

市市场监管局发布监督检查情况

定配眼镜,不合格检出率为16.7%

□ 记者 王戴然

日前,记者从市市场监管局获悉,近期针对消费者投诉、举报集中及质量问题较多的产品,市市场监管局集中力量对 60 批次定配眼镜进行了监督检查。经检测,有 10 批次不合格,不合格检出率为 16.7%。

记者了解到,本次涉及的检测项目包括:柱镜顶焦度偏差、柱镜轴位方向偏差、处方棱镜度偏差、镜片材料和表面质量、光透射比、镜架外观质量、光学中心水平偏差、光学中心单侧水平偏差、光学中心垂直互差、装配质量等 13 类。本次抽查不合格项目是球镜顶焦度偏差、标志等两项。

抽查不合格的二批次定配眼镜



市场监管局供图

9批次标志不合格

本次抽查中有 9 批次标志不合格。如欧逊柯光学科技(上海)有限公司销售的标称由其生产(或供货)的定配眼镜,未标注现行执行标准

(标准要求应在验光单或吊牌上标注现行执行标准 GB 13511.1-2011),与国家强制性标准要求不符。该项目不合格容易误导消费者正确选购。

1批球镜顶焦度偏差不合格

上海瀚瞳眼镜有限公司在爱琴海购物中心销售的标称由其生产(或供货)的定配眼镜,左片球镜顶焦度偏差(主子午面一、主子午面二)实测均为 +0.51 D(标准允差应 ± 0.12 D),与标准要求不符。据悉,该项目不合格导致消费者近视不能有效矫正,左眼视物清晰度不及右眼,产生人为因素的屈光参差,

影响双眼视觉功能,容易造成视疲劳和空间判断异常。

市场监管部门已责令相关经营者立即停止销售不合格产品,对库存产品、在售产品进行全面清理,按照相关法律法规要求主动采取措施,保护消费者合法权益,并对生产、销售不合格产品的经营者移送所在地市场监管部门依法调查处理。

【消费提示】

市场监管部门提醒消费者在选购和佩戴定配眼镜时,应注意以下几点:

一、定配眼镜需要兼顾验光准确性、佩戴安全性和舒适性以及产品功能性。因此,专业验光、产品选择以及按时复查缺一不可。消费者尽可能选择有售后服务的中大型眼镜商店定配眼镜。另外,建议消费者到医院、专业眼科医院等进行验光,排除假性近视和其他眼部疾病。

二、建议选择材质轻便耐用的镜架,如 TR90、硅胶或者 β 钛金属材料,避免金属过敏或者镜架过重增加面部负担。镜架表面应光滑,没有麻点、颗粒和明显擦伤;镜架尺寸需要与佩戴者面部匹配;镜腿长度应贴合耳根,避免滑落和压迫。儿童或学生应选购可调节鼻托、软

质镜腿,避免下滑或运动时压迫脸部,造成损伤。

三、应选择适合的镜片。建议优先选择轻便、抗冲击的树脂镜片。若频繁使用电子设备可选择防蓝光镜片。应仔细查看和妥善保管配镜时镜片验光单和包装等。对于有防蓝光等明示功能的镜片,应根据自身需要选购。

四、配镜后应调整镜腿和鼻托,确保与使用者眼面部贴合且无压迫感。首次验光佩戴新眼镜时,可能出现轻微的头晕或不适感,需要让眼睛和大脑适应。适应期一般为 1-2 周,如果不舒适持续,应及时检查。对于高度近视者,建议经常戴镜维持双眼协调,避免视疲劳和立体视觉受损。同时,应定期检查镜片是否有磨损和划痕、镜架是否变形,并定期清洁眼镜,保持镜片的清洁和透明度。

消费提示

“0糖0脂0卡”并非“完全不含”,只是含量低

□ 记者 章炜

喝“0糖”饮料、吃“0脂”零食,真能轻松瘦下来?随着健康意识提升,减肥成为众多消费者的生活课题,超市货架上琳琅满目的“0糖0脂0卡”食品饮料,更被不少人视为减肥“神器”。但这类产品是否如宣传般可靠?背后又暗藏哪些认知误区?近日,上海市消保委健康消费专业办发布消费提示,拆解“0糖0脂”相关误区,为消费者提供科学减肥指引。

健康消费办指出,普通消费者一提减肥就谈糖色变,甚至追求完全戒糖,这是常见的认知偏差。糖(即碳水化合物)是人体必需的三大营养素之一,承担着多重生理功能。

为何“减糖”成为健康共识?核心问题在于现代饮食中“添加糖”摄入超标。饮料、糕点、加工零食等食品中添加的糖分,易让消费者在无意识中摄入过多热量,长期累积便可能引发肥胖。

除了糖,脂肪也常被贴上减肥“拦路虎”的标签。但消保委健康消费专业办指出,脂肪同样是人体不可或缺的营养素:作为能量的重要储存形式,能在身体需要时释放能量;增强进食后的饱腹感。更重要的是,亚油酸、亚麻酸等脂肪酸属于“必需脂肪酸”,人体无法自行合成,必须通过食物摄取。

针对市面上大量标榜“0糖0脂0卡”的食品,健康消费办特别提醒,这类产品并非减肥“万能药”,其标注标准也存在明确限制。

根据《预包装食品营养标签通则》(GB28050-2011)规定,每 100 克或 100 毫升食品中,含糖量不超过 0.5 克、脂肪含量不超过 0.5 克、能量不超过 4 千卡,即可标注为“0糖0脂0卡”。这意味着“0糖0脂0卡”并非完全不含糖、脂肪和热量,只是含量较低。

部分“0糖”饮料为保证口感,会添加阿斯巴甜、三氯蔗糖等人工甜味剂,这类甜味剂虽不直接提供热量,但有研究表明,其可能刺激食欲,导致消费者后续摄入更多食物,间接增加热量摄入。

如何才能实现科学减肥?健康消费办结合专家建议,总结了三大要点:一是精准控制总热量摄入。需根据自身身高、体重、年龄及日常活动量,计算每日所需热量,再

按“早餐 30%、午餐 40%、晚餐 30%”的比例,合理分配到三餐中,避免热量摄入超标。二是确保营养均衡。每日饮食需涵盖蛋白质(瘦肉、鱼类、豆类)、碳水化合物(全谷物、薯类)、脂肪(优质植物油、坚果)、维生素(新鲜蔬果)和矿物质,避免因单一饮食导致营养失衡。三是优选低升糖指数(GI)食物。燕麦、糙米、藜麦、菠菜等低 GI 食物,在体内消化吸收速度较慢,能帮助稳定血糖水平,减少血糖大幅波动引发的饥饿感,进而降低脂肪堆积风险。

最后,健康消费办提醒,减肥不是一蹴而就的事情,也不是靠吃“0糖0脂0卡”食品就能轻松实现的,它需要我们在饮食、运动和生活习惯上做出全面的调整。