



民生调查

重庆晨报
民生在线
扫码关注

难事、烦事、委屈事、不平事、新鲜事告诉我们，记者帮你办

随着智能手机普及，不少消费者购买手机膜时会选“防蓝光”款，商家也常宣传其“隔绝99%有害蓝光”。那么，这些防蓝光手机膜是否真如宣传般有效？一起来看记者调查。

部分“防蓝光”手机膜效果跟保鲜膜差不多

个别“防蓝光”手机膜效果和保鲜膜差不多

在一些电商平台，大多数售卖手机膜的商家都声称自家的产品具备“防蓝光、护眼、抗疲劳”等功能，尤其是“99%防蓝光”的宣传语常常吸引消费者购买。

有电商平台介绍产品时称，蓝光能直接透过视网膜，给眼睛带来不可逆转的伤害、视觉疲劳、视力下降，甚至失明，更可怕的是会导致蓝光眼，并宣称防蓝光护眼膜易贴、能减眩光、可远离“蓝光眼”，透光率达99.8%。

记者调查发现，部分线下商家也在大力推广带有“护眼”功能的手机膜。记者从线上线下多个商家购买了9款宣称防蓝光的手机膜，价格从9.8元到140元不等，均宣称具有防蓝光功能。

记者选取了其中2个作为样品，通过蓝紫光测试仪检测其实际防护效果。湖南永州某产品检测中心检测员李平称，样品一蓝光阻隔率是42.2%，透光率是91.2%；另外一款蓝光阻隔率是52.1%，紫外阻隔率是61.2%。

目前，手机防蓝光膜没有强制性国家标准。行业普遍参照国家推荐标准，将短波蓝光阻隔率大于20%，作为手机膜防蓝光功能的基础技术指标。

记者购买的其他几款手机膜中，3款蓝光阻隔率在40%~50%，4款阻隔率低于20%（介于0.1%~16.4%）。

蓝光阻隔率低的话，直观效果是什么样？记者来到北京交通大学的一个实验室，专家通过对比测试，个别产品蓝光阻隔效果和家用保鲜膜差不多。

那么，究竟如何判断这些手机膜的防护效果？专家指出，评估防蓝光效果不能只看阻隔率，需结合手机自身发光强度综合判断。若手机蓝光本就强，即便阻隔50%，剩余蓝光仍可能超标，单独谈阻隔率无意义。

“防蓝光”效果达99%？专家：多为营销噱头

针对部分商家宣称手机膜防蓝光效果达99%，甚至100%的说法，专家提示，蓝光是屏幕显色的关键色彩，如果真的阻隔掉蓝光，手机就会严重偏色，视觉体验失真，追求“百分之百防蓝光”就是个伪命题。

随着人们视力保护需求增加，手机膜从物理防护升级为光学防护，市场上防蓝光膜多通过添加微粒涂层实现防护效果，而涂层工艺水平直接影响阻隔效果，记者调查发现不少产品工艺参差不齐，实际效果与宣传差距较大。

在湖南的一个手机膜生产园区，一家企业技术负责人表示，生产兼具舒适度与防蓝光效果的手机膜需综合多方面要求。湖南永州某工厂副总经理杨柯表示，涂层可实现防蓝光，但仅靠涂层会改变膜的亮度和色度，需同步适配基底材质、光学设计与膜层工艺以保证使用体验。

目前，防蓝光膜的研发通常由厂家与科研机构或卫生单位合作进行，但由于尚未建立严格的行业标准，市场上一些商家混淆产品属性，将普通手机膜冒充为“防蓝光膜”销售，从而误导消费者，甚至以次充好。

记者调查发现，具有一定防蓝光功能的手机膜在白色背景下通常呈现淡黄色，而在强光下则显现出淡蓝色。此外，用紫光灯照射，若膜面显蓝光，说明含防蓝光涂层或微粒，消费者可借此初步判断产品真伪。

长期接触短波高能蓝光会影响眼健康

那么，电子屏幕中的蓝光真的像商家宣传的那样具有巨大危害吗？医生表示，短波段、高强度的蓝光确实对眼睛有一定的伤害，尤其是在长期接触的情况下，可能会加重眼睛的疲劳感，甚至影响视网膜健康。

中南大学湘雅医院眼科中心副主任宋伟涛表示，400~500纳米波段的蓝光对眼睛有损害，长时间暴露在蓝光这种电子产品之下，最常见的是增加视疲劳，对青少年儿童还会加重近视。

专家指出，真正保护眼睛的关键在于科学用眼，避免长时间盯着电子屏幕。

北京同仁医院斜视与小兒眼科主任付晶表示，长时间盯电子屏幕对眼睛不健康，需控制好时间：不仅要控制一天的总时长，也要控制单次时长，比如看半小时休息5~10分钟；也可采用“20、20、20”法则：近距离视物20分钟，远眺6米（20英尺）外不少于20秒，对眼睛有益。

