

# 如何守护“指尖上的美丽”？

□新华社“新华视点”记者 赵丹丹 黄凯莹

从“过年三件套”到敷闰的“裂空爪”，从“法式甲”到“中式风”，从刷油涂胶到可穿戴……美甲已成为不少消费者展示自我、表达个性的“新刚需”。

然而，美甲变毁甲等糟心事不时发生，一些爱美人士不仅丢了“指尖美丽”，还搭上了指甲的健康。

如何守护“指尖上的美丽”？“新华视点”记者进行了调查采访。

美甲后指甲发霉、变绿，指甲红肿、变脆、泛血丝

使用劣质材料，卫生环境较差，造成潜在风险

某些美甲店

新华社发 朱慧卿作

## 美丽背后潜藏风险

前不久，广西南宁市周小怡发现，刚做两天的美甲“发霉”了——透过厚厚的淡粉色延长甲片，可以清晰看到指甲上长出黝黑的霉菌。就医后医生告诉她，这是因为甲片与指甲贴合不紧，水分进入缝隙滋生了霉菌。

在一些医院皮肤科，类似的患者并不鲜见。“我们科每天开设七八个门诊诊室，每个诊室日均至少有一两个患者因为美甲出现问题。”吉林大学第二医院皮肤科主治医师单百卉说，她遇到过指甲变绿的、变灰的、发炎的、分层的，甚至还有指甲整个掀翻的，“还有不少青少年患者”。

## 记者体验揭秘：问题到底出在哪？

近期，记者在多地实地探访发现，不少美甲店的产品设备、卫生环境、操作流程等隐患重重。

记者在一家美甲店看到，各式甲油胶琳琅满目。美甲师表示，这些甲油胶都是厂家直供，市场上买不到。记者提出想要看一下产品合格证，美甲师说，产品是老板拿来的，“我们只负责用，不知道合格证在哪里。”

前不久，上海市消保委对43款美甲产品进行测评，结果显示，有几款油性指甲油和甲油胶中测出了一定含量的甲苯、乙苯等挥发性有机物；含闪粉和亮片的指甲油被检出多种重金属元素，深红色指甲油中铬或镍的检出浓度较高。

上海市消保委也对美甲灯进行了实验室检测，结果显示，检测的20款常见美甲灯都不符合国家

记者在小红书等社交平台上搜索发现，“美甲变毁甲”“美甲后出现问题”等话题浏览量超千万次，上万人参与讨论。除了指甲发霉、变绿，指甲红肿、变脆、泛血丝等也是常见的讨论问题。

记者调查发现，美甲变毁甲等问题的背后，是美甲越来越受到消费者青睐，近些年美甲相关企业大量出现，鱼龙混杂。

据中研普华产业研究院发布的《2024—2029年中国美甲行业市场投资策略及前景预测研究报告》，中国美甲市场规模将以年均复合增长率15%持续扩张，预计2029年市场规模突破3000亿元。

“企查查”数据显示，中国美甲相关企业目前超过220万家，约三分之二成立于近三年。

业内人士透露，美甲市场火热，但行业门槛较低，一些“美甲工作室”没有经营许可，藏身于居民楼间，甚至一个人一个筐就能上门服务。

有些不良商家凭借低价抢占市场，使用劣质材料，卫生环境较差，造成潜在风险。“美甲的风险包括指甲损伤、甲分离、甲沟炎、皮肤刺激，以及细菌、真菌或病毒感染等，长期频繁接触质量欠佳的指甲油、指甲胶，还会增加患癌风险。”广西医科大学第一附属医院皮肤性病科副主任医师张馨予说。

客一消”时，一名美甲师说：“请您放心，闭店之后我们都会认真消毒的。”

“如果操作过程中没有经过严格的消毒，那细菌、病毒、真菌就会通过器械传播到其他人身上；尤其是如果修剪过程中破皮了、出血了，交叉感染隐患就更大。”张馨予说。

记者在多家美甲店体验时发现，有的美甲师去死皮、打磨指甲手法粗暴。在一家美甲店，美甲师一轮操作下来，记者的指甲仿佛“脱了一层皮”，有几处在修剪死皮后出血，还隐隐作痛。

长春市中心医院皮肤科主治医师王淑晶表示，死皮能起到保护软甲的作用，不建议过度修剪。打磨时磨掉的是指甲的角质层，即指甲的物理屏障，过度打磨容易引发创伤性甲剥离等多种甲病。

