

几百元一盒的“抗敏”益生菌，有效吗？

天气渐渐转凉，不少地方也进入了蒿草、豚草、葎草等植物花粉的播散期，这意味着，眼红、眼痒、打喷嚏、流鼻涕等过敏症状进入高峰期。记者发现，一些益生菌产品打着“抗敏”的旗号在线上渠道大肆宣传，这些产品一般每盒价格三四百元，在产品介绍上辅以大量过敏症状相关的图片和文字。

多位专家学者向记者介绍，从目前的研究来看，很难确定地说哪个菌株能够起到缓解过敏性鼻炎的作用，保健食品目前批准的24个功能里面还没有抗敏这一功能；按照现有国家对功能声称的管理，如果不是保健食品，普通食品声称任何功能都是违法的。

1 过敏的“商机”

“鼻子奇痒，晚上都能痒醒，不自觉地就开始揉鼻子，然后喷嚏就来了。”晓木(化名)向记者描述了正在遭遇的过敏季症状，她所在的季节性过敏群里，每个人过敏的症状都不太一样，有些人是眼睛痒痒，有些人是鼻塞难受，还有人流鼻涕、眼睛肿、打喷嚏。每当群里有人发出自己的症状，总有人给出善意的建议，比如用海盐水冲鼻腔、用过敏的滴眼液或者戴上口罩等等，年年如此，但今年有人在群里提到了舒鼻抗过敏益生菌。

与此同时，在一个母婴博主的育儿交流群里，博主最近在“开团”益生菌，其中新产品舒敏益生菌既有成人款也有儿童款，立马引起了群里妈妈们的注意，不少人反映孩子有季节性过敏，有人下单后表示，“先吃一个月试试，想看看对过敏性鼻炎有没有帮助。”

《中国变应性鼻炎诊断和治疗指南》(2022年，修订版)中指出，过敏性鼻炎的一线治疗药物包括鼻用糖皮质激素(简称鼻用激素)、第二代口服和鼻用抗组胺药、口服白三烯受体拮抗剂；二线治疗药物包括口服糖皮质激素、口服和鼻用肥大细胞膜稳定剂、鼻用减充血剂、鼻用抗胆碱能药。

但受到过敏变态科专科医生供给情况及部分患者就医观念的影响，许多过敏性鼻炎患者难以得到正规的诊疗。益生菌被一部分人认为是可以缓解过敏症状的方法，一些社交媒体上也出现了不少博主“带货”抗敏益生菌的内容。记者在一些大型电商网站看到，主打抗敏类的益生菌种类繁多，有些产品直接在产品名称上写“好鼻子益生菌”“告别过敏性鼻炎、荨麻疹、湿疹”“改善过敏性鼻炎”“抗过敏儿童成人鼻炎”等等，甚至电商平台上还有“舒敏益生菌热卖榜单”。

在电商平台上，大部分抗敏益生菌的规格是每袋2克，每盒30袋，一盒益生菌的规格在60克左右，价格普遍在300元-400元。大部分产品都有各类买赠优惠，如买三赠一、买五赠四。按照多数产品的宣传，每天需要服用两袋，如果要达到过敏性鼻炎改善的效果至少需要服用一两个月，这意味着千元左右的消费。



“抗敏”益生菌是如何实现“抗敏”的？记者在某平台“舒敏益生菌热卖榜单”上查询了多款热销产品发现，不同的产品给出了不同的菌株。

例如，Organic Garden海外自营旗舰店中，一款“新西兰奥己舒鼻抗过敏益生菌”产品宣称改善过敏性鼻炎、调理肠胃、成人儿童过敏体质、荨麻疹、湿疹，增强免疫力，该产品介绍称其含有过敏菌，即短双歧杆菌 M-16V、鼠李糖乳杆菌 LRH10、副干酪乳杆菌 LPC48。

然而，记者走访了多家线下药店，药店工作人员均表示“没有抗敏益生菌”“益生菌不能抗敏”“抗敏可以试试补充一些VC，提高免疫力”等。

不同的益生菌菌株具有不同的特性和功能，即使是相同种类的益生菌，不同菌株之间也可能存在显著的功能差异。每个品牌对于抗敏菌株的描述都各不相同，那么，到底哪种益生菌或者哪个菌株在研究中已经被证实有抗敏的效果呢？

“有关益生菌和过敏性疾病之间关系的研究，有不少学者在做，但目前尚缺乏足够循证医学证据证实二者之间的关系。”北京协和医院变态反应科王良录教授告诉记者，“对于过敏性疾病患者来说，有明确治疗作用的是药物，

值得注意的是，在抗敏益生菌的产品宣传中，常常会出现“专利抗敏”字样，比如某产品宣传有“四大专利”，该产品页面写有“专利表明可抑制体内IGE产生，对于过敏性鼻炎、皮肤敏感等过敏有减缓改善效果”。专利是否等同于该产品具备的效果呢？

“专利审查员依据《中华人民共和国专利法》、《中华人民共和国专利法实

与其他益生菌相比，宣称“抗敏”的益生菌在产品介绍时，常常辅以夸张的图片和文字，比如小孩擤鼻涕的照片、多张过敏症状的照片、大大的“鼻炎”字体等，记者查询了上述诸多热销产品，多数是“非食健字”，按照国内相关规定，这些只能归类为固体饮料，不属于保健品，不具备保健功能。

江苏大学食品与生物工程学院教授董英向记者介绍，按照国家食品安全法的规定，如果一款益生菌产品是普通

值得注意的是，有不少宣称抗敏的益生菌产品是通过跨境电商渠道进入中国市场。2022年8月18日，国家卫健委发布了《可用于食品的菌种名单》的更新公告，该公告是在2010年发布的《可用于食品的菌种名单》(含21个菌种)基础上将后续获批的16个可用于食品的菌

