市消协发布太阳镜比较试验

4款太阳镜 开车佩戴有风险

□本报记者 博雅

在户外活动场所，特别是在夏天，人们喜欢佩戴太阳镜来遮挡阳光，以减轻眼睛调节造成的疲劳或强光刺激造成的伤害。而目前市场上太阳镜品牌种类繁多，价格从几十元到几千元不等。那么，这些太阳镜质量如何？5月22日，北京市消协发布的太阳镜比较试验报告显示，50款太阳镜样品中有17款不符合标准要求，主要问题是交通信号透射比和标志存在问题。

其中，MINISOL Life、黑石BLACK STONE、龙眼、飞行员等品牌4款样品交通信号透射比不符合标准要求，存在安全隐患。另外，天猫商城、京东商城、燕莎奥莱等商家销售的15件样品标识项目不全，影响消费者选购和正确使用。

试验报告：

一线大牌存在类别不标注现象

本次比较试验样品由北京市消费者协会工作人员以消费者身份从北京西单大悦城、燕莎奥莱、君太百货、汉光百货、SKP商场、三里屯亮视点眼镜店，以及天猫商城、京东商城、苏宁易购、小米官网、唯品会、网易考拉、网易严选、寺库等网络购物平台随机购买了50组样品。购买单价从27.5元到5350元不等。

本次比较试验有13个样品的类别或分类未标注，不符合标准要求。标识信息不全给消费者在选购太阳镜时带来困难，因为不同类别的遮阳镜、浅色太阳镜和特殊用途的太阳镜标志着在不同的场合使用，太阳镜标识上也未明示是否适合白天或晚间驾驶用等警示性文字，在光线亮暗突变较大的情况下，对配戴不适合太阳镜的司机有可能会造成严重后果。

据介绍，标识主要包括太阳镜类别、分类、执行标准、生产企业名称、商标。标识是消费者选购太阳镜的重要指标，类别和分类不标注，将直接影响消费者对于太阳镜的选购，影响消费者对于太阳镜的正确使用。这些存在标注不清或未标注的样品包括时尚潮牌以及一线大牌等，如VICTORIABECKHAM、ALEXANDER MCQUEEN、GUCCI、CELINE、FENDI等，售价均在2000元以上。

而MINISOL Life、黑石BLACK STONE两款样品交通信号透射比不达标。记者了解到，交通信号透射比包括红色信号、黄色信号和绿色信号。

交通信号透射比是反映太阳镜产品对于红绿灯的识别性能，是极为重要的安全性项目，该项目存在问题会造成佩戴者无法正确辨别交通信号灯（红绿灯），作为普通的太阳镜使用，将造成极大的安全隐患。

龙眼、飞行员款太阳镜不仅存在上述问题，且其光透射比数值均未达到6%，作为普通遮阳镜使用存在安全隐患，因产品未标注分类，无法进行判定。

据记者了解，太阳镜光透射比指标不符合，使光线不能很好地透过镜片，造成所视物体模糊不清，颜色灰暗，视觉疲劳，存在安全隐患。

消费提示：

选购太阳镜不能只注重款式

根据此次比较试验结果，市消协表示，部分太阳镜存在质量问题，消费者选择太阳镜时，不应只注重款式，而忽视其内在质量，应根据自身需要选择不同用途的太阳镜并结合测试数据和性价比进行选购。为此提示，消费者选购该类商品时应注意以下几点：

一是，太阳镜包装盒或吊牌上标志内容要齐全。

二是，明确选购太阳镜的目的。选购太阳镜，首先要确定选购的目的是为遮阳，还是为了配服饰、起装饰作用。目前在市场销售的太阳镜主要有二种类别，一类是“遮阳镜”，能起到遮挡阳光的作用，以减轻因眼睛过度调节造成的疲劳或由强光刺激造成的伤害；另一类是“浅色太阳镜”，也是近几年比较流行的品种，主要起到装饰作用，当阳光不强烈的时候也可使用。

三是，消费者在购买产品时应索取发票或购买凭证及完整的包装，并将其保存好，这些是制造厂对产品性能的承诺。或让商家将这些附加的防护功能注明在发票上（例如是否适合司机驾驶用），一旦发生纠纷，可以有效地维护自己的合法权益。

■生活资讯

工作压力大、经常熬夜、饮食不规律、缺乏运动、生活方式不健康，很多职场人士出现了工作越忙越累反倒越胖的现象。这是为什么呢？

越忙越胖 越累越胖

职场过劳肥 你中招了吗？

过劳肥的原因有哪些？

熬夜、宵夜、缺乏运动，是不良生活习惯中最致命的，也是过劳肥的主要原因。长期熬夜会导致人体激素分泌紊乱，血液中的饥饿激素分泌增多，所以熬夜的人容易饿，就喜欢吃宵夜。宵夜后立即睡觉，而且过量进食，睡眠不足使人的新陈代谢减慢，食物在体内就无法正常消化。与此同时，人在工作压力大、疲劳的状态下，通常选择摄入零食缓解饥饿和压力，高油高热量的零食最容易导致肥胖。

如何对付“过劳肥”？

睡饱6~8小时

每天至少睡足6小时，能睡够8小时更好。睡眠不足会让人胃口大开，而且特别爱吃高热量、高油脂、高糖分的食物，但对于蔬菜、水果、全谷类等健康食物却兴趣缺乏，这是体内调节食欲的荷尔蒙惹的祸。睡眠时间的不足使得人体生物钟紊乱，影响体内荷尔蒙——“瘦素”的分泌量减少，却大量分泌产生饥饿感的饥饿素，因而摄取过多热量，渐渐发胖。

