



身材焦虑催生商机,训练营酿悲剧 “减肥圈”乱象何时休

近日,黑龙江依兰县20岁女孩张美慧加入减肥训练营15天后猝死的消息令人唏嘘!第一次参加训练,张美慧顺利瘦下20多斤,因体重反弹,她决定二度参加训练营。按照原定计划,张美慧于7月15日入营,预计8月6日结束出营。“我想家了,(8月)6日别忘接我!”这是张美慧在7月28日与母亲的微信聊天记录,却成母女最后一次交流。7月30日,也就是参加训练营的第15天,张美慧发生意外猝死。

悲剧已经发生,但仍有不少人正在尝试用健康交换苗条身材。齐鲁晚报·齐鲁壹点记者发现,减肥可能出现很多不良反应,甚至给身体带来不可逆的危害。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 李静

减肥训练营乱象: 只求速成,科学方法缺失

据悉,减肥训练营是一种新兴的封闭式运动减肥机构,大多采用半军事化的模式,入营会员需接受训练营提供的饮食以及训练计划,按照固定的作息时间,不允许擅自出入营地,且往往收费高昂。

减肥机构常常过度“包装”。在短视频平台上,能看到许多品牌的减肥训练营发布宣传广告,常常打出“五星级酒店标准”的噱头,但是实际训练环境与宣传严重不符。张美慧所在的360减肥训练营,训练场室内就没有安装空调。

除此之外,健身房入职门槛低,教练资质一直是减肥训练营的一个重要问题。尽管张美慧尸检报告结果尚未得出,这位20岁女孩在减肥训练营的猝死,机构本身有着无法摆脱的责任。该训练营入营流程上标明的“体检”和“赠送人身保险”,并未得到履行。在张美慧突发意识丧失后,是教练开车送她到距离训练营20多公里外的哈尔滨市第二医院,而训练营没有医护人员,没有完善的配套急救措施。

希望减肥路上有人寸步不离地监督自己,是大多数减肥者选择进入训练营的原因之一。但这种减肥训练营为了追求快速见效,往往采用“魔鬼式”监督。

据和张美慧一起参加“360减肥训练营”的学员介绍,训练营运动量非常大,但是吃得很少,事实上就是“节食”。“每天早晨吃半个馒头、一碗粥和鸡蛋;中午三个菜,都是凉拌菜;晚上就给个酸奶喝,给个水果吃。”节食加上大量运动,很容易快速掉秤,但存在较大风险,学员出营之后,又极容易反弹。

减肥训练营发生悲剧,张美慧不是个例,其中原因也是十分相近。2015年,刚高考完的17岁辽阳女孩张婉婷进入“减肥集中营”,训练11天后猝死在游泳池旁。训练营中的教练没有资质,是以保洁员身份被录用的,而训练主要靠高负荷运动和饥饿,每天运动量比专业运动员还大,但晚饭就一碗豆腐汤。

减肥药轻松瘦到皮包骨? 低成本的“糖衣炮弹”

8月13日上午,上海铁路运输法院对被告人郭美美销售有毒、有害减肥糖一



案,进行公开开庭审理。郭美美被捕事件,再次将减肥药市场这一造假重灾区公之于众。每年都有大量含有违规成分的减肥药裹着各种花哨的新概念进入市场,屡禁不止。

据悉,郭美美所涉案的西布曲明属于中枢神经抑制剂,最早用于治疗抑郁症。临床发现,其减轻体重作用明显优于抗抑郁作用,因此被用于减肥药研发,治疗病理性肥胖症。据此前上海警方介绍,他们所售卖的减肥药品中,成本一块多一粒,卖到最后经过第七个层级就达到一千多元一粒。

早在2010年,因专家认为使用西布曲明减肥治疗的风险大于效益,中国便停止了西布曲明制剂和原料药在国内的生产、销售和使用,撤销其批准证明文件,已上市销售的药品由生产企业负责召回销毁。

但是,在利益驱使下,违法销售含西布曲明成分的“减肥药”案件一直未有中断。2017年湖南曾有销售西布曲明减肥胶囊的犯罪嫌疑人交代,“减肥胶囊”每粒成本不足1毛钱,但批发出去后每粒可卖三到五毛,毛利高达200%至300%。

