

杨婧/人民视觉



目前外用的生长因子是安全有效的，有促进伤口愈合的作用。不过，需要强调的是，生长因子只能外用，注射或口服都是违法的，是被国家明令禁止的。

李钢
天津医科大学第二医院整形与医疗美容科主任医师



想毁容，打一针生长因子就够了

辨美

◎本报记者 陈曦

如今，在一些社交媒体上，不少网红博主都会推荐一种名为“生长因子”的填充注射材料，称只要将其注射到面部凹陷部位，就能促进该部位细

胞的生长，使其变为“自体填充物”，让原本“塌陷”的部位饱满起来。

对此，天津医科大学第二医院整形与医疗美容科主任李钢表示，目前外用的生长因子是安全有效的，有促进伤口愈合的作用。

“不过，需要强调的是，生长因子只能外用，注射或口服都是违法的，是被国家明令禁止的。”李钢说。

白的生长，有助于真皮层的恢复。这两种具有美容作用。第三种是血管内皮细胞生长因子，可促进血管和淋巴管的生长。

在临床上，生长因子是一种正规的外用药物，在皮肤受伤后，无论是急性或是慢性伤口，涂抹上生长因子后，都能加速皮肤伤口的愈合。“皮肤老化其实就是一种皮肤的慢性受伤，这也是生长因子能够用于美容的原理。目前，表皮生长因子和成纤维细胞生长因子也被广泛用于医学皮肤护理。”李钢表示，生长因子可修复受损皮肤（角膜和表皮损伤）和接受激光手术后的皮肤。它能使表皮再生，协助皮肤形成健康的屏障。这个屏障非常强大，可使皮肤的保湿、抗过敏、抗辐射能力都得到提升。

不过，李钢强调，不管作为药物还是美容产品，生长因子的使用方法仅限于外用，一般的使用方法是涂抹或喷涂。

果注射或口服都是违法的，在正规医院是根本不可能出现生长因子注射剂的。”李钢表示。

资料显示，很多因使用生长因子而导致毁容的患者，都是注射了生长因子或含生长因子的药物。一些人在注射生长因子后导致面部畸形生长，例如皮肤出现不规则的隆起等。

“生长因子在被注射到人体后，其所发挥的促生长作用是不可控的，会导致一种无序、杂乱的生长，由此可能会产生一系列的不良影响。”李钢说。

首先，生长因子被注射进入人体后，会刺激注射部位周围皮肤细胞迅速繁殖增生，导致组织无限生长或异常生长，皮肤会出现发红、发硬等症状，新长出的组织往往超过预期的大小，最终甚

生长因子常换“马甲”出现

尽管国家明令禁止，但因注射生长因子而导致毁容的事故，仍常出现在新闻中。

“整形美容行业每隔一段时间就会冒出一类所谓‘高科技产品’，这些新产品很可能只是违禁注射填充物换个‘马甲’而已。‘冻干粉’‘生长肽’‘干细胞’‘青春素’……这些听起来‘高大上’的产品，其实就是生长因子。”李钢提醒，很多求美者在不知情的情况下，被注射了这些披着“新衣”的生长因子，一旦发现注射区异常隆起，且持续增长，建议尽快到正规医院进行检查。

那么，如果有填充需求，广大爱美人士可以选择哪些产品呢？

“注射填充最为常用的是透明质酸（玻尿酸），人体皮肤本身就含有大量的透明质酸，它是皮肤的保湿因子，被注射进入人体后，可以膨胀至原来的500至1000倍。除了保湿、体积膨胀的特性外，它还具有生物惰性、不易转移及不容水性，这也使得透明质酸的填充效率和安全性极高，是很好的组织填充物。”李钢指出，像水光针中也含有透明质酸成分。

至可能导致毁容。

其次，一旦出现问题，要想把生长因子取出来是非常困难的。即便医生进行了取出操作，也难以保证绝对无残留。“生长因子在某个部位哪怕只留存了一点点，该部位就能疯狂生长。”李钢说。

