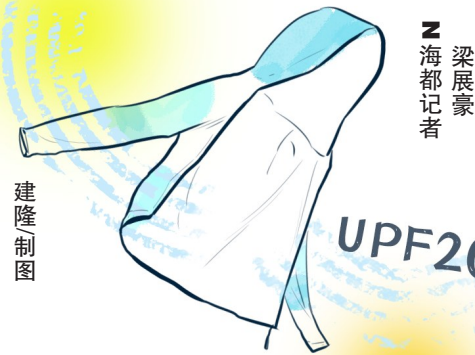


防晒衣UPF差异大？别追“数字游戏”

海都报邀请福建省纤维检验中心专家,教你挑选防晒好物



【专家】
UPF40和UPF400
防紫外线效果差异并不大

“当样品的UPF值大于40,并且UVA的透过率平均值小于5%时,才可称为‘防紫外线产品’。”现场,王敏对记者带来的防晒产品进行严格检测。检测通过专业仪器测量紫外线防护系数(UPF)和紫外线透射比[T(UVA)、T(UVB)]。

检测结果显示,记者带去的一款标价100多元的某品牌防晒衣,经检测UPF值仅为3.56;另一款100多元的防晒衣UPF为176.62;平价灰色面罩的UPF达200。

王敏指出:“UPF值越高,防紫外线效果越好。国家标准要求UPF>40才算合格防紫外线产品。很多人不知道的是,UPF40和UPF400对防紫外线效果的影响没有想象中差异那么大。UPF40表示可阻挡97.5%的紫外线,UPF400表示可阻挡99.75%的紫外线。虽然UPF400的数值是UPF40的10倍,但实际防护效果仅相差2.25%。”根据国家标准,UPF>40后,防护能力的提升对人体的影响可以忽略不计。

“消费者在采购时,不必盲目追求高UPF值。实际上,适当的太阳光照射对人体是有帮助的。”王敏说道。

夏季来临,防晒衣、防晒面罩等物理防晒产品成了市民们出行的标配。那些宣称UPF40+、50+,信誓旦旦能阻挡99%紫外线的防晒产品,真的有那么神奇吗?

近日,海都报联合福建省纤维检验中心,对市面上热销的防晒衣、防晒面罩、防晒袖套等进行了专业检测,并邀请福建省纤维检验中心高级工程师王敏为市民进行科普。



提醒 选购防晒产品 不看宣传看实效

王敏介绍,目前所谓的防晒产品,大部分指的是防紫外线产品。选购防晒产品不能只看宣传,更要注重实际防护效果。

首先要查看防晒产品标签标识的规范性和正确性,尤其要关注产品执行标准和防护性能的标注;其次,判断一下织物密度,因为越紧密的织物,其紫外线防护性能一般越好;再者,织物的厚度对防紫外线性能影响也较大,同种材质而言,织物越厚,其防紫外线效果一般会越好;然后,在颜色选择上,一般来说深色面料对紫外线的吸收能力更强,相同的材质,随着织物颜色深度的增加,其抗紫外线性能也越好;最后,夏天应尽量挑选防护且透气性好的防晒产品。

相关新闻

系数虚标、过度营销……

“高科技”防晒产品 真有用还是玩噱头?

时值盛夏,防晒衣、遮阳帽、防晒面罩等产品销量持续火爆,但记者调查发现,一些防晒产品存在数值虚标、面料成分造假、过度营销科技概念等行为,引发消费者质疑。

日前,记者在某电商平台上搜索“防晒衣”,发现多数品牌防晒衣都能满足UPF40+或UPF50+的条件,但有的商家却在商品页面标注“UPF200+”“UPF500+”,甚至出现了“UPF2000+”。

“防晒衣标注UPF200+甚至UPF2000+,存在变造规范概念、过度营销的嫌疑。”中国消费者协会相关负责人对记者说。

中国法学会消费者权益保护法研究会副秘书长陈音江表示,经营者向消费者提供的商品信息应当真实、全面,不得作虚假或者引人误解的宣传。“在商品页面中夸大紫外线防护系数,涉嫌侵犯消费者的知情权和选择权。”陈音江说。