记者在多家平台上搜索发现,减肥药种类繁多,而且价格不一,在宣传首页不少都带有“适合急性子”“不节食不运动轻松瘦”等字样,甚至有的会直接标出疗效,“一次轻60斤”“瘦到皮包骨”等。

事实上,许多所谓高效的“减肥药”“排油丸”大都含违禁和管制成分,滥用可能导致器官损害、心血管疾病等,产生不可逆伤害,严重者会导致死亡,切勿盲目跟风购买和使用。

保鲜膜、针灸、辟谷…… 步步掉入减肥坑

减肥的道路上,瘦身人士总免不了“入坑”。这些“坑”,往往听上去很有道理,但仔细想想很有可能是一些危害健康的伪科学。

陈奇(化名)是一名身高158厘米,体重126斤的女生,进入大学以后看到身材苗条的女生仍然在注重身材管理,便因为自己的偏胖身材感到自卑。为了迅速瘦身,她想尽了各种办法。起初,陈奇浑身擦上瘦身膏,然后在腰腹上缠紧保鲜膜,或者穿瘦身衣,然后在操场上跑步,“夏天的时候,感觉裹着保鲜膜就跟燃烧了一样,呼吸都觉得困难”。

陈奇的减肥运动一度因为“想偷懒”而告一段落,于是她开始尝试针灸、拔

罐。但是她一个月的生活费有限,针灸一次就120块钱,而且见效慢,她又继续尝试其他“物美价廉”的减肥方式。

陈奇买过各种稀奇古怪的减肥产品,热敷的药袋、酵素果冻、益生菌、祛湿茶、代餐奶昔等等。短暂的节食之后,陈奇反而食量大增,体重再次反弹,但免疫力却下降了。

辟谷,是陈奇和室友的“噩梦”。陈奇说:“当时买了那种红糖,然后跟室友喝,一块减肥。但是喝了以后老想上厕所,而且上课都没有精神了。”陈奇的室友则是落下了胃病。

谁在“贩卖”身材焦虑? 减肥悲剧何时休?

花季女生减肥训练营猝死的悲剧背后,谁制造了身材焦虑?谁在“贩卖”身材焦虑?谁来为悲剧“买单”?

2021年,来自国家卫健委的数据显示,当前我国成年居民超重肥胖率已经超过50%,6-17岁儿童青少年接近20%,6岁以下儿童达到10%,超重肥胖已成为影响我国居民健康的重要公共卫生问题。

肥胖与健康有了关联,再加上身材焦虑,一些看上去并不胖的人,也有着减肥压力,减肥热度一直居高不下。巨大的市场需求催生出商机,但这些产品和服务产生了不少乱象,甚至威胁减肥者的健康和生命。

据相关报道,袖状胃切除手术近年来数量激增。数据显示,2008年,全国范围内开展的减重代谢手术总共只有117例,但到了2020年,已飙升至12837例,十年之间增长了100多倍。根据规定,“袖胃”手术要求至少有两种代谢综合征,比如高血压、2型糖尿病、内分泌功能异常、高尿酸血症、肾功能异常等,且通过改变生活方式和内科治疗难以控制,才能考虑手术。但专家反复强调,对于BMI(身体质量指数)不达标,也没有糖尿病等代谢疾病的人群,做减重手术对身体健康是极为有害的。

减肥的目标应该是健康。健康有标准,但健康的主动权应该掌握在自己手中。切胃手术,不是一劳永逸的,在减肥训练营“速成”之后,也很可能会反弹。被肥胖困扰的减重“斗士”们,终究要加强自我管理,重塑自己的饮食习惯和生活方式,加强运动,科学减肥,才会健康和美丽两不误。因此,还是那句话,“管住嘴,迈开腿”。

近日,杭州市住房保障和房产管理局在“杭州市二手房交易监管服务平台”上,新上线了“个人自主挂牌房源”功能,打破了传统依赖中介机构的房屋销售模式,房东可以自行在平台上挂牌房源,购房者也可以直接和房东面对面交易。房屋买卖不依靠中介,会给二手房市场带来哪些影响?还需要完善哪些环节?