此外，被注射者还可能因注射的人为因素造成毁容。比如，由于注射手法或者操作不当，导致生长因子被注入大血管引起血管堵塞；针孔感染引起皮肤化脓，形成疤痕甚至疤痕疙瘩。

“总之，目前我国没有批准任何生长因子类填充药物，含生长因子的药物均禁止用于组织填充。”李钢强调。

由于注射美容属于微整形，很多爱美人士觉得它的副作用小、恢复快，因此这一类项目颇受欢迎。对此，李钢提醒，即便是微整形，也不代表“低风险、低风险”。“微整形的‘微’的确有微小损伤的意思，但并不意味着简单易行，更多的是指技术的精微、微妙。进行这些医美项目的时候，爱美人士需要擦亮双眼，找正规的医疗机构和有资质的专业医生进行微整形，而不要把微整形弄成了“危整形”。”他说。

相关专家表示，在注射玻尿酸时，由于进行注射的工作人员没有受过专业正规的医学教育，再加上不了解面部解剖结构，造成患者血管堵塞和神经损伤的情况并不少见，严重的还可导致皮肤坏死，甚至致人失明、偏瘫、死亡。

“近年来，‘颜值经济’和‘悦己消费’蓬勃增长，医美行业如雨后春笋。旺盛的需求不仅促进了市场的发展，也催生了不少行业乱象。为了避免‘踩坑’，广大爱美人士不要盲目跟风，不要哪个产品‘火’就去轻易尝试。要多了解一些医美知识，并选择正规医院或美容机构进行医美操作。”李钢再次强调。

如今，各类媒体持续生产八卦信息，一些App的信息供给也是“投其所好”，如果你点过几条八卦新闻，它就会源源不断地向你推送下去。这样人们接收到的内容就会变得愈加单一、同质，如此下去受众将不知不觉被囚于“信息茧房”。原本人们聊八卦是希望获取更多消息、扩大社交圈，但在这种形势下，它可能本末倒置，使人们困在八卦之“蛹”中，反而使信息接收的维度变窄。

理性“吃瓜”切莫全情投入

不过，存在即合理。如前所述，谈论八卦是人类自古以来就有的习惯，如果完全拒绝显然不切实际。那么，我们又该如何规避由“吃瓜”带来的负面影响呢？

笔者认为，节制“吃瓜”的第一步，就是正视自己的对于“瓜”的需要。我们要做的，不是完全压制这种需求，而是要适度满足。对于各种娱乐消息，我们看看则已，切莫全情投入。

其次，要走出思维误区。很多人以丰富谈资的目的去关注八卦消息，但最终反而被困在八卦之“蛹”中。此类人往往有一个思维误区，觉得知道的“瓜”越多，就越能成为社交圈中的红人。但事实并非如此，因为我们的时间有限。知道点八卦很可能让你更好地融入社交圈，但从资源分配的角度来看，你浏览八卦信息的时间越多，那你跟朋友聊天的时间就会越少。所以获取的八卦信息量与社交质量，两者之间是一个“倒U形曲线”的关系，而非线性关系。

最后别忘了，负面八卦所带来的优越感只是空中楼阁。即使明星从神坛跌落，那也不代表你就变成了一个富有、美丽、受欢迎的人。那一刹那的优越感，只不过是产生错觉，如泡沫般虚幻。

（作者系国家三级心理咨询师）

使用方法仅限于外用

此前有不少报道称，一些爱美人士因注射了生长因子导致下巴疯长、额头鼓起大包等，让人们一度谈生长因子色变。

“生长因子是一种细胞因子，它是一类通过与特异的、高亲和的细胞膜受体结合，调节细胞生长的多肽类物质。”李钢解释，生长因子会通过质膜上的特异性受体，将信号传递至细胞内，作用于与细胞增殖有关的基因，以影响细胞的生长或分化。简而言之，生长因子就是能够促进细胞生长和增殖的物质。

人体就分泌多种生长因子，它们调节、控制着机体细胞的生长、发育、代谢、衰老等生命活动。

“从生理学角度来讲，生长因子分为3种，其中有美容作用的生长因子有2种。”李钢介绍，第一种是表皮生长因子，这种生长因子可促进表皮的生长，能刺激基底细胞的分裂，从而修复受损表皮；第二种是成纤维细胞生长因子，它可促进胶原蛋

