

胎盘虽然“有营养”，但其营养价值跟普通的肉类食物类似，吃胎盘很难获得确切的好处，甚至有着健康隐患，为了莫须有的好处，去冒巨大的风险，实在不算明智之举。



吃胎盘不是进补仙方

打破砂锅

本报记者 李颖

一条“产妇在医院产子，胎盘被清洁工偷回家炖汤”的新闻最近上了微博热搜，再次引发网友对胎盘能不能吃的热议。很多人认为胎盘是“强身健体的补品”或“治愈疾病的良药”，在世界范围内的很多国家和地区，都流

着吃胎盘的习俗。然而在一些文化中，因为胎盘与生命的诞生关系紧密，它被认为是具有灵性的东西，不仅不能吃还必须按照相应的仪式进行处理。那么，到底胎盘有没有神奇的功效，又能不能吃呢？

什么是胎盘？

只是母胎间物质交换的“中转站”

胎盘是母体与胎儿间进行物质交换的器官，是胚胎与母体组织的结合体。“它其实就是胚胎发育时的一个特殊器官，因为受精卵在分裂的时候，会形成一个囊胚，这个囊胚会包住最外层的细胞发育成为胎盘。”北京大学第三医院妇产科主任医师张奠教授在接受科技日报记者采访时解释说，胎盘细胞在怀孕早期，会不断地侵入妈妈的子宫内壁，让被包着的胎儿固定

在子宫内壁，同时这些细胞还与子宫的血管融合在一起。

从现代医学来讲，虽然胎儿在母体内生长发育所需的营养物质全部来自胎盘，但它只是母胎间物质交换的“中转站”，本身并不能提供胎儿生长所需的营养物质。“一句话就是胎儿所需的吃、喝、拉、撒都是通过胎盘来传递的，而双方保持相当的独立性。”

胎盘是不是大补？

营养物质并不能被直接吸收利用

吃胎盘并不稀奇，在中国有悠久的历史，健康孕妇的胎盘经过加工本来就是一味中药，名字叫做紫河车。

据《本草纲目》记载：紫河车性温，味甘、咸；归肺、肝、肾经，具有益气养血，补肾益精的作用；对“疲劳、消瘦、衰弱者”有奇效。“久服者，耳聪目明，须发黑，延年益寿，有夺造化之功”。但湖北省中医院药事部副主任黄传俊告诉记者，虽然紫河车的原材料确实是胎盘，但它只是经过一定加工的中药，并不是常规的补品。拿紫河车和胎盘相提并论，是非常错误的。因为胎盘需要将羊膜和脐带去掉，然后反复冲洗，去掉残留的血液，接着需要用花椒和黄酒进行蒸，或者是放在开水中略煮一会，最后再晒干或烘干才能制成紫河车。在多重手

续之下，它早就不是人们最初见到的“胎盘”了。“而现代的技术则更加规范，所以说紫河车和胎盘并不能混为一谈。”

张奠坦言，胎盘确实有不少血清蛋白、胎盘球蛋白以及干扰素等多种对人体有益的营养物质，但并不能口服被消化吸收和利用，而是会被消化分解为并不具有抗病免疫功效的氨基酸，不能直接增强人体免疫力。

况且大家可能都忽略了这样一个事实：怀孕36周以后胎盘已经完全成熟，38周后胎盘就开始逐渐衰老，而且随着产期的临近，老化现象愈发严重。换句话说随着分娩的结束，胎盘的主要功能也就彻底结束了。“从临床上来讲，它已经没什么作用了。”张奠说。

胎盘有没有毒素？

盲目食用可能会对身体造成危害

在网上键入“胎盘料理”会跳出各种胎盘的食用方法，含蓄的东方人有包饺子的，有煲汤的，有做成胶囊的，勇猛的西方则选择跟牛排一样生煎……没想到这么多重口味的人对“吃胎盘”趋之若鹜。

但是专家表示这些“胎盘料理”会导致胎盘中的蛋白质营养成分变性或降解，无法产生特殊的生理作用。即使有一些侥幸残留的“活性物质”，口服下去后，经过肠胃里的胃酸、各种蛋白水解酶的消化后，也和吃普通的肉没有本质区别。因此，指望吃过胎盘之后能有神奇功效恐怕是不可能的，不仅如此，反而可能适得其反，对身体造成危害。

作为一个传输营养的中介，虽然胎盘貌似“养分丰厚”，却也与毒素并存。张奠解释说，首先，胎盘在随胎儿离开母体的过程中会受到多种细菌的污染；其次，胎盘含有母体的血液，如果孕妇携带乙肝或艾滋病等传染病病毒，其胎盘也可能携带，如果病毒没有完全被杀灭，食用后就

可能染上这些病毒。此外，如果胎盘发生异常现象，如胎盘肿瘤等，单凭肉眼是看不出的。

黄传俊也表示，食用胎盘需要经过严格的消毒和专业处理，确保胎盘没有被二次污染才可以，很多普通家庭的烹饪是达不到这个条件的，不但不能激发其中的功效，还有可能传染某些细菌、病毒等，所以不建议食用胎盘，也不可一味盲目相信胎盘的价值。

