

## "Thuốc độc" trong thuốc giảm cân: 5 hóa chất nguy hiểm tàn phá cơ thể

07:52 15/10/2025

Nhiều loại thuốc giảm cân trôi nổi trên thị trường hiện nay chứa các hóa chất độc hại đã bị cấm, gây ra những biến chứng nghiêm trọng cho sức khỏe. Dù ban đầu có thể mang lại hiệu quả giảm cân nhanh, nhưng hậu quả về lâu dài có thể là tổn thương tim mạch, rối loạn tâm thần, thậm chí đột tử. ThS.BS Đoàn Dư Mạnh, thành viên Hội Bệnh mạch máu Việt Nam cảnh báo về những hoạt chất nguy hiểm này.



Những loại "thuốc độc" trong thuốc giảm cân

### Những "sát thủ" ẩn mình trong thuốc giảm cân

Sibutramin: Từng được dùng để điều trị béo phì nhưng đã bị Mỹ và châu Âu cấm tuyệt đối từ năm 2010. Sibutramin làm tăng nhịp tim và huyết áp, khiến tim phải hoạt động quá tải. Người dùng có thể cảm thấy bình thường nhưng thành mạch máu có thể bị tổn thương nghiêm trọng.

Phenolphthalein: Chất chỉ thị pH trong phòng thí nghiệm, từng được dùng làm thuốc nhuận tràng nhưng đã bị cấm vì nguy cơ gây ung thư. Khi bị trộn vào thuốc giảm cân, chất này gây tiêu chảy kéo dài, mất nước và hạ kali máu, dẫn đến nguy cơ loạn nhịp tim và ngừng tim đột ngột.

Fluoxetine: Một hoạt chất điều trị trầm cảm, nhưng bị lạm dụng để giảm cảm giác thèm ăn. Việc tự ý sử dụng có thể dẫn đến bồn chồn, lo âu, mất ngủ, và thậm chí là hội chứng serotonin nguy hiểm đến tính mạng khi kết hợp với các chất kích thích khác.

Furosemide: Là thuốc lợi tiểu mạnh, thường được dùng để tạo hiệu ứng "sụt cân cấp tốc". Lạm dụng chất này có thể gây mất nước nghiêm trọng, giảm kali máu, suy thận và ngừng tim.

DMAA (1,3-dimethylamylamine): Chất kích thích thần kinh trung ương này làm tim đập nhanh, tăng huyết áp và làm tăng nguy cơ đột quỵ. Nhiều quốc gia đã cấm lưu hành DMAA sau hàng loạt ca tử vong liên quan đến việc sử dụng sản phẩm chứa chất này.

### **Lời cảnh báo và khuyến cáo từ chuyên gia**

Bác sĩ Đoàn Dư Mạnh khuyến cáo, không có loại thuốc giảm cân nào an toàn nếu không rõ thành phần và nguồn gốc. Nhiều sản phẩm gắn mác "thảo dược", "tự nhiên" thực tế có thể chứa các hoạt chất cực kỳ nguy hiểm.

Giảm cân cần sự kiên trì, một chế độ ăn uống khoa học, vận động hợp lý và có sự giám sát của y tế. Đừng đánh đổi sức khỏe, thậm chí là tính mạng, chỉ vì mong muốn giảm cân cấp tốc.

**Tâm An** (t/h)