

网红“爆炸桃”实为瑕疵品 警惕水果营销陷阱

眼下正值水蜜桃、油桃等桃类水果集中上市，市场上各类鲜桃品类丰富。不过，记者近期发现，一种表皮乃至果肉带有裂痕的“爆炸桃”在网络走红，且销量挺火爆。火爆的销量背后，不少人也是心中充满了疑惑，这“爆炸桃”到底是新品种，还是制造噱头的网红产品，记者进行了调查。

“爆炸桃”在电商平台热销

近期，有消费者向记者反映，其网购到一款“爆炸桃”，口感优于普通桃子。随后，记者在各大电商平台搜索发现，不少店铺都在销售“爆炸桃”，涵盖油桃、毛桃等多个类别，包括黄金油蟠桃、映霜红、安丘蜜桃等品种。部分商家在商品页面写着“稀有爆炸桃，10斤不够吃”“甜到爆炸”“比普通桃子甜6倍”“更甜更好吃”等宣传语，吸引消费者眼球。

记者注意到，“爆炸桃”表皮均有裂痕，部分桃子裂痕较大较深。有店铺部分黄金油蟠桃“爆炸桃”周内销量上涨5倍，有店铺的黄金油蟠桃“爆炸桃”月销量达1000单以上，不少消费者评价“裂口的桃子更甜”。

记者在某电商平台“沂蒙山区水蜜桃”店铺购买了一箱声称“爆炸桃”的黄金油蟠桃（2250g），售价29.9元，折合6.64元/斤。据店铺客服介绍，该产品为山东临沂产地直供的自然裂口瑕疵果，商品页面明确标注“自然裂口瑕疵果，更甜更好吃”。记者收到货之后发现，包装箱内共有14颗油蟠桃，裂痕大小不一。

除油蟠桃外，电商平台还有蜜桃品类的“爆炸桃”。某电商平台“友口福农产品”店铺销售的高山小蜜桃主打

“树熟‘爆炸桃’”概念。其客服解释称，该品种成熟过程中易自然开裂，形成独特裂口。

记者还发现，电商平台标为映霜红品种的“爆炸桃”仅存在链接，无法发货。相关商家称是冬桃，要等到10月份才会成熟上市。

“其实就是次果”

相比电商平台，“爆炸桃”在线下市场难觅踪影。近期，记者走访北京多家商超、果蔬市场，均未看到这类带着裂痕的“爆炸桃”售卖。

特吉特果蔬市场一位水果商户告诉记者，带伤口（裂痕）的桃子是瑕疵果，产地都没人收。消费者肯定是希望买到好看又好吃的桃子，这种瑕疵桃一般很少进入线下市场。北京一位批发商户向记者证实，批发商去产地采购都不会选择裂口果。“瑕疵品没人买，还容易腐烂变质，很少能流通到商超货架。”不过该批发商户也提到，部分农户、商贩会觉得可惜，就把这一类裂口桃放到网上卖，销量还不错。

在电商平台，就有商家坦承，“爆炸桃”确实不是新品种，而是长势不好的裂果，以“爆炸桃”名义销售，以吸引消费者购买。

“这都是一些水果商贩故意制造噱头，只能在线上卖，价格还不便宜。”特吉特市场商户直言，“其实就是次果，收购价便宜得很，网上卖得比好果还贵，利润空间大得很。”

被包装成“爆炸桃”卖点之一的裂口，是如何产生的？中国农科院郑州果树研究所研究员曹珂在接受记者采访时，详细解析了“爆炸桃”的形成原因。他指出，这类桃子开裂或炸开的现



电商平台销售的不同品种“爆炸桃”。(网页截图)

象，主要与品种特性相关，部分品种的桃子本身就容易“爆炸”，其原理是果肉细胞在快速吸收水分后生长速度加快，而果皮生长相对缓慢，最终被果肉撑破，形成裂痕甚至炸裂。这种情况在桃子生长期间若遇上“前期干旱、后期雨水充沛”的气象条件，会表现得更为普遍。

对于其食品安全和营养，曹珂表示，“爆炸桃”本身是没什么问题，可以食用，但由于其裂痕难以保障运输，可能会出现容易快速腐败的可能，其营养价值也和普通桃子没两样。

警惕水果骗局

近年来，不少水果都通过“改名换姓”在互联网迅速走红：如普通梨经高温加工被包装成“藏乌梨”，宣称来自

青藏地区；贵妃芒的畸形果被冠以“辣椒芒”之名在线上售卖；川渝地区街头常见的用李子或者西梅加工的蜜饯“金喜梅”，被游客误认为是当地特产水果……

这些网红水果的走红，多依赖各类营销噱头，以此吸引消费者关注。北京京师律师事务所律师钟兰安向记者称，若实际产品与宣传的品种、产地等信息不符，即涉嫌虚假宣传和误导消费者。消费者若买到不合格产品，有权依法要求理赔。