防蓝光手机膜的出现，为消费者提供了一个有益的眼部保护工具，其产业潜力也得到了认可。然而，市场上的虚假宣传和缺乏标准，使得消费者很难做出明智的选择。未来，期待行业能够弥补标准空白，企业和商家诚信经营，让消费者真正获得有效的防蓝光保护。

据央视新闻



检测蓝光对眼睛的伤害

一批国标正式实施 涉及网络安全技术、智能家电等



记者从国家标准委了解到，9月1日起，一批国家标准开始实施，将为规范新兴产业及未来产业的健康发展、促进节能减排增效、营造良好消费环境、保障人民群众生命财产安全提供标准支撑。

《网络安全技术 网络攻击和网络攻击事件判定准则》

国家标准规范了网络攻击和网络攻击事件的描述信息要素、判定和计数的方法，适用于指导组织开展网络攻击和网络攻击事件的监测分析、态势感知、信息报送等活动。标准的实施有助于分析研判及准确感知网络攻击行为，为维护网络安全提供技术支撑。

《智能家用电器的语音交互技术 第1部分：通用要求》

国家标准规定了智能家用电器的语音交互分类、框架结构、技术要求、标志指示和使用说明，适用于具有语音交互功能的智能家电的设计、开发、测试和评价。标准的实施将推动智能家电语音交互功能更加便利、安全、可靠。

《家具阻燃性能安全技术规范》

国家标准规定了家具阻燃性能的要求、检验规则和标识，明确了相应的试验方法，适用于软体家具及家具软包件的质量控制。标准的实施将有利于提高家具产品质量，规范市场秩序，促进家具行业的健康快速发展。

《家用和类似用途厨房电器能效限定值及能效等级》

国家标准规定了电饭锅、电磁灶、微波炉等家用和类似用途厨房电器的能效等级和热效率计算、技术要求和试验方法，适用于额定电压不超过交流250V的厨房电器。标准的实施将提升厨房电器产品能效水平，鼓励先进、淘汰落后，促进绿色消费。

《车辆驾驶人员体内毒品含量阈值与检验》

国家标准规定了车辆驾驶人员体内11种毒品及代谢物的含量阈值和相应的检验方法，包括吗啡、可卡因、甲基苯丙胺、苯丙胺、氯胺酮等，适用于机动车驾驶人员和非机动车驾驶人员体内11种毒品及代谢物的检验。标准的实施将为有效打击“毒驾”犯罪、维护公共安全提供坚实技术支撑。

《室外健身器材的安全 通用要求》

国家标准规定了室外健身器材的总体要求以及材料、结构设计、空间设计、功能部件、结构完整性、环保、场地和安装、安全警示和使用说明、管理与维护、适老化和适儿化等要求，明确了相应的试验方法，适用于室外健身器材的研发设计、制造、安装、维护、检验和认证等。标准的实施将推动室外健身器材全面升级，满足群众多样化健身需求。

据央视新闻

中小學生午休課桌椅“國標”出臺 要求兼顧學習與午休的舒適

近日，市場監管總局（國家標準委）批准發布《中小學生午休課桌椅通用技術要求》國家標準，將於2026年2月1日正式實施。該標準根據學生身體發育特點，從設計、生產、檢驗、使用全流程作出規定，讓午休課桌椅更舒適、安全、耐用。

1. 標準要求午休課桌椅形態尺寸兼顧學習與午休的舒適。

上課時，小學課桌高度在455mm（毫米）~730mm，中學課桌高度在565mm~790mm，椅子的座面寬至少達到360mm，以保證坐姿端正。

午休時，椅子能展開成躺姿，整體長度不少於1050mm，靠背能放倒到135°以上，頭枕寬、長分別至少達到180mm、

100mm，擱腿的地方寬、長不少於250mm、100mm，學生能舒展身體好好睡覺。

桌子下方的空間也有講究，小學的桌子淨空高和座面的高度差不小於110mm，中學的不小於150mm，既能讓腿活動自如，又避免午休時身體蜷縮導致不適。

2. 標準對午休課桌椅的材料、性能和結構作出嚴格規定。

在材料方面，要求桌面、椅面等塑料件抗沖擊、耐老化，表面漆膜經得起水、潮氣和摩擦，桌面沾了墨水、印泥之類的污漬，用普通橡皮就能擦乾淨。

在結構和耐用性方面，要求午休狀態

下椅子能承受多重重量測試，掛鈎掛5kg物品不損壞，擱腿部件用2萬次不會斷，調節、折疊等功能用1萬次還能正常用。

3. 標準明確午休課桌椅從出廠到使用全鏈條質量保證要求。

出廠前，每批產品都要抽樣，檢查外觀、尺寸、結構安全等項目，防止不合格產品流入校園。如果產品的結構、材料、工藝有大改動，或者停產後半年再生產，需要進行全面檢驗，確保核心性能達標。同時，產品上要標明名稱、規格、用料、廠家等信息，使用說明書要寫明安裝、保養和安全提醒等信息，方便學校和家長正確使用維護。

據央视新闻