

# 同店同价不同质,遭遇电商“AB货”怎么办?



所谓“AB货”，指商家针对同一售价、同一链接的商品，混发质量存在明显差异的版本。A货为优质正品，B货则是成本更低、有瑕疵的商品。有消费者质疑，商家会根据收货地址“差别对待”——向一线城市发A货，向县城和农村发B货。

针对消费者的反映，一位测评博主网购了十几种商品，收货地址分别为深圳、德州和黄梅县。他发现，发往深圳的拖鞋、棉裤品相更好，而发往德州和黄梅县的则出现相似质量问题。博主认为，这并非随机问题，但若证实“地域歧视性发货”系统性存在，还需更严谨的实测。

资深电商从业者汪俊（化名）透露，服装类“地域AB货”并不多见，但果蔬类确实存在“看人下菜”式发货空间：“北上广深发A果，四五六线城市发次果，这种情况大概率存在。”

多位平台从业者证实，后台订单系统并无地域差异化发货的内置功能，商家需借助第三方系统或人工分拣实现。上海市消保委副秘书长唐健盛分析，“地域AB货”的前提是“发劣质货能降低成本”，但商家需算总账——精准预判、分别仓储、不发货出错，做坏事未必赚到黑钱。消费者更需提防的是那些“只供

B货”的商家。

近年来，“直播间特供”成为“AB货”新形态——主播展示的产品与最终邮寄到手的在面料、做工上存在差距。唐健盛指出，AB货的本质是商家以优质样品引流，用劣质货品赚取差价，核心问题是“货不对板”。

电商从业者汪俊表示，没有品牌又难溯源的农产品（如“走地鸡”）出现货不对板的概率很高；功效型乳霜、洗护用品等也可能被“偷梁换柱”——用正规资质过审，发货却用小作坊的B货。

中国法学会消费者权益保护法研究会副秘书长陈音江指出，维权门槛高、处罚轻助长了AB货乱象。“地域AB货”构成消费歧视，涉嫌欺诈。平台不能仅以“退款”了事，应通过信息监测、定期抽查、建立商品一致性对比机制，对违规商家采取下架、清退等措施。

陈音江建议，消费者要提高辨别能力，留存证据积极维权。监管部门应细化法规，加大对线上商家的抽检力度，督促商家全面公示商品材质、工艺、批次等关键信息，避免“AB货”现象。

据央视新闻微信公众号

## 居家染发,过敏自测不能省! 出现红肿瘙痒要停用

初夏时节,换一款亮眼发色成为不少人的选择。然而,社交平台上因居家染发导致头皮红肿、溃烂的求助帖并不少见。

“我们最近连续接诊了多名因自行染发引发严重皮肤问题的患者,在此提醒大家,染发前一项可自行完成的皮肤过敏测试不可省略。”武汉市第三医院皮肤科副主任医师陈蓓在接受记者采访时强调。

每次染发前,必须取少量调好的染发剂,涂在耳后或前臂内侧(约一元硬币大小),自然干透。此后48小时内,不洗、不挠,不用衣物或创可贴覆盖。若涂抹部位在48~72小时内出现发红、发痒、起疹子或灼热感,说明皮肤对这款染发剂过敏,应避免使用。

陈蓓提醒,以下几类人群染

发应格外谨慎。1.头皮有破损、长湿疹、皮炎、银屑病或毛囊炎者;2.头皮刚被晒伤或有伤口还没愈合者。染发剂中的化学成分容易直接进入皮肤,诱发感染或加重过敏。如果实在想染,不妨先听一下皮肤科医生的专业意见再决定。

陈蓓建议,尽量去正规药店、商超或靠谱的理发店购买品牌产品。挑选时查看成分表,尽量避开高浓度对苯二胺等强致敏成分。

“染发后若出现头皮灼热、发红、瘙痒等不适,应立即停用该产品,第一时间用大量清水把头皮冲干净,并尽快前往医院就诊,切勿拖延。”陈蓓强调。

据人民日报健康客户端

## 体检报告上的这些“↑ ↓ +” 哪些不用管?哪些要当心?

“报告上的箭头、小加号什么意思?”“结节、囊肿要不要紧?”很多人做完体检,却不知道下一步怎么办。

第一,先看总检结论。

每份报告最前面,通常都有一份“总检结论”或“医生建议”,这是整份报告最精炼的综述。它会直接告诉你:有没有需要尽快处理的异常,哪些指标需要重点关注。

第二,关注“代谢晴雨表”

