



远离危险玩具 呵护成长安全

警惕藏在孩子身边的“隐形炸弹”

□记者 姜琰 程兰霞

亮晶晶的“水宝宝”、炫酷的“重力萝卜刀”、能真实烹饪的儿童厨房玩具……这些看似无害的网红玩具，正成为威胁孩子安全的“隐形杀手”。5岁的女孩小桃躺在病床上，腹部微微隆起。几天前，她误食了被称为“水宝宝”的彩色小珠子，这些遇水能膨胀数百倍的小玩具在她的肠道内迅速变大，导致肠梗阻和剧烈疼痛。“再晚点就医就有生命危险了。”接诊医生表示，这类事件时有发生。

“无害”外衣下的健康风险

近日，在市区一家医院的急诊科，记者见到了仍在后怕的刘女士。她5岁的女儿因误吞“水宝宝”而经历了一场手术。“那个五毛钱一包，摸起来像果冻、泡水会变大的‘水宝宝’，曾是许多孩子眼里的宝贝。”刘女士告诉记者，这些看似Q弹、圆润、亮晶晶的小珠子，实则是藏在孩子身边的“定时炸弹”。还有孩子日常玩的各种泥，说是无毒，但孩子们边吃边玩着实让人担心。

“水宝宝”遇水后会迅速膨胀，小孩误吞后在肠道内卡住，可能引发一系列致命并发症。医生补充道，这些玩具具有使用有毒原料，别说误吞，哪怕手指粘上后揉眼睛都可能引起角膜感染。如果吸入气管，可能会直接导致窒息。

市第一人民医院急诊科主任、急危重症医疗专家陈建军指出，安全隐患远不止“水宝宝”。现在市面上不少热门儿童产品都暗藏风险：磁力珠（巴克球）被孩子误吞多颗后，易导致肠道吸附穿孔，几小时内就可能引发生命危险。纽扣电池卡在食管后，短时间内就会腐蚀组织，穿透气管或主动脉，致死率极高；未充气气球被小孩不慎吸入，可瞬间导致窒息；小乐高、回形针、药片等小物件，一旦被当

成糖果咬碎、误吞或塞进鼻孔，也容易危及孩子生命。

危险玩具花样翻新

“前几天搬家，从一个旧包裹里翻出几个‘炸包玩具’和‘重力萝卜刀’，还有其他小玩具，是去年年初同学送给他的，一直没打开。孩子的童年需要快乐，但更需要安全。”家住盐南高新区橡树湾小区的居民吴女士想起此事仍心有余悸。

所谓“萝卜刀”，是由塑料制成的仿刀玩具，因其外形酷似胡萝卜，能借助自身重力实现刀体滑动，儿童可迅速将刀甩进甩出，并进行捅刺等危险动作。教育专家表示，使用这类玩具会对青少年心理造成负面影响，可能诱发暴力倾向。

更令人担忧的是网红“炸包玩具”，又称“手榴弹小炸包”“鞭炮小炸包”“仿真手榴弹”等，其外包装五花八门，以“手雷”“鞭炮”等造型居多。有的除了捏捏之后会“爆炸”，还带有刺鼻的臭气。

执法人员时常深入学校周边文具店、玩具店、小卖部等经营场所，重点查处相关产品外包装是否存在低俗广告宣传用语，是否有诱导未成年人购买等不正当行为。对销售“三无”产品等违法违规行为依法查处，对部分商户涉嫌销售危险玩具的行为现场责令改正，要求立即下架相关产品。

儿童厨房玩具藏电击风险

迷你小锅咕嘟冒泡，电磁炉发出加热声，能真实烹饪的儿童厨房玩具近年来风靡市场，却因触电风险、材料劣质等问题接连曝光，敲响安全警钟。仿真厨房玩具凭借其真实的烹饪体验，成为当下炙手可热的儿童产品之一。在电商平台，这类玩具月销量动辄上万，宣传语中“真煮”“可食用”等字样格外吸引

家长目光。

然而，这些看似有趣的过家家游戏背后，却隐藏着令人揪心的安全隐患。家长刘女士惊奇地发现，她在网上购买的“儿童迷你厨房真煮玩具”带电部件电压竟然高达220V，与家用电器电压完全一致。

