

“假水”玩具风靡校园

内含硼砂易中毒



最近在校园附近的玩具商店中，经常能看到一种叫做“假水”的玩具。“假水”常被做成饮料瓶的外包装，看上去与普通饮料无异，内部装有透明或半透明状的胶状液体，有的会散发出香味，流动性很强，捏着很软不粘手，被称为新的“解压神器”。这种解压玩具，深受广大儿童的喜爱。

食品用塑料袋安不安全？

早点摊、小吃店大多是用塑料袋直接装吃的，塑料袋上的油墨都粘到包子上了，还能吃吗？还有的商家常年把塑料袋放在高温蒸锅旁，甚至在热水中蒸煮，不会释放有害物质吗？

为了搞清楚这些疑问，南京市玄武区市场监管局曾对食品用塑料袋进行了抽检，结果5批次产品有1批次不合格，油墨掉色严重。另一个问题就是塑料袋的厚度和印刷质量都不合格。这样的塑料袋虽然不会造成食品安全风险，但是会造成使用者的不便，更不环保。袋子可能一用就破，会使塑料袋废弃的频次增加，加剧白色污染。

对此，使用塑料袋装即食食品有以下几点建议：

▲ 不要使用有颜色的塑料袋装食品，如果可以平时也尽量不要使用有颜色的塑料袋。

▲ 使用塑料袋时，大家要注意观察塑料袋的外观、颜色和标识，食用包装应当有“食品用”等文字标识，或刀叉等图案标识。

▲ 有特殊气味、臭味的塑料不要用来装食物。此外，如果要微波加热，也要选择“可加热”“可微波”的塑料袋。

来源：《现代快报》

“假水”玩具有什么危害？

“假水”玩具与“史莱姆”水晶泥一样，是通过添加硼砂起交联作用，使胶水的流动性变小，形成延展性和韧性更好的凝胶。

央视记者曾购买9款14批次“假水”玩具对其中的硼砂进行检测，检测结果均出现了硼砂超标的情况，其中硼砂含量最多的超标6倍。成人硼砂中毒的剂量为1~3克，15~20克为致死量；儿童误食5克即可致死，而婴儿误食2~3克即可致死。

据了解，如果误食，硼砂会在胃酸作用下转变为硼酸，使人出现头晕头痛、恶心呕吐、腹泻等症状，甚至休克昏迷。即使不误食，直接接触过量的硼砂可导致皮肤过敏，也可经破损皮肤吸收，在体内累积造成慢性中毒。因此接触硼砂后，应及时清理皮肤黏膜，误食后应及时催吐，立即送医治疗。

欧盟玩具标准EN71-3-2013规定液体或粘性玩具材料的中硼的迁移量不能超过300毫克/千克。但是我国玩具标准GB 6675.4-2014没有对硼元素进行限量要求，而2020年11月发布的《消费品中重点化学物质使用控制指南》建议液体或黏性玩具材料中，硼的迁移量要小于300毫克/千克，但是这个指南并不具备强制性。所以，家长一定要谨慎购买“假水”“史莱姆”等软泥类玩具。

硼砂的常规用途有哪些？

硼砂是一种重要的化工原料，在工业上应用广泛，可用于制造特种玻璃、陶瓷搪瓷、高强硼钢、耐热合金钢、洗涤剂、化妆品等。

此外，硼砂具有一定的杀菌作用，医疗上可用于外用消毒剂，治疗炎症。虽然这些用品中含有硼砂，但只要其中的硼含量符合相应的国家标准，那么对于人体的伤害可以忽略。硼砂对食品也具有防腐保鲜，增加弹性的作用。

