

防晒衣该怎么选?

专家:不要过度追求价格和品牌

□本报记者 王亚楠 文/图

近日,鹰城开启炙烤模式,满街尽是“蒙面侠”,大家穿着各式防晒衣,将自己包裹起来,生怕皮肤晒黑。测评防晒衣和售卖防晒衣的视频遍布在抖音、小红书等社交媒体平台,瞬间凉感技术、面料含有玻尿酸等“黑科技”让人眼花缭乱。

“我可不想变成小黑人,一到夏天我就戴墨镜和防晒口罩,防晒衣更是必不可少。”市民郭女士说,自己在挑选防晒衣时只买名牌的,并且觉得价格越贵防晒效果越好,“但最近有报道说防晒衣是智商税,是真的吗?”

7月10日,市第二人民医院皮肤科副主任刘样满介绍,涂抹防晒霜并不能完全阻挡超强中长波紫外线对皮肤的伤害,专业的防晒衣的确可以帮助大家进行有效的物理防晒,因此防晒衣不是智商税,但挑选时有讲究,不要一味追求品牌和价格。

看防晒系数

UPF50+表示防晒性能优秀

“建议大家选择具有较高防晒系数的防晒衣,如UPF50+的产品表示防晒性能优秀,可以提供更有效的紫外线防护。”刘样满说,防晒主要防的是UVA和UVB两种紫外线,UVA和UVB都会对皮肤造成损伤,但UVA穿透性更深,UVB浅一些,它们的损伤包括让皮肤衰老、变黑,产生色斑、皱纹,晒伤和导致皮肤癌等。

刘样满介绍,大家在挑选防晒衣时,可以通过防晒衣上面的UPF标识来判断防UVA和UVB的效果。UPF值是紫外线防护系数,数值越高说明紫外线防护效果越好,一定要认准国标GB/T18830-2009。

看面料

手感柔软且透气

“市面上现在很多防晒衣品牌宣称的‘黑科技’,大多都是噱头。”刘样满说,防晒衣主要是涤纶、锦纶加涂



市民在市区光明路中段一商场挑选防晒衣

层工艺制作而成,价格和防晒效果不一定成正比,“一件普通的纯棉衬衫,其实也有较强的防紫外线效果。”

在面料选择上,刘样满建议大家选择透气性好的材质,如涤纶、尼龙或聚酯纤维等,这些材质有助于散热,且穿着较舒适。“挑选防晒衣时,大家可以吹一下面料的一侧,用手在另一侧感受透风力,如果吹起来不费力,且感到风很大,说明透气性较好。”

另外,防晒衣被过度清洗或被汗水湿润,都会影响其防晒效果,因此要减少防晒衣的洗涤次数和浸泡时间。

看颜色

深色防晒效果更好

颜色的话,刘样满建议选择深色防晒衣。“一般深色系面料会比浅色系产品防晒效果更好,但在穿着舒适度上会更闷热。”刘样满说,大家可根据自身需求进行选择,一般黑色、灰色在防晒方面更好些。

“晒伤的表现一般是脱皮、红肿、出疹子等。”刘样满提醒,晒伤后,可以通过冷水冲洗、冰敷或涂抹炉甘石洗剂、氧化锌软膏来缓解症状。如果皮肤出现红斑、水疱,且疼痛感比较明显,就需要及时到医院治疗。



小山村举办篮球赛

7月9日晚,鲁山县下汤镇林楼村民委员会门前广场上,一场由林楼村“两委”和市应急管理局驻村工作队主办的“仲夏乡村篮球友谊赛”开赛,吸引不少人观看。

据林楼村党支部书记叶栓营介绍,这是该村首次举办篮球赛,共6支球队60人参加,旨在丰富群众业余文化生活,吸引和鼓舞更多人参与体育锻炼。比赛从7月6日开始至7月10日晚结束。

本报记者 胡耀华 摄

内蒙古人拾手机还失主 鹰城失主捡发票忙上交 一家小店两件好事,点赞!

□记者 王辉

本报讯7月8日上午,来自内蒙古的郭小雪来平探亲期间在市区湛河南路一家早餐店捡到一部手机。之后,由店方收银员陶秀丽还给失主。失主张素军、李巧珍夫妇接过手机连声道谢。

张素军说:“还是好人多,这也是我们捡发票、做好事带来的福气。”

李巧珍夫妇家住市区新华区光明路街道建设街社区。当天上午,他们来到市区湛河南路与开源路交叉口西侧小陶胡辣汤店就餐。离店时,张素军在该店门口捡到一张数额3499元的增值税发票,便回到店内

把发票交给陶秀丽保管,然后夫妻俩匆忙离店到附近办事。途中,李巧珍准备打电话时发现手机不见了,才想到估计忘在早餐店了。

李巧珍夫妇返回胡辣汤店寻找,并询问服务员和陶秀丽。陶秀丽问过对方手机品牌、外观颜色,并让张素军拨打李巧珍的手机验证后,将一个黑色手机还给李巧珍。

捡到李巧珍手机的就是郭小雪。郭小雪说,她是内蒙古自治区巴彦淖尔市乌拉特前旗人,来平顶山探亲。当天上午8点多,她来到该店喝胡辣汤,发现一张空无一人的餐桌上放着一部黑色手机,无人认领,便将手机交给了店里的收银员。

路遇市民晕倒 他毫不犹豫施救 这一抹荧光黄好帅!

□记者 刘蓓

本报讯7月10日下午,一位市民晕倒在路中央。执勤交警孟晓栋发现后,毫不犹豫俯身蹲下,将晕倒市民背至路边阴凉处。

7月10日下午3时许,市公安局交通管理支队新华大队辅警孟晓栋在市区建设路与体育路交叉口执勤。“滴,滴滴滴……”突然,他听到一阵急促的喇叭声。“快来看看吧,这儿有个人晕倒了!”顺着周边市民的呼救声,孟晓栋在市干部休养所门口看到,一名男子晕倒在建设路中央,另一名男子试图将其拉起,但未成功,

一辆小轿车停在其身旁无法行驶。

看到此情况,孟晓栋赶紧上前俯身蹲下,将晕倒男子背到路边阴凉处。随后,一旁超市老板送过来两瓶水。“当时男子已经没有意识了,身上有酒味儿,也不知道是喝多了还是中暑了。”孟晓栋说,他将该男子的衬衣扣子解开散热。

围观群众拨打了120急救电话,5分钟后急救车赶到。孟晓栋帮助医护人员将男子送上救护车,随后返回执勤岗位继续执勤。

目前,晕倒男子已在亲友的陪同下在平煤神马医疗集团总医院接受检查和进一步治疗,无生命危险。

小区水井罢工 他们义务为村民送水

□记者 胡耀华 通讯员 杨柳

本报讯“来水了,大家快来接。”7月10日一大早,在鲁山县赵村镇赵村新型社区,镇政府工作人员赵建涛刚停下送水车,便手持话筒喊村民来接水。

近日,天气炎热,村民用水量大增,赵村新型社区水井一周前突然罢工,导致166户居民无法正常用水。赵村镇党委、政府随即安排人员利用水罐消防车为居民送水,并对行动不便

的居民进行摸排,安排专人送水到家。

“真是大感谢了,虽然水停了,但家里从没缺水。”50多岁的侯振兴腿有残疾,对来送水的工作人员再三表示感谢。

据赵村镇镇长王天阳介绍,针对新型社区居民用水难问题,他们已协调县水利局、县乡村振兴局等有关单位查找原因,力争早日通水。截至7月10日上午,赵村镇政府已累计出动送水车60余次,为新型社区村民送水700余吨。