第二种说法，目前只是实验室对小鼠细胞进行试验发现的结果，还没有在人体上得到验证。而即使是人类细胞能获得这种益处，一天至少也得喝100杯咖啡才能实现，这显然不现实。

虽然用黑咖啡替代奶茶等含糖饮品，的确有助于减少能量摄入，但“躺着”喝黑咖啡就能减脂、减肥，而且不仅“100%有效”，还能“快速见效”的“明星代言”，确实有些夸张。同时，健康人每天摄入咖啡因不应超过400毫克，过量饮用咖啡很可能伤身。

### 部分“瘦身咖啡”添加违禁成分

甘肃兰州警方近期破获一起特大生产销售有毒有害食品案件，打着轻松减肥旗号的“瘦身咖啡”，实则添加了有毒有害违禁成分西布曲明，销往全国28个省区市，涉案金额达1500多万元。

有多位消费者看到电商平台上售卖“瘦身咖啡”，被“效果显著”“不运动不节食”等宣传和不菲销量吸引，下单购买。服用后，频繁出现心跳加快、心悸、呕吐等症状。去医院就诊发现，体内西布曲明严重超标。

警方呼吁公众一定要提高辨别能力，不要轻信商家忽悠，相关部门也要加强监管，让不法分子和不合规减肥产品都无处遁形。



警方查获添加违禁成分的“瘦身咖啡”。

喝黑咖啡真能“躺着”？