优先看跟日常习惯最相关的这几项:血压、空腹血糖、血脂四项(尤其是低密度脂蛋白)、尿酸和肝功能。不光看箭头,更要看偏离程度。

第三步,纵向对比趋势。

如果手头有近两三年的报告,建议把同一个指标连起来看。它是逐年向好,还是悄悄爬升?比如低密度脂蛋白去年3.8,今年4.2,虽然都只超了一点,但持续走高的趋势就值得警惕了。

报告中出现的“结节”“囊肿”这类字眼,先别着急,报告通常附有分级描述和随访建议,多数情况按医生意见定期观察就好。

如果你看完体检报告还是一头雾水,不知道接下来该怎么办,可以试试AI工具,不过需注意AI结论仅供参考,最终请以医院诊断为准。

据央视新闻微信公众号

## 你用小拇指当手机支架吗?快改



大家有没有仔细观察过,自己拿手机的姿势?是用整个手掌握持手机,还是用小拇指托住手机呢?如果你现在是用小拇指托住手机的姿势,那就千万要注意了。

山东滨州邹平一位“00后”女子因小拇指关节严重变形发炎引起关注。这位孙女士用小拇指根部托住手机底部作为“支架”,每天使用手机时间长达6至8小时,已持续多年。近一个月来,她的手指疼痛急剧加重,已经到了无法握拳、写字,甚至连使用筷子都变得困难的地步。

复旦大学附属中山医院医生提醒,长时间小拇指托手机,可能会导致手部及腕部的疼痛不适。

主要原因是,当采用这种姿势时,手机的大部分重量作用于小拇指远节指骨,从而对小指、手、腕等各个关节、肌腱、韧带等结构产生长时间、反复的牵拉或挤压。

这可能引起一系列手部疾患,如腱鞘炎、韧带炎、关节炎、腕管综合征等,从而导致手指疼痛、关节僵硬、手灵活性下降、手指变形等。如不及时调整该不良姿势,可能会导致不可逆的损伤。

目前尚无研究明确“手机手”症状出现多久后会发展为手部结构的不可逆变化。但是尽早干预有助于更快改善症状、预防复发。

中山医院医生建议定时休息,避免长时间同一姿势握持手机;避免单一手指长时间承重;拿手机时尽量保持手腕中立位,避免过度屈曲或尺偏。可以采用双手持机的方式,或将手机放于桌上使用。

若单次连续使用手机20~30分钟后出现手指酸胀、疼痛、麻木,或放下手机后压痕持续超过10分钟,建议引起重视,及时调整使用习惯。

据新华社微信公众号

## 睡醒浑身乏力? 问题可能出在枕头高度

有人睡醒神清气爽,有人却浑身乏力,差距常在“枕头”。不合格的枕头,还可能悄悄增加卒中风险。《欧洲卒中杂志》研究提醒:枕头过高,可能诱发椎动脉夹层,这是脑卒中的重要原因。

其实,枕头的高度对我们的健康有着重要影响。过高的枕头会改变颈椎正常的生理弯曲,导致肌肉疲劳性损伤和韧带牵拉劳损,进而出现颈肩酸痛、手麻、头昏等症状。长期如此,还可能引发颈椎病。

过低的枕头则会使人体供血不均衡,容易造成鼻黏膜充血肿胀,影响呼吸。如果醒来后颈部和肩部感到酸痛,这也可能是枕头太低或不用枕头造成的。

不垫枕头同样不可取。仰卧时,头部过度后仰会导致张口呼吸,引发口干、舌燥、咽喉疼痛和打呼噜等问题。侧卧时,不垫枕

头则会使一侧颈部肌肉过度伸拉,导致痉挛和疼痛,即我们常说的“落枕”。

究竟什么样的枕头,才是血管、神经和颈椎喜欢的?专家们总结了以下几个要点。

高度:仰卧时约一拳高,侧卧时约一侧肩宽,让颈椎与胸腰椎成一直线。胃食管反流者可用15~20cm。

软硬:有一定的支撑力。

款式:避免颈部悬空。

此外,枕头宽度不宜过小,至少应与肩部齐平(最好比肩宽),一般不小于30厘米。

判断枕头是否合适,最简单的方法是观察早晨醒来后的身体感受。如果感觉颈椎或肩膀不舒服,就要考虑可能是枕头的问题。需要注意的是,枕头也是有寿命的,若出现变形、有异味等问题,应及时更换或清洁。

据杭州日报微信公众号