注射后细胞或出现无序生长

“外用的生长因子是安全有效的，可作为治疗药物使用，但国家只批准了其作为外用药物使用，如

果注射或口服都是违法的，在正规医院是根本不可能出现生长因子注射剂的。”李钢表示。

“吃瓜”会上瘾，八卦要节制

心理话

◎祝杰

2021年开年至今，娱乐圈已出现数次“地震”，微博也掀起了多阵“吃瓜”旋风。各种重磅八卦新闻一次次霸占社交网络，令广大“吃瓜”群众目不暇接，甚至有网友戏称2021年为“瓜年”。

那么，大家为何如此热衷于“吃瓜”？今天我们就从心理学角度来一探究竟。

背后隐藏着对优越感的追求

畅销书《人类简史》中有这样一段话：“如果一大群人想合作共处，‘说坏话’这件事十分重要。”从

进化心理学角度来看，在古代，我们的祖先曾长期处在粮食匮乏、危机四伏的环境中，他们不仅知道怎么躲开狮子老虎、怎么捕猎猎物还远远不够，更重要的是，还要知道部落里谁和谁有矛盾、谁和谁交情好……这些八卦消息在该书作者看来，在一定程度上有助于部落成员联络感情，促进他们之间的合作，这也是人类种族延续至今的重要原因。

除此之外，心理学家罗宾·邓巴认为，人们热衷谈论八卦的背后，隐藏着对于优越感的追求。明星是聚光灯下的宠儿，他们所拥有的美貌、财富、名声，无一不是普通人所渴望的，这极易诱发崇拜心理。而这种崇拜也暗含着某种“有我无”的自卑心理，因此当明星稍有负面新闻曝出，普通人被压抑的自卑感便可能会被优越感所取代。曾经抬头仰视的人，如今被“踩”在脚下，“吃瓜”群众借此短暂地站上道德高点。

有科学研究发现，阅读八卦信息能激活人类大脑中的奖励系统，而这很可能意味着人脑将八卦识别为某种奖励，进而产生了愉悦感。从行为主义心理学角度来看，这种愉悦感是一种正强化物，当它紧跟在某种行为后出现，会让该种行为得到强化，进而让人上瘾。

困于八卦消息的“茧房”

普通人聊八卦，表面说的是闲话，其实说的是感情。日常生活中，我们常会看到，几分钟前，在酒桌上“相顾无言”的一群人，可能就因无意间说了点八卦，顿时就变得相见恨晚。多少哥们儿、闺蜜、亲戚就是因为八卦，才有了聊不完的话题。

既然八卦有这样的益处，也就意味着它容易让人上瘾。

有科学研究发现，阅读八卦信息能激活人类大脑中的奖励系统，而这很可能意味着人脑将八卦识别为某种奖励，进而产生了愉悦感。从行为主义心理学角度来看，这种愉悦感是一种正强化物，当它紧跟在某种行为后出现，会让该种行为得到强化，进而让人上瘾。



视觉中国供图

给您提个醒

世界骨质疏松日将至 强劲骨骼从改变生活方式入手

◎新华社记者 王秉阳

10月20日是世界骨质疏松日。专家表示，骨质疏松症是可防可治的慢性病，应该坚持从生活方式入手早做预防，中老年人应早诊断、早治疗。

骨质疏松症是中老年人最常见的骨骼疾病。“疼痛、驼背、身高降低和骨折是骨质疏松症的特征性表现，但有许多骨质疏松症患者在疾病早期并无明显的感觉。骨折是骨质疏松症的直接后果，轻者影响机体功能，重则致残甚至致死，常见的骨折部位是胸腰椎、髋部和手臂。”白求恩国际和平医院骨科主任医师步建立说。

专家表示，骨质疏松症可防可治。北京协和医院内分泌科主任夏维波建议，首先要均衡饮食，增加饮食中钙及适量蛋白质的摄入，低盐饮食。“钙质的摄入对于预防骨质疏松症具有不可替代的作用。嗜烟、酗酒、过量摄入咖啡因和碳酸饮料会增加骨质疏松的发病危险。”