考虑到硼砂的毒性，我

国明令禁止在食品中添加硼砂。但仍有一些不法商贩在腐竹、肉丸、凉皮、面条、粽子等食品中添加。因此选购食品时，大家一定要注意尽量选择正规商场，不要一味注重口感。

这些儿童玩具也要警惕

超轻黏土、磁性黏土（磁力泥）：“史莱姆”水晶泥就属于常见的软泥类玩具，大多数软泥玩具中往往会添加硼砂，容易造成硼砂超标。

儿童地垫（爬爬垫）：为了使塑料发泡，增加柔韧性，一些不法商贩在生产地垫过程中会加入过量的甲酰胺，过量的甲酰胺像甲醛一样，会长期缓慢挥发。

甲酰胺，也叫氨基甲醛，对皮肤、眼睛和呼吸道等有一定刺激作用，可能引起过敏，吸入则会损伤神经系统，并有致癌风险。

儿童贴纸、纹身贴、橡皮印章、印油：这几种都可能出现邻苯二甲酸酯和多环芳烃超标的情况。邻苯二甲酸酯是一类常见的，高效廉价的增塑剂，可经口鼻、呼吸道、皮肤吸收。有研究表明，邻苯二甲酸酯在动物和人体中起着类似雌性激素的作用，可能干扰内分泌系统，影响儿童性发育。而多环芳烃则是一类化学致癌物。

如何挑选玩具？

1. 选择正规渠道（如大型超市、品牌玩具店或官方认证的网店等），避免购买三无产品。

2. 需注意标识和安全警示，严格按照说明书进行使用。对于国家执行强制性产品认证的玩具（电玩具、塑胶玩具、娃娃玩具、金属玩具、弹射玩具），看是否有中国的“CCC”认证标志。

3. 建议儿童在家长监护下玩耍，同时要教育孩子养成良好的卫生习惯，玩耍后及时洗手，避免“病从口入”。

湖南大学
分析化学硕士 唐榆

上班族“防疫宝典”

用餐时要小心

建议最好自己带便当，或者把饭菜带回工位吃。不要在人流量多的地方长时间逗留。

如果公司有食堂，在打菜排队时要与前后保持一米的距离。吃饭时最好是依次以考场形式落座，也就是隔一个位置一坐。吃饭时专注自己，不要随意讨论交谈，避免唾沫传播。

结伴吃午饭的小伙伴们，趁着机会享受一下一人食。除了面对面，尝试一下背对背吃饭也是一种不错的体验。

点外卖的话，收到后记得喷上酒精消毒。吃完后记得及时扔掉外卖包装。毕竟你不知道外卖曾到过何处，外卖员接触过什么。

走路姿势不当也会惹疾患

生活中，每个人都有自己习惯的走路步态，但你可能不了解，走路姿势和身体健康有着很大的关系。

手臂不摇当心后背 走路左腿向前迈时，脊柱会向右旋转，右臂也会随之摆动。如果有人在行走时手臂不怎么摇摆，可能意味着他后背的移动性受到了限制，易引起后背疼痛和受伤。

脚掌先落地小心中风 健康人迈步时，首先是脚后跟接触地面，如果有人走路时是脚掌先接触地面，多由于其肌肉控制力量较弱，这意味着，可能是中风发作或椎间盘突出，压迫神经引起了肌肉神经功能受损。

步幅小可能因膝盖骨骼退化 脚后跟接触地面的一刹那，膝盖应该保持笔直。如果不是这样，则意味着可能是膝盖骨的移动能力或臀部的伸展能力受限。

踮着脚尖走路大脑可能有损伤 双脚踮着脚尖走路，与肌肉紧张有关，而当脊柱或大脑受到损伤时，就会出现这种情况。

外八字易使膝关节疼痛 正常情况下，走路时脚趾都是指向前方，或者是轻微向外翻，如果是迈着外八字脚步，就说明脚趾向外的角度过大，久而久之会让膝盖外翻，导致膝关节疼痛以及加速关节退化。

正确的走姿是：

1. 上体笔直，下巴前伸，高抬头，两肩向后舒展。

2. 伸直膝盖并非僵硬、不灵活，而是使伸直的膝盖在不受力的情况下行走。膝关节伸直，步伐变大。至于步幅到底多大，应以你觉得舒服为好。

3. 脚向正前方迈。走路时膝盖伸直，走起来脚自然向前迈。

4. 摆胳膊也很重要。胳膊摆得好坏，还要看手与脚的动作是否同步。

5. 脚跟先着地，再将身体重心移到脚尖。

高花兰