定时吃三餐

体重超标的人多半都有三餐不定时的问题，甚至一天只吃1~2餐，而且常常不吃早、午餐，饿到晚上下班再狂吃一顿。跳过一餐不吃，饿过头要付出的代价是，血糖低到不仅让人头昏眼花，也丧失判断力，因此特别容易在下一餐大吃大喝，并投向高热量、油炸与甜食的怀抱里。

留意食物营养标签

许多人对食物的种类、热量及分量没有概念，所以不知道如何挑健康、不易发胖的食物。养成看营养标签的习惯，能帮助你选择健康的饮食。现在包装食品以及便利商店、速食店、咖啡店等都提供热量及营养标示，养成习惯先去看热量、油脂、糖分等资讯，避免乱买乱吃。当你了解食物的热量之后，知道吃下这个东西可能要跑步1小时才能消耗掉热量，就会在吃之前多想一下。

（武平）

本周33种生活必需品价格走势

采集日期：2019年5月22日　　单位：元/公斤

品名＼市场	物美超市甘露园店	幸福超市白纸坊店	永辉超市马家堡店	家乐福超市姚家园店	物美大卖场新华百货店	超市发超市美欣店	京客隆超市京源店	永辉超市金域国际店	日均价	周环比涨幅
鸡蛋/公斤	9.76	9.98	8.78	8.92	9.76	11.98	10.56	9.98	9.97	3.1%
土豆/公斤	3.56	4.96	2.78	5.16	3.96	5.18	5.58	3.38	4.32	-4.4%
白萝卜/公斤	2.76	2.96	3.38	3.16	2.76	2.78	4.96	3.98	3.34	28.2%
胡萝卜/公斤	3.76	2.98	2.78	4.38	3.76	3.78	5.96	2.78	3.77	-17.1%
大白菜/公斤		1.56		3.36	1.36				2.09	2.0%
西红柿/公斤	9.96	5.98	5.98	7.96	7.96	7.38	6.58	5.98	7.22	-6.8%
黄瓜/公斤	3.16	2.98	2.78	3.96	3.16	1.98	3.36	2.78	3.02	-18.8%
豆/公斤	7.36	5.16	5.98	7.98	7.36	5.98	7.98	5.98	6.72	6.9%
姜/公斤	11.96	9.98	13.98	7.96	11.96	9.18	11.38	11.98	11.05	24.3%
蒜/公斤	13.96	7.76	7.98	7.76	7.96	10.98	11.98	11.98	10.05	-9.9%
圆白菜/公斤	2.36	1.96	2.78	2.20		3.18	1.96	2.78	2.46	10.7%
芹菜/公斤	5.36	5.76	5.98	2.50	5.36	5.38	5.58	5.98	5.24	6.1%
蕹菜/公斤		4.96	1.98	7.96		5.98		3.98	4.97	-8.0%
油菜/公斤		2.98	2.78	2.60		3.38	3.36	2.78	2.96	-14.8%
雪莲粉/公斤（古船）	3.38	4.28		4.36	3.38	3.98	3.96	4.36	3.96	5.7%
大米/公斤	4.78	5.24	5.18	4.28	4.78	7.20	5.56	6.38	5.43	5.5%
玉米面/公斤	5.36	3.74	4.78		5.36	3.80	4.78	5.38	4.74	-13.1%
绿豆/公斤	9.96	11.40	7.98	11.80	9.96	13.00	13.98	9.98	11.01	-12.0%
花生油/升（鲁花一级）	29.18	29.18	29.18	29.16	29.18	29.18	29.18	29.18	29.18	-0.9%
大豆油/升		6.78	10.78	8.58	8.78	10.40	8.58	8.96	8.98	-1.3%
香油/升	57.56	57.40		48.70	57.56	44.21	57.11	62.00	54.93	-2.6%
后臀尖/公斤	21.96	25.80	19.96	29.60	19.96	23.00	29.60		24.27	-0.4%
前臀尖/公斤		21.80	17.98	29.60	19.96	22.40	29.60	17.96	22.76	4.9%
五花肉/公斤	27.96	27.80	19.96	17.96	25.96	27.80	39.60	23.96	26.38	-4.2%
牛腩/公斤	45.96	57.60	39.96	59.80	45.96	90.00	45.80	45.96	53.88	-19.9%
羊肉片/公斤	59.80	75.60	89.96	89.60	71.60		95.60	89.96	81.73	-2.0%
鲤鱼/公斤	11.96	21.80	15.98	27.80	11.96	15.00	31.20	15.98	18.96	-3.4%
整鸡/公斤	17.96	23.80		27.80	17.96	29.60	23.60	17.96	22.67	6.6%
鸡翅中/公斤	51.96	43.80	43.96	51.80	47.96	50.00	49.60	51.96	48.88	2.7%
鸡脑/公斤	21.96	21.80	19.96	21.80	21.96	31.20	23.20	21.96	22.98	11.6%
三元特品（袋）/243克	2.49	2.50		2.50	2.49	2.50	2.50	2.50	2.50	0.5%
加碘盐（中盐）/350克	3.00	3.00	3.00	2.90	2.90	2.80	3.00	3.00	2.95	0.0%
白糖/公斤	13.98	7.38		17.20	13.98	13.60	15.40	12.90	13.49	-4.7%

说明:表中各商品价格为该市场最低价。★为会员价或特价

（以上信息由北京市职工物价监督总站提供）