一个月至一个半月，给指甲充分的休息时间；一旦发现指甲出现变色等异常情况应及时就医，千万不能为了一时的美丽影响身体健康。

“随着健康美甲需求的不断增长，只有更安全、更卫生、更规范的美甲服务，才能赢得消费者的信赖和口碑。”广西美甲标准专业委员会副会长黄谢丹说。

## 健康与美丽能否兼得？

美甲行业快速发展、消费群体日益扩大，如何守护“指尖上的美丽”？

记者调查发现，现实中，不少美甲店经营不规范，一旦出现美甲问题纠纷，消费者往往维权困难。“美甲师不承认是她们操作不当，反而说是我自己损坏了甲片，只承诺等我指甲好了再免费给我做一次。”周小怡无奈地说。

广西消费者权益保护委员会

秘书长唐楚尧建议，有关部门出台强制性标准和规范，加强监管，指导行业协会对美甲商家定期评星评级，为消费者选择美甲服务提供有效参考；同时加大从业人员的培训力度，推动行业自律，促进美甲行业健康发展。

多位医生建议，加强健康科普宣传，引导消费者树立健康美甲、理性美甲的观念。单百卉等医生提示，每次美甲至少应间隔

## 盲目减肥要不得！专家教你科学减重

据新华社西安4月10日电 体重异常特别是超重肥胖，是导致心脑血管疾病、糖尿病和部分癌症等慢性病的危险因素。各地不少医院已经设立减重门诊、体重管理多学科联合门诊等。盲目减肥有何危害？该如何科学减重？减重门诊能解决哪些问题，涉及哪些学科？记者采访了相关专家。

西安交通大学第一附属医院临床营养科副主任医师廖侠表示，肥胖有害于身体健康，但盲目减肥同样会引发问题。常见的盲目减肥危害有营养不良、贫血、免疫力降低、内分泌紊乱、骨质疏松、闭经、记忆减退，胆结石、脱发等病症，甚至会引起猝死。

研究表明，每天的食谱所提供的热量若低于600大卡可危及心脏，轻者发生心率改变，重者可出现与饿死者相同的心脏病变，有导致突然死亡的危险，医学上称为猝死。对女性而言，为了迅速减肥，有些人会发生神经性厌食，引起内分泌失调，致使很多神经性厌食的女性发生闭经。由于饮食摄入不足和吸收障碍的问题，会严重营养不良，从而引发一系列并发症。

那么应该如何科学减重呢？西安交通大学第一附属医院内分泌科副主任医师贺雅毅表示，在减重过程中，选择适合个体情况的干预方式至关重要。

对于大多数超重和轻度肥胖的人群来说，生活方式的调整应是首选，饮食控制和运动干预是最基础的手段。减少高热量、高糖分食物的摄入，增加蔬菜、水果和优质蛋白质的比例，配合规律运动，可以有效控制体重。对于身体质量指数(BMI)超过30，且合并有高血压、糖尿病等代谢综合征的中重度肥胖患者，经过生活方式干预不能达到理想减重效果者，药物治疗可以作为辅助手段，但需严格遵循医学指导。

“对于BMI超过32.5，或BMI在27.5以上且伴有2型糖尿病、高血脂、高尿酸、高血压、睡眠呼吸暂停、多囊卵巢综合征等肥胖合并症中2项以上的患者，减重手术是治疗手段之一。”西安交通大学第一附属医院减重与代谢外科副主任医师殷国志说，手术并非所有人群都适用，一定要在符合手术指征的情况下进行，且手术还是会伴随一定风险的，术后仍需坚持健康生活方式，以维持效果。因此，减重手术仅在其他方法无法取得效果时考虑。无论选择哪种方式，都应在医生指导下，制定个性化的治疗方案。

西安交通大学第一附属医院副院长张渭丰介绍，该院今年3月启动体重管理联合门诊，以多学科联合协作模式构建科学减重防控体系。“体重管理联合门诊针对四类人群分层分类管理，提供精准服务。”张渭丰说，健康、亚健康人群可由健康医学科、临床营养科、生活方式门诊提供个性化饮食、运动、心理指导和生活方式干预，预防超重、肥胖的发生；代谢异常患者由内分泌科联合老年内分泌代谢科开展评估、诊断，控制管理糖、脂等代谢性疾病的发生与进展；重度肥胖患者可由减重与代谢外科团队实施微创手术进行治疗；儿童群体则由儿科开展专项早期干预，以降低其成年期慢性病发生风险。

记者 蔺娟

新华社北京4月10日电