



## 减肥药变身“营养素”，点穴减肥靠的是这个？

文 / 本报记者 褚睿雅

“点穴”，大家一定不陌生，那可是武侠片或武侠小说里经常出现的一门神奇的功夫，点一下可以让人马上变为“木头人”。不过现在“点穴”已经不是武林高手的专利了，很多美容院把“点穴”做为一个定语放在了“减肥”前面，挂在他们的招牌上，甚至还称效果立竿见影，一个月就能瘦十来斤。一时之间让减肥者们趋之若鹜，纷纷加入点穴的阵营中。

### 美容院要求：点穴减肥要吃“平衡素”

“瘦一点，再瘦一点”，这句话用在女人身上一点都不过分，很多女人都是这么希望的。陈小姐并不胖，1.60米的身高，50公斤多一点点，真的不胖，可是女人就是这样子，总希望自己能看起来更瘦一点。

12月中旬的一天，陈小姐一个很要好的小姐妹开心地打来电话：“我在XX美容院做美容和纤体，效果不错哦，听说这么减肥的人都成功瘦下来了，你要不要来？”一番话让陈小姐跃跃欲试，直奔那家美容院。

美容院的工作人员很热情地接待了她，了解到陈小姐想减肚子、腰和大腿上的肉，工作人员推荐了“点穴减肥法”。说这是一种安全的减肥方式，通过经络刺激达到燃烧脂肪的效果，不需要节食。

店员还告诉陈小姐，她自己也做了这个点穴减肥，一个疗程瘦了8斤。很多顾客都觉得很有效果，一个顾客做了一次就瘦了3斤。听说很安全，又能快速瘦下来，陈小姐动了心，当下就决定尝试，花了1000多块钱办了点穴减肥卡。

第一次做，店员在陈小姐的肚子上又揉又捏又按，把她的肚子捏得酸痛无比，第二天起床还很疼。店员告诉陈小姐，“这就表示你的脂肪在燃烧，就像很久不跑步，忽然间去跑了一次，会发现自己的身体会酸痛一样。”陈小姐觉得的确有些道理。

虽然不需要节食，但做点穴减肥的头三天还是需要清肠。美容院是这么要求陈小姐的：早饭吃一个鸡蛋和一杯酸奶；中饭和晚饭吃一小包美容院配的糊糊，据说是含维生素的，还可以稍微吃点水果、玉米，以及水煮的青菜。

除此之外，美容院还要求陈小姐每天早晚，饭前半小时吃他们提供的一颗“平衡素”，说这样可以补充身体必要的营养。

### 吃“平衡素”，出现减肥药反应

的确是立竿见影，三天下来，陈小姐瘦了3斤，但陈小姐同时也发现精神状况变得很不好。做了点穴减肥后，她每天都睡不好，以前都是一觉睡到大天亮的，但现在每天夜里都要醒来，有时候还会醒来好几次，而且还会觉得心悸，心跳很快，就像要跳出胸膛一样。

这个症状和陈小姐以前吃减肥药减肥的症状一样，点穴减肥怎么会出现这种反应呢？会不会是因为工作太累？

第四天，陈小姐在美容院里的时候，忍不住和边上的顾客谈起了这个事情，没想到对方说自己也有这样的反应。

做完点穴，工作人员照例拿来所谓的“平衡素”，剪了两颗给陈小姐。陈小姐发现这种药并没有标注药名，而且每次都只给几颗，陈小姐觉得问题就出在这种“平衡素”上。这天，她没再吃这种药，晚上马上就睡得安稳了。

再去美容院，她直截了当地对店员说：“你这个就是减肥药！”店员没有反驳也没有承认，只说：“你觉得不好的话，可以换做别的（美容项目）。”

在采访中，记者发现，推点穴减肥的美容院很多，这些美容院基本上会要求减肥者吃她们提供的药丸、药粉之类的东西，而且都号称是营养素、平衡素，是补充身体所必须的营养的。

很多MM吃了这些“营养丸”以后，或多或少都会出现心悸、睡眠不好等不良反应。但大部分MM对此都不以为意，甚至还单纯地认为这是点穴减肥的正常现象。

### 医生没听说减肥会导致心悸、失眠

也有细心的MM去咨询过美容院：为什么会出现这种情况？但美容院的工作人员告诉她们，这是正常现象，是做了点穴减肥以后新陈代谢加快的结果。

点穴是不是真能减肥？点穴减肥会不会出现MM们说的那些不良反应？记者采访了浙江省中医院针灸科主任龚秀杭。

龚主任说，通过按摩特定的穴位，调整特定区域的经络，通过调节五脏及内分泌等，确实是可以达到减肥的目的。她们针灸科也有穴位埋线减肥的项目，就是将能被人体吸收的、无任何副作用的羊肠线（手术缝合用的线）埋植于穴位，起到长期刺激穴位的目的。这种项目已经推了10多年了，几乎每天都有20多个人来做，但从未听她们说过有心悸、失眠等不良反应。有些MM第一次做埋线减肥，因为紧张的缘故，会出现恶心、心跳加速等情况，但把线埋完，休息几分钟也就好了。

### 有美容院明确告知：这就是减肥药

李小姐在中山北路上一家美容院做点穴减肥，也被要求吃一种营养丸，吃了之后也出现不舒服的情况。减肥以后，美容院又卖给她一种药，说是维持身材用的，美容院甚至明确告诉她，这个就是减肥药，但是没有任何副作用。

对此，龚主任说，完全安全、一丁点副作用都没有的减肥药目前还没有研制出来，只能说是相对副作用比较小。是减肥药都有副作用，而且还比较严重，吃的MM都要当心点。

那吃减肥药后都会有什么症状呢？龚主任介绍，有些减肥药是脱水剂，主要依靠排水份来减肥，服用后会脱水、心悸的情况；还有些减肥药是兴奋剂，靠加快身体的新陈代谢来减肥，服用后会心悸、心跳加快、睡不着觉等情况。另外，很多减肥药都含有控制食欲的成分。

美容院都称自己的点穴减肥效果很好，10天一般都可以减8斤。但在龚主任她们那里做埋线减肥最成功的一个案例是一个月减11斤。一个重200斤的女孩子，做6个月减了33公斤了，这已经很好的效果。

也有MM去美容院的时候提出不吃那种所谓的平衡素，美容院的工作人员表示也可以，但瘦身的效果就没有吃平衡素那么好。

龚主任提醒诸位爱美MM，减肥药的危害很大，一般都不推荐吃减肥药的，MM们在选择减肥方式的时候一定要谨慎。另外，每个减肥者的体质不同，状态也不同，一定要区别对待，不能一概而论。由于点穴减肥对医生的手法技巧及穴位精准度有非常高的要求，所选取的穴位要因人而异，因此最好选择正规的医院。

美丽的你，一定有独特的美丽心经，好东西要跟大家分享，请把你的美丽心经告诉我们与XDJMS一起分享吧。

电话：85311082，

E-mail: csjr2005@gmail.com，

QQ: 774728326, QQ群 13876347