自主挂牌交易 中介费少也有担忧

杭州市房产市场综合管理服务中心相关负责人胡萍莉告诉记者,“个人自主挂牌房源”功能的上线,将会打破传统依赖中介机构的房屋销售模式,改善二手房交易过程中买卖双方和中介机构房源信息不对称的弊端,为购房者以及个人房东提供全新的交易渠道。

对想要买房的人来说,整个买房过程不需第三方中介参与。此外,个人挂牌的房源信息仅向个人实名认证用户开放,房地产经纪人是无法注册并查看房源的。

杭州市民周先生觉得,买卖双方直接交易可以省去几万块钱的中介费用,对于买卖双方都是一件好事,“相对信息更透明,可以跟买方直接沟通,这样不会出现一些信息差”。

不过,也有市民表示担忧。市民田女士说,买房不是简单的事,还涉及购房资金打款安全、贷款以及过户等一系列问题,“很担心这个房子我交了订金,但最后没有到手”。

如何确保交易资金安全,是二手房买卖过程中的核心问题之一。胡萍莉说,目前平台还没有设立资金监管账户,选择自主交易的市民,主要还是基于买卖双方的信任。下一步,杭州市房管部门会继续完善“个人自主挂牌房源”功能,特别是考虑设立资金监管账户,确保打款安全。

中介服务内容 可能产生新的需求

今后,买房真的能“去中介化”吗?

某二手房中介王女士(化名)表示,买卖双方跳开中介自行交易的行为一直存在。她认为,中介除了日常推荐房源、陪同看房之外,还要帮购房者跑银行贷款流程、过户流程等,短期来说,中介还是会是很多人首选的模式。“钱如果不打到资金监管账户,直接打给房东账户,房东卷款跑了怎么办?牵涉的交易环节实在是太多了。”王女士说。

而多年从事二手房中介服务的张先生则认为,随着“个人自主挂牌房源”功能的逐步完善,可能会对中介的服务内容产生新的需求。买卖双方在自行谈好价格的基础上,再找中介提供后续的代办服务,或许是今后的一种发展方向,费用会低于目前的中介费。

中原地产首席分析师张大伟认为,目前“个人自主挂牌房源”功能的上线,对于二手房中介市场并不能形成太大的冲击。从全国来看,2011年北京海淀第一次提出官办平台挂牌个人房源可以直签,到目前为止,十年时间里很多城市试点了这个功能,但都没有做大,其原因主要还是二手房交易的各种复杂性,它远远不是说个人直签就可以完成的。

张大伟建议,除了搭建可以让个人自主挂牌房源的平台外,政府可以通过加强对中介费收费标准的监管等,保障消费者的权益。

杭州开启“房东直销”官方渠道,真能“去中介化”吗

高质量建设“信用经济示范区”,打造区域社会信用“历下模式”

本报讯 根据国家《关于新时代加快完善社会主义市场经济体制的意见》,要求构建适应高质量发展要求的社会信用体系和新型监管机制。济南市历下区借鉴深圳等地先进经验,积极探索推进社会信用体系建设,在我省率先提出创建“信用经济示范区”。

历下区信用经济示范区自今年2月正式开始创建,围绕信用体系和信用产业两大领域,将信用与经济有机结合,通过信用体系建设促进经济发展,形成区域社会

信用体系建设“历下模式”,取得阶段性成效。

优化信用基础框架,搭建信用经济发展有力支撑。强化顶层设计,高标准起草了《历下区创建信用经济示范区实施方案》,完善配套制度,全量归集全区行政许可和行政处罚信息,严格按照时间节点合法合规上报“双公示”数据。深化核查应用,将市场主体的信用状况作为管理决策的重要参考。

创新诚信历下品牌,全方位打造诚信

示范样板。开展诚信示范工程创建活动。围绕营商环境、商业氛围、生活体验、工作环境、行业规范等五个维度,制定诚信街道、街区、园区、社区、企业5个创建指导标准,在全区范围内选树“诚信街道”“诚信社区”“诚信园区”“诚信街区”“诚信企业”等示范典型,目前共有10个街道、3个街区、10个园区、16个社区参与创建工作。“诚信历下”整体以“诚”字贯穿始终,传递出“诚信历下”的整体精神,诚信历下品牌进一步打响。(本记)

据央广网