

20块和2000块的防晒服，到底有什么区别？

夏天来了，防晒成为很多人的日常需要。防晒服凭借轻便透气、防护全面的特点，成为夏季的热销单品。

不过，线上线下的各类防晒服饰价格差异很大，从几十元的平价基础款到上千元的“高端设计师款”“户外专业款”应有尽有。那么，合格的防晒服应该符合哪些标准？防晒服是越贵越好吗？



低至20元 高达2000元 线上线下防晒服售价跨度极大

记者以“防晒服”为关键词在电商平台搜索，筛选产品价格从低到高后发现，便宜的防晒服一二十元就可购买。

其中，一款售价21元的防晒服销量已破两万，直播间有不少网友留言询问防晒效果，电商主播称，其防晒效果UPF值是50+，经过SGS专业组织认证，穿起来安心。SGS是一家专注于测试、检验和认证服务的国际性机构。不过，电商主播也仅在直播间内口头表述，并没有拿相关的证书证明。

记者注意到，不少单价几十元的低价防晒服，在电商平台都有数千甚至过万的可观销量。而与线上不同，线下的防晒服多以品牌店为主，价格多在几百元。

记者走访商场品牌门店注意到，防晒服的规格都有较为正规和明显的标注，包括衣服的材质、用料占比等，衣服的手感也会因为用

料的不同有所差异。除了百元价位的防晒服外，还有价格更高的防晒服标价千元以上。

一家国外户外品牌近期上架了新款防晒服，售价2000元。店铺导购员介绍，该款式不仅具有防晒功能，还兼顾了户外运动场景。“防晒服前后都有反光标识，拉链头可作救生哨……材质是100%锦纶，UPF160+，反复水洗防晒指数都不变，而且面料不会褪色。”

从20元到2000元，防晒服的价格有极大的跨度，并且商家都宣称防晒指数达标。事实上，防晒服是具备特殊防护功能的纺织品，其防晒效果有着明确的国家判定标准。

《纺织品防紫外线性能的评定》规定，只有同时满足紫外线防护系数UPF大于40、长波紫外线UVA透过率小于5%这两项硬性指标的产品，才能被定义为“防紫外线产品”。

专家：超高UPF值属于炒概念 防晒性能和价格并非完全成正比

中国纺织建设规划院高级工程师宋立丹介绍，UPF数值代表织物对紫外线的整体阻隔能力，数值越高防护效果越好，在工业领域，防晒服面料具有良好防紫外线功能一般有两种技术原理。

第一种是屏蔽原理，增强面料对紫外线的反射和散射的作用，比如在面料里做屏蔽涂层，在面料纤维里添加屏蔽剂等；

第二种是吸收原理，增加面料对紫外线的吸收作用，比如在面料染色时选择对紫外线吸收较好的染料，或者对面料做抗紫外线吸收剂的涂层整理，达到防晒的效果。

宋立丹表示，如果一件衣服上只写了“防晒”二字，却没有具体的UPF数值和标准编号，那么它很可能只是一件普通的薄外套，不具备真正的防紫外线功能。此外，国家标准中UPF值的规范标注只有“UPF40+”和“UPF50+”两个级别，商家宣称“UPF200+”“UPF500+”甚至更高的产品，存在明显的炒概念嫌疑。

那么，低于百元的防晒服能不能买？是不是越贵质量就越好？宋立丹分析，防晒服轻薄面料确实会对工艺有要求，定价要综合考虑多重因素。服装成本含面料、设计、加工成本，价格太低说明原料或工艺方面可能不是特别好；而有的防晒服售价很高，可能受到品牌溢价、设计风格因素影响，防晒效果与价格未必成正比，消费者勿盲目高价选购。

深圳某检测技术有限公司技术经理、高级工程师李静补充，以日常检测的样本数据来看，低于百元的防晒服容易出现水洗日晒褪色等质量缺陷，而百元以上及更高价格的则无明显质量问题。

对于消费者而言，提高自身的辨别能力同样重要。购买防晒服时，应选择正规可信的渠道，避免在来源不明的直播间或店铺下单。网购时注意留意评论区是否有投诉，同时核验产品吊牌，是否有产品名称、厂家名称和地址以及执行标准等。

据央视新闻微信公众号

心慌、胸闷、失眠……查不出脏器病变 考生备考，家长为何“病倒”了

中高考备考阶段，不少家长受备考氛围牵动，接连出现心慌胸闷、失眠厌食等躯体不适，就医检查却查不出脏器病变。医生提醒，该病症源于亲子间的压力共振，负面情绪通过身体转化为病痛，家长应优先调节自身状态，方能更好陪伴考生备战升学。