其次要适量运动。夏维波表示，运动可以使骨骼更强壮，还有助于增强机体的反应性，改善平衡功能，减少跌倒的风险。中老年人群也需要适当进行体育锻炼，有助于肌力的提高和骨质疏松的预防。

再者要增加日照照射。“在我国饮食结构中，所含维生素D非常有限，经常接受阳光照射会对维生素D的生成及钙质吸收起到非常关键的作用。”夏维波建议，正常人平均每天至少需要20分钟日照。

“相对于不治疗而言，骨质疏松症任何阶段开始治疗都不晚，但早诊断和早治疗会大大受益。高危人群应尽早到正规医院进行骨质疏松检测诊断治疗。”步建立表示。

长知识

接触野生动物有讲究 和人越“亲”可能越危险

◎张辰亮

在刚刚过去的“十一”长假，外出的人不算少，其中很多人选择去野外领略自然风光。若在野外遇上“萌萌”的小动物，我们总忍不住和它们拍张合影。

不过，你知道和野生动物拍张合照，要冒多大风险吗？

昆虫：大部分对人无害

作为昆虫学硕士，笔者常要去野外采集标本。一般在野外看到虫子，都会觉得它们有毒、会蜇人，避之不及。但事实恰恰相反，它们其实是相当安全的一类动物。

因为昆虫和人的亲缘关系太远，很少有共患病。昆虫学家在野外考察时，拾取大部分昆虫都会直接用手拿。只有少部分，如马蜂、毒蚂蚁，不能直接用手抓，因为它们会蜇人，但可以凑近观察。

总体来说，大部分昆虫对人无害，少量会蜇、咬人，但不传播疾病；昆虫本身的疾病，大部分也不会传给人类。只有极少数昆虫，我们需要注意，比如蚊子和臭虫，它们确实会通过吸血传播疾病。

哺乳动物：可爱但高危

很多人觉得哺乳动物可爱，但事实却是，它们相当危险。因为在各类动物中，哺乳动物和人的亲缘关系最近，所以其身上所携带的病菌、寄生虫，更易感染人类，尤其是野生哺乳动物。

此外，哺乳动物的毛发容易藏污纳垢，脏的程度超乎想象。北京市区内有时会出现刺猬，很多人看到，都忍不住把它们捧起来。但只要仔细看看就会发现，很多野生刺猬身上沾满了蜱虫。这些虫子会爬下来咬人，传播森林脑膜炎等疾病。

还有一种常见的哺乳动物——蝙蝠，看上去小巧玲珑十分可爱，但其实它是多种病毒的宿主，比如狂犬病毒和“非典”病毒。因此，即使是专业人员，在抓蝙蝠时也要戴手套。

海洋生物：水下的都别碰

再说说怎么接触海洋生物，推荐一个简单的方法：在海边漫步时，只碰常见的东西；在游泳或潜水时，任何东西都别碰。

在海边漫步时，你能碰到的物种是有限的，一般都是潮间带生物，比如牡蛎、贝壳、螃蟹等，还有一些小鱼，它们大部分比较安全。不过，沙滩上也可能有个别鱼，比如篮子鱼，看着人畜无害，其实它们的每根鳍条都有毒，人被扎到就会感到钻心的疼。所以，不常见的鱼就别摸了。

如果准备潜水，负责任的教练一定会告诉你：任何东西都别碰，不管是有生命的还是没生命的。因为潜水以后，能碰到的物种就复杂了，碰到有毒生物的几率也更大了。

且不说水母和海葵可能把你蜇伤，用手去摸珊瑚礁，藏在里面的珊瑚虫也会蜇人。倘若你摸了善于伪装成石头的玫瑰毒虫，很可能会丧命。

综上所述，在亲近野生动物前，首先我们要对其有足够的了解，之后才能决定以何种方式去接触它们。

如果不了解，那就离它们远一点，千万不要做个好奇宝宝，东摸一下、西摸一下。

（来源：科普中国）