2 不同的产品含有不同的菌株

而在Organic Garden海外旗舰店，客服介绍，其销售的“新西兰奥己舒鼻抗过敏益生菌”含有五种专利菌种，其中过敏菌包含鼠李糖乳杆菌LGG、动物双歧杆菌亚种Bi-07。

“万益蓝WonderLab儿童/成人舒敏益生菌”产品提到，其含有的敏舒菌为副干酪乳杆菌GM080、罗伊氏黏液乳杆菌CCFM1040。

INNER HEALTH茵澳斯儿童舒鼻益生菌胶囊则声称只含有一种菌-副

3 与特定过敏性疾病之间联系尚不清楚

目前益生菌一部分是保健品，而尚未取得保健品批准文号的益生菌只能算是食品。”

温州医科大学附属第一医院皮肤科主任李智铭教授向记者介绍，目前在临床上，益生菌并不常规用于治疗过敏性疾病，益生菌和免疫系统之间的关系还在研究阶段。有研究表明，双歧杆菌、乳杆菌属中某些益生菌菌株可能有预防幼儿发生过敏性疾病如食物过敏、过敏性鼻炎的作用，亦有较多文献研究了益生菌预防治疗过敏性疾病的各种可能机制，如调节炎症因子表达、调节免疫细胞功能等。但目前还没有确切研究证据表明益生菌可以预防或治疗过敏性疾病，过敏性疾病的国内外诊疗指南内亦没有添加益生菌的治疗方案。

4 益生菌专利≠益生菌产品疗效

施细则》以及《专利审查指南》等相关法规，依法执行发明专利的审查工作。审查过程中，主要考量发明的新颖性、创造性和实用性。尽管在审查实用性和创造性时会考虑产品的功能，但专利权的授予并不意味着产品具有广告中所宣称的效果。”北京万景律师事务所专利代理师李怀周说。

李怀周解释，满足《中华人民共和

5 普通食品宣传功能 或面临合规风险

食品，就不能宣称其功能，如果是保健食品，则需要是现行24种功能中的一个，但其中尚没有“抗过敏”这一功能。

董英解释，尽管在研究中发现某些菌株具有某种健康功能，但按照法律法规，普通食品不能宣称其功能，否则就是违法的。如果想开发24种保健食品功能以外的新功能保健食品，则可以按照现行规定申请新的功能，但需要有充足的科学研究基础、可靠的科学依据及动物或临床试验等比较全面的积累才

种增补到名单中，但跨境电商渠道的益生菌产品并不受此名单限制。

中国消费者协会今年6月份发布消费提示显示，跨境电商零售进口食品原产地有关质量、安全、卫生、环保、标识等标准或技术规范要求，可能与我国标准存在差异，消费者自行承担相关风险。

6 购买跨境电商零售进口食品 消费者自行承担风险

干酪乳杆菌(LP-33)。

“个幸药业抗敏菌复合益生菌固体饮料”宣称专为荨麻疹/鼻炎反复体质研发，该产品宣传页称其含有“免疫系统救星-抗敏菌”，包含凝结魏茨曼氏菌BCO1、鼠李糖乳杆菌NJ551、动物双歧杆菌乳亚种HN019、鼠李糖乳杆菌HN001。

“Nutrition Care澳洲NC舒鼻鼻炎抗过敏舒敏益生菌”宣称含有免疫菌鼠李糖乳杆菌MP108和K敏菌罗伊氏乳杆菌GL-104。

科信食品与健康信息交流中心副主任阮光锋表示，目前科学家开展了很多关于益生菌和鼻炎的研究，有一些研究获得了不错的效果，但是也存在着诸多问题，如，虽然多数研究显示益生菌有效，但也有一部分试验结果显示其无效，研究结果存在不一致性和不稳定性。

另外，在阮光锋看来，益生菌种类繁多，过敏性疾病也多种多样，益生菌与特定过敏性疾病之间的联系还不是很清楚，人群的差异化也是导致研究结果不一致的原因之一；益生菌对过敏性疾病的作用机制尚不清楚，因而治疗效果评价方法也多样化，增加了对治疗效果评价的难度。因此，从目前来看，很难说哪款益生菌或者哪个菌株的益生菌能起到治疗或者缓解鼻炎的作用。

国专利法》中关于实用性与创造性的有益效果标准，是依据专利法规进行评估的，而判断产品是否符合广告宣称的功效则由广告法等相关法律进行规范。换言之，产品获得专利授权并不直接等同于具备广告中所宣传的功效。专利授权证实了该发明在法律框架内的创新性和实用性，而产品的实际效能则需依据其他相关标准和法规进行评定。

能去申请，获批后方可声称功能。

北京市京师律师事务所律师许浩表示，我国广告法规定，食品广告内容不得使用医疗用语或者易与药品混淆的用语。另外，食品广告不得出现与药品相混淆的用语，不得直接或者间接地宣传治疗作用，也不得借助宣传某些成分的作用明示或者暗示该食品的治疗作用。只有保健食品才允许有涉及功效的宣传，普通食品不可宣传功效。

尤其是宣称功能的进口食品，其管理方式与我国不同，消费者应谨慎购买。

对于寄望于服用益生菌来缓解过敏症状的人，李智铭建议，患有过敏性疾病的患者优先选择正规医疗机构就诊，及时进行正规治疗，切勿将“益生菌”作为主要治疗方法。 据央广网