

胶囊有毒，

怎么吃药才安全健康？

本报记者 马媛媛

想吃果冻了，舔下皮鞋，想喝老酸奶了，舔下皮鞋，感冒要吃药了，还是舔下皮鞋！上得了厅堂，下得了厨房，爬得了高山，涉得了水塘，制得成酸奶，压得成胶囊，2012，皮鞋很忙……

这是目前网上热传的段子，它让人在忍俊不禁之余，不免也有些淡淡的悲凉。继“老酸奶”和果冻等食品中招之后，工业明胶滥用所引发的风波持续发酵，如何鉴别毒胶囊？问题胶囊有哪些？健康专家——为市民揭开毒胶囊的真面目。

相关链接>>

长期摄入铬或致癌

使用蓝矾皮热制的明胶，重金属铬严重超标。铬多用于金属制品，虽然它是人体必需的一种微量元素，但是过量摄入对人体危害非常大。如果长期大量摄入六价铬，容易得糖尿病、高血压等疾病，并且容易引发肿瘤。六价铬的毒素比较强，会损害皮肤和呼吸消化系统，导致皮炎、咽炎、气管炎、肠胃疾病等，严重的会导致肾功能衰竭，甚至癌症。

皮革胶囊现形记——东“鞋”变西“毒”

皮革中的铬对人体有何危害？

皮革下脚料中含大量对人体有害的重金属如铬和细菌等微生物。金属铬会破坏人体骨骼以及造血干细胞，长期食用会导致骨质疏松，严重的会患上癌症。尤其是六价铬，在工业应用中非常常见，是有害元素，长期接触高剂量会引起呼吸道炎症并诱发肺癌。长期接触一定剂量六价铬，有可能导致肾小管损害，表现为尿中小分子蛋白质增加。

铬对人体健康的这种危害是一个缓慢的过程，一般在2年以上才会显现出来。

吃了铬超标的胶囊会中毒吗？

对于此次胶囊事件，公众也不必太多担心。

首先，铬进入人体之后并不是全部吸收，虽然六价铬的吸收比三价铬更容易，但是消化道依然会有一个屏蔽作用，实际吸收铬的量是有节制的。

其次，虽然目前发现胶囊的铬含量超标较多，但是人一定时限内摄入铬超标的药物胶囊剂量有限，超过1毫克的可能性很小，即便含有六价铬也不可能致急性中毒。

值得注意的是，未经鞣制的动物皮是不会存在铬，因此，铬超标正是一个标志物，恰好说明它是用鞣制后的皮革制成的明胶，是工业明胶。

如何鉴别“毒”胶囊？

质脆：一般工业明胶做的胶囊质量比较差，相对比较脆，因为工业产品杂质多。

色艳：胶囊颜色越鲜艳的越要小心。食用明胶是透明的、白色的，很干净。工业明胶会多加香精、染色剂来掩饰杂质。

口松易拧：工业明胶做的胶囊质量、材料、工艺差，胶囊口是松的，容易拧开。

辟谣！胶囊拨开吃不可取



潍坊市第二人民医院消化内科魏茂周主任说，胶囊是药物的一种剂型，与片剂相比，胶囊在胃液中分散快，吸收好，胶囊壳可保护药物免受湿气和氧化作用。

“问题胶囊”铬超标的消息曝光后，不少患者都对胶囊药品有了排斥心理，很多人觉得胶囊壳本身没有疗效，如今又出现了质量问题，干脆舍弃胶囊壳直接吞药粉。“其实，药品做成片剂、冲剂或是胶囊装的，都有它的道理，胶囊壳并不是可有可无的东西。”以下四招为网上热议的几种服用胶囊方法，专家对此一一做出纠正。

招数一：拿馒头包药吃

对于普通胶囊，包馒头皮疗效不受影响；缓释胶囊被拆开则会影响药物浓度；对肠溶胶囊而言，发

挥肠溶作用的主要是胶囊壳，因此不能掰开口服。

招数二：用茶就着药吃

茶叶中的鞣酸能和许多药物产生化学反应，并生成难被人体吸收的沉淀物，还会刺激胃肠道，轻者影响药效，重者可产生严重不良反应。

招数三：用吸管吸着吃

粉末状药容易呛进气管，同样也会因为药物不能到达胃里而被吸收，影响治疗效果治疗效果。没有胶囊遮住苦味，恐怕也很难下咽吧。

招数四：直接吞下药粉

有些药物对食道和胃粘膜有刺激作用，甚至可能造成灼伤；而且药品的口感不好、易吸入气管引起呛食，或是在口腔中易被唾液分解。



▲图
为
被
查
出
的
13
种
问
题
胶
囊
。