黄传俊说：“中医讲究的是辨证论治，而且药必须要对症才有效。对于需要的人来说，胎盘确实能起到温肾补精和益气养血的作用。”对于不需要的人，吃胎盘确实就跟吃肉没什么区别，甚至有些体质的人不适宜吃胎盘。建议应把胎盘看作药物的一种，让有适应症的患者或孕产妇适量地补充更为合适。

另外，两位专家一致强调，根据我国的相关法律法规，产妇产后胎盘应当归产妇所有。产妇放弃或者捐献胎盘的，可以由医疗机构进行处置，任何单位和个人不得买卖胎盘。

相关链接

紫河车为何被“踢出”新药典

在新版《中国药典》中，作为传统中药材的紫河车及以紫河车配方的中成药，如生血丸、安坤赞育丸、补肾固齿丸等不再列入收载品种目录。

北京中医药大学卫生法讲师邓勇指出，紫河车从新版药典中“出局”，主要出于伦理和安全两个角度考虑。从伦理学角度来讲，紫河车是人体胎盘，属于人体器官，入药不符合伦理学要求。从安全角度讲，它是母子之间进行物质交换的器官，是一个营养和病毒同时存在的组织，如果母体有肝炎等病毒，可以通过胎盘传给胎儿。“而企业从医疗机构的医疗垃圾处理人员手中回

收胎盘时，卫生安全的把关也是个问题。”

“紫河车没有收录，的确是因为存在一定的安全风险。”黄传俊解释说，胎盘结构复杂，提取于细胞操作繁琐，耗时很长并涉及几十种化学制剂，开放性采集面临很大的外源试剂污染风险，制备过程中很可能破坏胎盘屏障导致病原微生物污染，安全性不能保证。“目前紫河车饮片在临床上很少使用了，因为单味中药‘紫河车’，从性味归经和功效分析，人参、鹿茸等功效与它比较相似。”中药平时都是复方用药，因此通过一定的方法，能够用其他中药饮片替代紫河车的功效。

包包·包打听

水逆究竟是咋回事



经常听见有人说，最近是不是水逆了，怎么喝凉水都塞牙。水逆是水星逆行的简称。但是水星真的会逆行吗？水逆有让人倒霉的威力吗？

在占星术中，水逆往往意味着诸事不顺，占星师通常会建议人们在水星逆行期间尽量避免启动任何新的项目，应该去反思和回顾过去的决定并重新评估。不过天文学家对水逆有另外的解释，让我们来听听中国科学院国家天文台研究员郑永春博士怎么说。



郑永春

所谓水星逆行，并不是水星真的逆向而行了，只是从地球上观测的一种错觉。在太阳系里，所有行星都是按同一方向环绕太阳运行，方向不会改变。在水星逆行期间，从地球上跟踪水星的轨迹，会发现水星运行到一定位置后似乎改变了方向，这其实是由地球自转以及地球与水星的相对位置变化引起的。

在太阳系里，地球和水星都围绕太阳转，因为水星的轨道比地球更靠近太阳，绕太阳一周只有88天，而地球离太阳较远，绕太阳公转一周需要365天。这就像是两个人在不同的跑道跑步，水星在里圈跑得快，地球在外圈跑得慢。追上地球之前，水星往前运行；追上之后，看起来像是往后跑，成了逆行，但其实水星始终在向前走，并没有逆行，之所以会产生错觉，是以地球为参照物来看的，如果以太阳为参照，是不存在所谓水星逆行的。

过去人们会为观测到水星逆行现象感到恐慌，是因为很久以前，在地心说盛行的时候，人们以为地球是宇宙中心，行星都应该绕着地球转，如果大部分行星都往前走，突然人们发现有一个天体——水星不往前走，反而往后走，就难免感到恐慌。现在我们知道水星逆行是一种极为普通的天文现象，不会对地球产生影响，更不会对人的活动产生影响。

本期包包：本报记者 唐婷

在这里你能找到包包，包包能找到专家，有什么问题，尽管砸过来吧！可以在“科技改变生活”公众号平台直接霸气提问，或者给包包发电邮，“包邮”看这里：baobaobaodating@sina.com

给您提个醒

高铁迎第一次跨省调价 避开高峰时段可降低出行成本

据中国铁路总公司透露，从4月21日起，我国东南沿海高铁车票价格将不再“一刀切”，中国高铁迎来第一次跨省调价。中国铁路总公司相关部门负责人表示，此次东南沿海高铁调价，执行票价依据为各车次的客流状况，将呈现差异化、有涨有降。