中国农业科学院郑州果树研究所、果树种质改良研究中心副主任曾文芳在接受媒体采访时称，消费者要避免陷入此类营销陷阱，需对果品知识有一定了解，不被新奇概念轻易迷惑，建立“需求导向”而非“流量导向”的消费观。

综合新京报、央视新闻

健康讲堂

及时发现病情变化的“窗口”——心衰患者尿液观察

刘佳（桂林市人民医院）

心脏是人体最重要的泵血器官，当它无法有效泵血时，就会导致心力衰竭（简称心衰）。据统计，我国心衰患者已超过1000万，且发病率随年龄增长显著上升。对于心衰患者及照护者而言，学会观察尿液变化是一项简单却至关重要的自我监测技能。尿液作为身体代谢的“镜子”，能够直观反映心衰患者的病情变化、治疗效果及并发症风险。本文将详细介绍心衰患者应如何科学观察尿液，通过这一日常行为为健康保驾护航。

一、为什么心衰患者需要特别关注尿液变化

心脏泵血功能减弱时，全身血液循环会受到影响，肾脏作为血液过滤器首当其冲。健康成人每日尿量约为1000-2000毫升，但心衰患者的尿量会出现显著变化。当心脏无法将血液有效泵出时，肾脏血流量减少，导致尿量减少；而使用利尿剂治疗后，尿量又会明显增加。这种波动直接反映了体内水分潴留情况和心脏功能状态。

尿液不仅是量的变化，其颜色、气味、成分的改变也能提示心衰代偿情况、药物副作用或并发症的出现。例如，尿液泡沫增多可能提示蛋白尿，这是心肾综合症的早期信号；尿色变深可能意味着脱水或药物浓缩。美国心脏协会指出，心衰患者每日监测尿量

和体重是管理病情最基础也最重要的措施之一，能帮助早期发现病情恶化迹象，减少30%以上的急性加重住院风险。

二、心衰患者尿液观察的六大关键指标

1. 尿量变化：最直接的心功能指标
心衰患者应养成记录每日总尿量的习惯。正常成人每天排尿6-8次，总量1000-2000ml。尿量减少（<400ml/天）可能预示心功能恶化，体内水分潴留增加，此时患者常伴有下肢水肿、呼吸困难加重。而尿量异常增多（>2500ml/天）则可能是利尿剂过量或血糖控制不佳的表现。

建议患者使用有刻度的集尿器测量24小时总尿量，特别注意夜间尿量比例。心衰患者常出现夜尿增多（夜间尿量超过全天1/3），这反映平卧时回心血量增加，肾脏灌注暂时改善。若夜尿突然减少而白天尿量未增，可能提示病情加重。

2. 尿液颜色：身体发出的健康密码
正常尿液呈淡黄色透明状，心衰患者的尿液颜色变化往往蕴含重要信息：

深黄色或琥珀色：通常提示尿液浓缩，可能因饮水不足或利尿剂导致脱水，需适当增加水分摄入。

浅黄色或无色：可能反映利尿剂作用过强或水分摄入过多，存在低钠血症

风险。

红色或茶色：可能为血尿或肌红蛋白尿，提示肾脏损伤或横纹肌溶解，需立即就医。

蓝色或绿色：罕见，多为特定药物（如阿米替林）代谢产物所致。

值得注意的是，某些食物（如红心火龙果）和药物（如利福平）也会改变尿液颜色，需注意鉴别。

3. 尿痛或灼热感：感染的红旗信号
心衰患者免疫力较低，易发生尿路感染。若出现排尿疼痛、灼热感、下腹不适，尤其伴有发热时，应及时就医检查尿常规，避免感染诱发心衰急性加重。

三、尿液异常时的应对策略

当发现尿液异常时，可采取以下步骤：

初步评估：回顾可能的非病理性因素（饮食、药物、饮水量）

短期观察：调整水分摄入后观察1-2天（血尿等严重表现除外）

及时就医指征：

尿量<500ml/天或>3000ml/天持续2天

肉眼血尿或茶色尿

尿痛伴发热

尿泡沫增多伴下肢水肿加重

尿量减少伴随体重快速增加（>2kg/周）

就诊准备：携带详细的排尿记录、近期用药清单和既往检查报告

四、生活调整与预防措施

科学饮水：多数稳定期心衰患者每日水分摄入应控制在1500-2000ml（包括食物中的水分），分次少量饮用，避免快速大量饮水加重心脏负担。

饮食管理：限制钠盐摄入（<3g/天），避免高盐食物加重水钠潴留。

规律监测：每日固定时间（如晨起排便后）测量体重，与尿量变化结合分析。

药物依从性：严格按照医嘱服用利尿剂，不可自行增减药量。

预防感染：注意个人卫生，适量饮水，避免憋尿。

尿液观察是心衰患者自我管理的“第一道防线”。通过建立每日记录尿量、颜色、性状的习惯，患者能够与医生分享更客观的病情数据，实现个体化精准治疗。

最后要强调的是，尿液观察虽重要，但不能替代定期医学检查。即使尿液未见异常，心衰患者也应按照医嘱定期复查心功能、肾功能和电解质，实现疾病的全面管理。