这直接违反了国家标准GB19865—2005《电玩具的安全》规定：电池玩具、变压器玩具或者双电源玩具，其供电电压不应超过24V。“如此高的电压一旦遇到裸露的电线或部件，儿童在玩耍过程中极易触电，可能造成不可逆的身体伤害，甚至致命。”刘女士担忧地表示。

刘女士还发现，这些玩具可能使用劣质塑料，含有害物质，产品质量毫无保障。有些玩具包装上未标注任何生产信息——没有生产厂家、没有厂址、没有执行标准。这类“三无产品”意味着玩具生产过程完全不可控。此外，玩具边缘存在锐利部分、附带的塑料袋厚度远低于国家标准等，这些都可能在使用过程中造成划伤、窒息等风险。

筑牢第一道安全防线

据市市场监督管理综合服务中心副主任、市消费者权益保护委员会副秘书长陈伟介绍，市场监管总局早在2023年就发出提醒：这类既能烹饪又造型可爱的儿童厨房“真煮”玩具，不是普通玩具。这类产品实际上处于儿童玩具和家用电器之间的“灰色地带”，需要同时符合两个领域的国家标准才能算是合格的产品。

面对这一新兴市场，家长的选择成为保护孩子的第一道安全防线。陈伟提醒广大家长和孩子，在选购玩具时要通过正规渠道购买产品。同时，消费者还要注意查看电动玩具、塑胶玩具、金属玩具、弹射玩具、娃娃玩具是否获得“3C”认证，注意索要发票等购物凭证，并且根据儿童年龄段，选购合适的玩具。

选购儿童玩具时，家长务必做到“三查”：查标识，认准合规产品，仔细查看包装是否标有生产厂家、厂址、执行标准及“3C”认证等信息；查细节，检查玩具边缘是否光滑、电气部分是否有充分防护、有无异味等；查凭证，保留好发票、网购订单等凭证，以便发现问题时及时维权。

此外，市场上还有其他网红玩具同样存在安全隐患。如迷你棉花糖机，部分产品在儿童能够触及的带电部件上缺乏足够防护，存在触电和火灾风险。

安全教育亟待加强

市教育局相关负责人表示，家长需加强安全意识教育，教育孩子充分认识到“炸包玩具”“萝卜刀”“笔中刀”“泡大珠”“激光笔”以及“鼻吸能量棒”等危险玩具的潜在危害，并引导他们自觉远离这些危险物品，做到不买、不携带、不玩耍。家长们应以自身示范，坚决不为孩子选购高风险玩具。若意外发现孩子持有这些物品，务必立即将其妥善收藏，并开展深入的安全教育，以防范孩子在玩耍过程中可能造成的伤害。

此外，家长们还需与学校紧密合作，共同监督、管理好孩子，严禁携带这些危险玩具进入学校。学校应当定期开展安全教育活动，让学生直观了解危险玩具可能造成的伤害，提高自我防护意识。

儿童玩具安全无小事。在为孩子创造快乐童年的同时，更不能忽视隐藏的风险。只有家长提高安全意识，企业坚守质量底线，监管部门加强监督，才能让孩子们真正快乐、健康成长。广大家长和青少年儿童应警惕此类危险网红玩具，要引导告诫孩子不要购买“三无”产品。同时提醒相关经营者立即开展自查，坚决不销售“三无”产品，不销售对青少年儿童身心健康存在不良影响，甚至人身伤害的玩具、文具，加强进货把关。

建议

别让阳光玫瑰“甜”变“愁”

作为一名普通市民，近期市区范围内阳光玫瑰价格波动让我十分关注，特此分享观察并提出建议。

如今小区门口水果店，阳光玫瑰已低至每斤3元左右，与早年“贵族水果”的高价形成鲜明反差，折射出市场困境。短短数年里，阳光玫瑰的种植热潮席卷全国，从最初集中在云南、广西等少数地区，迅速扩展到几乎所有省级行政区，部分气候适宜的地方还实现了“一年两熟”。种植规模的急剧扩大，直接导致市场供应严重饱和。更关键的是，现在消费

者健康意识提升，不少人觉得阳光玫瑰“太甜了”，不再青睐这种高甜度水果。需求转变下，果农陷入“丰产难丰收”，甚至采摘费高于卖价的困境。

为帮果农破局，建议从三方面发力：一是提品质，政府与协会加强技术培训，引导调整甜度、保留玫瑰香气，推广绿色种植，打造优质品牌，实现优价；二是拓渠道，借力电商、直播带货，对接大型商超，完善物流，拓宽销路；三是促深加工，支持开发果汁、果酒等产品，提升附加值，缓解鲜果压力。