以深圳北至潮汕的高铁票价为例，调整前二等座执行票价为89.5元，调整后同样区间不同时段，D3108次为107元，涨幅19.6%；D2342次为102元，涨幅14%；D2350次为85元，下调5%；D7406次为73元，下调18.4%。该负责人指出，从调整后的票价看，在东南沿海高铁很多区段二等座票价仍明显低于公路。调价后，价格成为调节客流的杠杆。对价格敏感的旅客可以避开高峰时段，出行成本将有所降低。

菏泽48万亩牡丹绽放 假期去山东看“花海”吧

近日，第26届山东菏泽国际牡丹旅游节开幕。这个春天，菏泽共有48万亩、1237种牡丹次第盛开，游客可以欣赏到壮观的“花海”景观。

菏泽市牡丹种植面积达到48.6万亩，共有9大色系、10个花型、1237个栽培品种，有曹州牡丹园、古今牡丹园等1000亩以上牡丹种植基地59个。据景区工作人员介绍，此时牡丹园正值盛花期，整个花期将持续到5月初。

据了解，菏泽是全世界面积最大、品种最多的牡丹生产基地、科研基地、出口基地和观赏基地。2012年3月，菏泽市被中国花卉协会授予“中国牡丹之都”称号。自1992年首次举办以来，菏泽国际牡丹旅游节至今已连续成功举办25届。

(本版图片来源于网络)

贪官心态，你可能也有

心理话

高浩容

最近当红的电视剧《人民的名义》引发了许多对于人性的探讨。看剧中人物，从白纸一张的婴儿成长为利欲熏心的贪官污吏，为什么原本怀着理想抱负的公务员，后来却干起损人利己的违法勾当？其实人性的堕落并非瞬间的事，而是人陷入“非理性思维”，堕入道德滑坡的结果。下面就让我们深度剖析一下人是怎么一步步走向堕落的吧。



你觉得我是不是有病啊

屡犯不改，堕落就成了“自动化”

堕落也有一个“熟练”的过程。譬如某些学生作弊，第一次紧张到手心冒汗，但随着违规次数的增加，心理发展出“自动化”的倾向。就像某些经常为迟到开脱的人，他们刚开始会意识到自己在编造理由，到后来就会发展到可以随意的为自己的迟到说谎。

这说明若是纵容自己不断犯同样的错误，达到“自动化”的下意识行为，人便不再受到自我道德谴责，进而会更频繁的犯案。

不够理智，低估风险高估收益

诺贝尔经济学奖得主卡尼曼指出，人类做选择时，并没有想象的那么理性。其中，人的心理对于“损失”的感受大于“得到”的感受——赚到100块，可能过两天就忘；弄丢100块，通常会记很久。这个心理可以用来解释人对丧失权力与金钱的厌恶。

此外，人们对于低概率事件往往会反应过度，对高概率事件则经常反应不足。比如明明数字显示飞机的死亡率远低于交通意外，但人们更畏惧飞行。又比如，研究发现，人们买彩票时，感觉自己有机会中头奖的几率，比实际机率高出281倍。

这些例子说明理性在很多时候，只是非理性思维的跟班。人们往往会先做出错误的决定（偷情、贪污），然后再用理性来“合理化”我们的行为，并低估恶行被发现的几率。若从事不法行为费了很大的工夫，我们还会因为付出多，而高估成果对我们的价值，导致更难放手。

忏悔十天，抵不过诱惑一瞬间

心理学家艾宾浩斯通过记忆与认知的研究，提出“近因效应”和“首因效应”，这两个概念后来经过行为经济学的进一步研究，发现人的心理受“第一次”和“上一次”的经验影响最大，记忆也最深刻。

因此一般人们做决策的时候，所依赖的很可能不是长期经验的结果，更多的是受首因和近因的经验影响。在这种情况下，人很有可能做出错误的选择，迈出走向堕落深渊的第一步。

还有一个心理学实验同样说明时间对人的影响。有个演讲者给听众两个选择，现在拿走50块，或是一个月后拿走100块；另一个是一个月后拿走100块，或是10个月后拿走1000块。

前一种情况，多数人都选择马上拿走50块，可见当下诱惑对思维的影响。后一种情况，愿意等待10个月的人比例增加，因为一个月和10个月都是等待，心理无需和“错过当下”的感觉抗争。

所以改过往往很难，很难说要多久时间才能真正改变一个人。因为当下的诱惑很可能轻易抵消过去一段时间自我改善的努力。那么，我们该怎么做，才能避免堕落，损人伤己呢？

珍惜人生的第一次；接纳自己内心的恐惧，害怕就承认害怕，有时悲剧就是消极逃避恐惧，故作强悍的结果；参考“合作取向治疗”的方法，面对选择，给自己多一点思考空间、多一点靠谱朋友的建议、多一点信息，凭借这些增强理性的材料，主动和不理性的想法进行内在的“自我对话”；用更多积极正面的体验，取代消极负面的想法。经验具有可取代性，这也是为什么酗酒者通过团体互助的方式能产生改变的效果。通过“团体效应”的影响，可以让自己融入传递正面经验的网络。

