美大多数褪黑素软糖褪黑素过多

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/22956.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

美大多数褪黑素软糖褪黑素过多。

一项新研究显示，美国销售的大多数褪黑素软糖所含的褪黑素(一种人体自然产生的有助于调节昼夜节律的激素)远远超过标签上所列的含量。这增加了褪黑素过量服用的风险，尤其是对那些可能把软糖误认为糖果的孩子而言。相关研究成果4月25日发表于《美国医学会杂志》。

褪黑素补充剂通常被认为是安全的，但高剂量会带来严重的副作用。2012年至2021年期间，美国有超过2.7万名青少年因摄入过多褪黑素而前往医疗机构就诊，其中近4100人住院治疗。

马萨诸塞州剑桥健康联盟的PieterCohen和同事将褪黑素软糖的成分与其标签上列出的成分进行了比较。他们使用美国国立卫生研究院膳食补充剂标签数据库确定了2021年在美国销售的30种不同的褪黑素软糖产品，该数据库是美国最全面的膳食补充剂数据库。2022年9月研究进行时，只有25种褪黑素软糖产品可供购买，标签上提到了褪黑素。

研究人员将每种产品溶解一剂到液体中，然后鉴定和量化样品中的化合物。他们发现，在这25种产品中，有22种标签不准确，其褪黑素的实际含量是标签所列含量的74%至347%。

纽约诺斯韦尔健康中心的SanjeevKothare对此并不感到惊讶，因为褪黑素在美国不是一种受管制的物质。在美国，像褪黑素这样的膳食补充剂很少受到监管机构的监管。他说，研究结果令人担忧，因为褪黑素在高剂量下会导致癫痫发作和呼吸衰竭。

虽然褪黑激素是一种药物、一种激素，但它是作为补充剂出售的。Cohen说，因此，它可以在没有关于特定剂量风险信息的情况下出售，也可以按任何剂量配制。(来源：中国科学报 文乐乐)

相关论文信息：https://doi.org/10.1001/jama.2023.2296

作者：Pieter Cohen 来源：《美国医学会杂志》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发