市民 李先生

警惕“明星私人账号”诈骗陷阱

本报讯（记者 程兰霞）近日，响水张集的小学生小杨在快手平台遭遇冒充明星“白鹿”的骗局，被骗取人民币3700元。目前，受害人已报警，案件正在进一步调查中。

据了解，小杨在网络社交平台快手上结识了一名自称同为“白鹿”粉丝的用户。对方声称可提供与明星视频通话的机会，并向小杨推荐了一个名为“白鹿my”的快手账号。小杨与该账号互关后，对方通过快手拨打电话，小杨听到一段酷似白鹿的语音，信以为真。随后，该账号以“正在忙”为由，将小杨转接给所谓“助理”。“助理”称需通过“核查”才能继续与明星聊天，并询问其家庭情况。在得知小杨与爷爷奶奶同住后，对方指示她拿到家长手

机，按照视频指引扫码转账，并谎称该笔款项为“考察用途、事后退还”。小杨转账3700元后，对方进一步要求提供户口本资料。小杨此时才察觉异常，告知家长并报警。

警方提醒广大市民，正规明星团队不会通过私人社交账号向粉丝索要钱财，任何涉及金钱交易的“明星互动”均为诈骗；明星官方账号通常带有平台认证标识，非认证账号自称明星或工作人员均不可信；家长应加强对未成年人使用手机的引导与监管，建议为孩子设置“学生模式”，关闭私密支付功能，不告知孩子支付密码；切勿点击不明链接或下载远程控制、屏幕共享类应用，以防信息泄露与财产损失。如遭遇类似诈骗行为，应第一时间保存证据并报警。

身边事

街头叫卖“野生大甲鱼”？

当心是骗局

本报讯（记者 程兰霞）近日，多位市民向本报反映，在市区人民南路与南港路交界处、解放南路与南港路交叉口、人民公园东北角四岔路口等地段，有一名男子以“野生甲鱼”为名向路人高价售卖。热心读者吴先生表示，其朋友前年曾购买，事后发现实为假冒野生甲鱼，他希望引以为戒，提醒广大市民朋友谨防上当。

记者在现场看到，一名男子头戴破旧凉帽，脚穿沾满泥污的拖鞋，裤腿高卷，全身泥土，手持竹竿挑着一只个头较大的甲鱼，站在路边叫卖。其形象刻意营造出“刚在野外捕获”的视觉效果。为进一步核

实情况，记者咨询了从事水产生意10多年之久的摊主陈师傅。陈师傅明确指出，该男子所售的大甲鱼并非真正野生，实为一种人工养殖的外来鳖种。这类甲鱼生长速度快，常被冒充为“百年老鳖”或“野生鳖”出售。

陈师傅透露，此类养殖甲鱼市场价约为每公斤60元至80元，但卖家通过虚假宣传和高价套路，最终往往以数千元价格售出，使不少市民受骗。陈师傅特别提醒，该类甲鱼属于外来物种，不具备放生条件，一旦放入自然水体可能对生态造成破坏；虽可食用，但肉质和口感远不如中华鳖，建议市民切勿盲目购买。

征集

为传承发扬“从大众中来，到大众中去”的优良传统，盐阜大众报“大众来信”专版、我言新闻客户端“大众来信”频道联合开展群众急难愁盼问题征集活动，欢迎广大读者、网友提供问题线索，提出意见建议。



科学“贴秋膘”，专家教您如何“补对”不“补过”

□记者 姜琰 张咪

俗话说：“夏天过后无病三分虚”。依照民间习俗，秋季是进补的好时机，也就是人们常说的“贴秋膘”。然而，在营养过剩成为常见的今天，“贴秋膘”是否还有必要？又该如何根据个人体质科学进补？记者专访市第一人民医院营养科主任、市食品医药卫学会特殊食品与营养健康专业委员会主任委员高红兰主任医师，请她为市民解答如何科学“贴秋膘”。

“过去物质匮乏时代，人们经过夏季劳作和高温消耗，体重普遍下降，秋季进补确实有必要。”高红兰指出，“但随着生活水平提高，现在大多数人并不缺乏能量摄入，反而需要警惕营养过剩问题。”中医讲究“秋冬养阴”，认为秋季阳气渐收，阴气渐长，适当进补有助于增强体质，为冬季储备能量。但关键在于要“辨证施补”，不是所有人都适合同样的进补方式。