除了数值虚标之外,中消协7月16日发布的全国消协组织受理投诉情况统计信息显示,夏秋季节防晒衣物类产品投诉相对多发,其中产品质量、虚假宣传、货不对板等问题较为突出。

中消协相关负责人表示,当前,一些防晒产品声称结合了高科技元素,实则制造噱头以抬高价格。例如,有商家宣称防晒服面料中添加玻尿酸成分,穿上后就像给皮肤做保养,实则并无科学依据。一些主播声称面料添加艾草精华或特殊成分,具有抗菌、驱蚊等作用,实际只为驱动价格上涨。(工人日报)

水果好吃别贪多 易惹“甜蜜烦恼”

海都见习记者
何丹莹 文/图

福州的夏天,市场里的榴莲、荔枝、龙眼轮番“登场”,香甜气息勾得人忍不住大快朵颐。但“水果自由”的快乐没过多久,不少市民就被喉咙肿痛、口腔溃疡、口干便秘缠上——这“甜蜜的烦恼”究竟咋来的?该怎么吃才健康?记者咨询了福建省营养协会副会长张雄畴为大家支招。

贪吃惹“火” 这些水果别多吃

“上周买了5斤荔枝,追剧时不知不觉就吃完了,第二天嘴里就起了好几个溃疡,喝水都疼!”福州市民陈女士的遭遇,不少人感同身受。在福州晋安区一家社区超市内,正在挑选龙眼的林阿姨说:“我家老头子就爱吃榴莲,说夏天吃着过瘾,结果

前几天吃多了,愣是便秘了好几天,现在见着榴莲就摇头。”“这几天荔枝卖得特别好,好多年轻人一来就买好几斤,说是冰镇后吃着爽。不过也有回头客说吃多了上火,得配着凉茶才敢多吃点。”上述超市工作人员说。

张雄畴表示,这些不适

和水果的成分及福州的气候脱不了关系。“榴莲含糖量为27~30g/100g,荔枝为15~20g/100g,高糖分就像‘脱水剂’,会让口腔和咽喉黏膜变干、变脆,容易受损发炎。”张雄畴说,这两种水果热量也高,榴莲每百克150~160千卡,荔枝约70千

卡,过量吃会让身体代谢产生“内热”,再加上福州夏天湿热,内外夹击下,口干、便秘自然就找上门了。对此,他特别提醒,荔枝含次甘氨酸A等特殊成分,空腹大量吃可能干扰糖代谢,出现头晕、心慌等“荔枝病”症状,市民得格外注意。

控量+对症 避开“甜蜜陷阱”

张雄畴说,关键在“控量”和“对症调整”。

“根据中国居民膳食指南,成人每天吃200~350克水果(1~2个拳头大小)就够了。像荔枝、龙眼,一次别超10~15颗(150~200克);榴莲一次

1~2瓣(50~100克)就行,不能天天吃。”张雄畴解释,西瓜、梨这些水分多、糖分适中的水果,一次吃200~300克没问题,但要算进总量里。

若不小心吃多了出现不适,张雄畴建议先停吃惹

“麻烦”的水果,多喝温开水(每天至少1500ml),也可以喝点菊花茶、绿豆汤清热,多吃冬瓜、苦瓜等清淡蔬菜,用淡盐水漱口缓解口腔不适。便秘的人可多吃全谷物、绿叶菜,加些燕麦麸、奇亚籽。

“另外,别用水果替代正餐,它缺蛋白质、必需脂肪酸,长期吃会营养不良。”张雄畴强调,最好在两餐之间吃水果,空腹别大量吃荔枝;糖尿病人要选柚子、草莓等低糖水果,吃前最好问问医生。



夏日各色水果诱人