“医生，我不是矫情，我是真的难受。”近日，一位脸色发白、捂着胸口的母亲急匆匆地走进武汉市中心医院全科医学科门诊。她自述心跳得厉害，晚上根本睡不着，担心心脏出了大毛病。然而各项检查结果显示，心脏并没有器质性问题。直到医生随口问了一句“孩子最近是不是要考试了”，这位妈妈才瞬间沉默了。原来，她的儿子今年高考，近期模考成绩有所波动，她急得整夜合不上眼，却不敢在孩子面前表露分毫，只能强装镇定去安慰孩子，自己的胸口却像压了块大石头。

记者了解到，随着中高考临近，门诊中类似这样的家长明显增多。他们大多平时身体不错，却在此时突然“不对劲”了。接诊医生将这种现象称为“备考家庭共病”。其背后的根源，是家长与考生之间极易发生的“压力共振”。

“父母和孩子天天生活在一起，情绪其实是泡在同一个池子里的。水烫了，不仅他疼，你也会疼。”武汉市中心医院全科医学科副主任医师段晓宇解释道。只不过，压力在不同家长身上的“出口”往往也有别：有人表现在心脏，心慌、胸闷，总觉得气不够用；有人反映在肠

胃，吃不下东西或频繁跑厕所；有人则体现在睡眠上，脑子像过电影一样反复盘算孩子的事，凌晨三四时醒来后，再也无法入睡；还有人情绪会变得异常敏感，一点小事就火冒三丈，事后又深感后悔。这些，都是身体在替那些未被说出口的压力“发声”。

那么，备考家庭该如何走出这种“共病”困境？段晓宇给出了几项实用建议。

首先，要勇于承认压力。家长不妨对自己说一句：“孩子不容易，我也不容易。”允许自己偶尔脆弱，找个朋友倾诉一番，把话说出来，气往往就顺了一半。

其次，划定家庭“安全区”。每天确保有一两个小时，全家闭口不谈学习与考试。可以聊聊轻松的话题，或者各自安静待着。这相当于设置一道“情绪防火带”，既能保护孩子，也能保护家长自己。

第三，学会给情绪“踩刹车”。当感到心跳加速或火气上涌时，可以立即练习“4-7-8”呼吸法：用鼻子吸气默数4秒，憋气7秒，再用嘴缓缓吐气8秒。重复三五次，能有效放松紧绷的神经。

最后，务必留意身体发出的警报。如果连续一周以上完全无法入睡，血压持续偏高降不下来，情绪低落明显影响日常生活，或者胃痛、胸闷等症状一直不好转，就一定要及时到医院就诊。

专家提醒，家长的情绪和身体状态，是备考环境中极为重要的变量。稳住自己，就是对孩子最有力的护航。

据极目新闻

户外徒步 这些安全事项要牢记

入夏后，户外徒步、登山各类险情进入高发期。最近，在浙江宁波，当地消防就接到不少求助警情。

男子登山突发疾病 消防紧急救援

近日，在浙江宁波市海曙区大松湾古道，一徒步爱好者突发急症，同伴立即报警求助。山路崎岖陡峭，消防员赶到后，将男子固定在担架上，轮流将其抬下山。

经过近1小时的接力救援，消防员将男子安全转移至山下，送医救治。据了解，男子因当天高温导致热射病，由于他有基础疾病，目前仍在住院治疗。

山区林地地势复杂 攀登时需留意脚下

山区林地地势复杂、高低不平，老人、儿童在登山、徒步中，要多留意脚下。前不久，浙江宁波相继发生了儿童、老人登山受伤的安全事件。

在浙江宁波市江北区小灵峰山，一男孩和家长爬山时不慎从陡

坡滚落。消防员接警后立即携带救援装备上山搜寻，一小时后在一处崖壁下找到了男孩。

半小时后，孩子被顺利送至山脚，交由医护人员送往医院检查救治。目前，经治疗男孩已出院。

而在宁波奉化区的一处山林，一老人在经过湿滑的岩石路段时腿部受伤，被困在陡坡上，同伴立即报警。因山路狭窄难行，消防员只得采用“担架+搀扶”交替的方式转移伤者，约两小时后，老人安全下山。经治疗，目前，老人身体已无恙。

徒步登山规划好路线 做好充足准备

今年5月，宁波消防部门共受理山岳救援求助警情40起，徒步、登山都有哪些注意事项呢？

消防提示，事故高发原因主要是盲目选择未经开发的网红路线，以及自身准备不足、高估自身体能。因此，公众登山前应做好路线规划，充分掌握天气情况，不盲目挑战野路，遇险需立即拨打报警电话，原地等待救援。

据央视新闻客户端