“在‘贴秋膘’前，首先要了解自己的体质。”高红兰结合临床常见情况，将常见体质分为不同类型：气虚型人群常感到疲倦乏力、气短懒言、易出汗，从营养学角度，此类人群可适当增加富含优质蛋白的食物，同

时搭配山药、红枣、糯米等具有健脾功效的食材；血虚型表现为面色苍白或萎黄、头晕眼花、心悸失眠，适合适量食用富含铁元素、维生素B12的食物，如龙眼肉、猪肝、黑芝麻等；阴虚型常有手足心热、口干咽燥、潮热盗汗等症状，“这类人群建议增加水分摄入，食用银耳、百合、鸭肉等滋阴食物”；阳虚型则多见畏寒肢冷、腰膝酸软、小便清长，可适量食用羊肉、核桃、韭菜等温热性食物补充能量。她特别提醒：“如果不根据自身情况盲目进补，很可能适得其反，比如阴虚火旺的人吃了温补的羊肉，反而会加重身体的不适症状。”

关于现代人如何科学进补，高红兰提出了新理念：“与其说是‘贴膘’，不如说是‘调养’。秋季进补不应该简化为大吃大喝，而是要根据现代人的生活方式和身体状况进行调整。”她建议重点关注补充优质蛋白，适量增加鱼、禽、蛋、奶的摄入，但不宜过量——一般成年人每天摄入鱼、禽、蛋和瘦肉总量120克至200克为宜。同时要增加微量营养素，多食用新鲜蔬菜水果，每天摄入300克至500克蔬菜、200克至350克水果，以补充维生素和矿物质；适量摄入坚果（每天10克左右）及橄榄油等富含不饱和脂肪酸的食物。

此外，秋季干燥，应注意补充足够水分，成年人每天饮水量建议1500毫升至1700毫升，保持呼吸道和皮肤湿润。

针对不同人群，她给出了具体建议：办公室白领长期脑力劳动、缺乏运动，多属气虚或阴虚体质，可以食用山药粥、银耳羹等清淡补品，配合适量运动；体力劳动者能量消耗大，可适当增加蛋白质和碳水化合物摄入，但仍需注意营养均衡；老年人消化功能减弱，应以易消化、富含营养的食物为主，如粥类、羹汤等，可适当加入枸杞、黄芪等药食同源食材，同时注意食物细软、少量多餐；儿童正处于生长发育期，需要充足营养，但应遵循平衡膳食原则，保证食物多样化，避免过度进补导致肥胖或性早熟；慢性病患者如糖尿病、高血压患者，应在医生指导下进行饮食调整，控制总能量及相关营养素摄入，不可盲目进补。

采访中，高红兰特别指出了几个常见误区：“第一个误区是认为贴秋膘就是大吃大喝。实际上暴饮暴食会增加肠胃负担，导致消化不良甚至胰腺炎等疾病；第二个误区是认为人人都需要补。实际上体质偏热、实热证的人群就不适宜温补，而应该注重清淡饮食、清热降火；第三个误区

是认为贵的就是好的。其实并不是越贵的补品就越好，简单的食材如萝卜、白菜只要搭配得当，也能起到很好的营养作用；第四个误区是忽视运动，只补不动会导致能量堆积、形成肥胖，适当运动能帮助促进新陈代谢，提高营养素的吸收利用率。”

针对普通人群，省人大代表、市食品医药卫学会特殊食品与营养健康专业委员会常务委员孙阿宝推荐了几款简单易做的秋季养生食谱：百合银耳羹适合阴虚表现者，有润肺止咳、清心安神之效；山药薏米粥适合气虚脾弱表现者，能健脾益气祛湿；萝卜排骨汤顺气化痰，适合大多数人食用；芝麻糊则能补肝肾、润肠燥，适合血虚便秘者。

“在进补前最好先咨询专业医师或营养师，尤其是患有慢性疾病或特殊体质的人群。”孙阿宝建议，“最好能先做一次全面体检，了解自己的身体状况后再制定个性化的营养方案。”科学“贴秋膘”不是简单增加体重，而是通过合理的饮食调养，达到营养均衡、身体健康的状态，为健康过冬打下基础。在这个进补的季节里，市民应放下“以胖为福”的旧观念，用科学的方法关爱自己的身体，真正做到“补对”不“补过”。