疫情下，当心网购赔付新诈骗

□ 科普时报实习记者 张英贤

火眼金睛

受新冠疫情影响，海量快递包裹“慢”下来，可各路网络骗子却“快”了起来，乘机跳出来兴风作浪。

近日，记者的同事因网购一本书籍，竟然被3拨骗子“咬”住了，4个境外电话打来，自称是“快递客服”，告知图书在运输途中丢失，需要通过通信软件赔付……幸好同事高度警觉，加上96110反诈专用电话及时提醒，这场由快递、电商引发的个人信息泄露导致的网络诈骗才没有得逞。

以快递丢失赔付为诱饵

居家防疫期间，很多爱读书的人会选择网购图书。12月22日，记者的同事在某网站下单了一本书，没想到在12月25日下午接到“快递客服”电话，对方准确地说出了书名和收件地址，告知图书在运输途中丢失，主动提出赔偿接近图书款6倍的损失，并要求他通过通信软件进行赔偿处理。

同事当即警觉：且不说通过通信软件打开对方发来的链接存在着很大的安全风险，就连这主动的赔款也有些荒唐可笑，哪有什么“天上掉馅饼”的事儿。出于记者的职业敏感，同事想弄清骗子的伎俩，便告知对方半个小时后再回复。随后，同事上网搜索，发现网上已有人曝光了类似的骗局。两个半小时后，骗子等不及了，又拨通了同事的电话，要求继续处理图书丢失的赔偿问题，同事也是耐心周旋，就是不接招儿。

紧接着，又是两个电话打来，分别成了其他快递公司的“客服”，又是同样的话术、同样的套路……一本书竟然同时被3家快递公司“弄丢”！

不得不说，由于疫情因素，快递企业物流链条受阻，时效性受到影响，偶有包裹在运输途中丢失，或在“最后100米”出现超时投递的情况。这就难免让披着快递丢失赔付外衣的网络骗子钻了空子。

记者了解到，骗子往往以办理理赔手续为由，要求受害人提供银行卡号、密码、验证码等信息，随后进行盗刷，或利用大多数人对支付软件、网银、网贷不熟悉，指挥受害人通过网银转账、在网络借贷平台贷款，将借贷资金转出，导致受骗受损。网警提醒广大消费者，如果接到电商客服、快递员的理赔电话时不要轻信，应该第一时间与官方客服取得联系。

快件丢失由谁联系消费者

从电商平台购买的物品，在运输途中丢失，快递企业会怎么处理呢？记者从多家快递企业客服热线得知，快递企业会将丢失的快件进行登记，及时反馈到电商平台，商家收到信息后，会通过平台联系消费者沟通后续事宜。也就是说，快递企业根本不会直接联系消费者。

快件丢失由商家负责有法可依。《中华人民共和国电子商务法》第二十条对电商快递件丢失作出相关规定。中国政法大学传播法研究中心副主任朱巍曾说，在发货过程中出现的所有商业风险、运输风险，均由平台经营者来承担；如果是消费者选择的快递公司，出问题后就需自己找快递公司解决。

需要注意的是，在末端配送环节，在没有经过消费者同意交由他人代收，或者是有偿代收的快件发生丢失后，可联系快递企业官方客服或者通过国家邮政局申诉网站进行维权。

快件丢失后，一般按照《电子运单契约条款》进行赔偿。合同没有约定或者约定不明确的，按照《民法典》关于运输合同的规定，赔偿寄件人货物的实际价值损失。

必须加强个人信息保护

12月26日上午，3拨骗子声称丢失的那本书已送达记者同事手中，这场以丢失赔付为诱饵的诈骗事件告一段落。虽然，骗子手法拙劣，但更让同事担忧的是，个人信息是如何泄露的呢？

警方披露，一些不法分子通过U盘将疑似“打印机监视木马”的可疑软件拷贝至商家办公设备上，导致快递面单信息被盗；快递面单个人信息的“裸奔”也给了不法分子可乘之机，一些人在物流场所偷拍快递面单信息后进行倒卖……

对此，快递隐私面单就是最好的保护。隐私面单通过将地址、姓名全隐藏，收件人的手机号中间4位数均以星号代替等方式，能够有效避免个人信息外泄。目前快递行业隐私面单日均使用量超1.5亿单，主要寄递企业自有渠道收件已基本实现全覆盖。

近期，国家邮政局印发了《关于切实加强邮件快件隐私面单推广应用工作的通知》，明确了邮件快件隐私面单应用具体标准和要求，将督促快递企业按照标准规范要求使用隐私面单等用户信息去标识化技术。隐私面单的应用，将从源头上阻断不法分子利用寄递用户个人信息实施犯罪。

同时，广大消费者也要有自我保护意识，收到快件后，要通过撕毁快递面单或对个人信息部分进行涂抹等方式，及时处理面单上的个人信息，以免造成信息泄露，给个人财产安全带来隐患。

消费前沿

超八成消费者难以准确识别无糖产品

□ 科普时报记者 马爱平

随着健康中国行动的推进，无糖食品和饮料成为越来越多消费者的选择。但面对琳琅满目的货架，消费者能否准确识别无糖产品？日前，科信食品与健康信息交流中心开展的“中国消费者甜味剂认知调查”显示，超八成消费者在选购无糖食品和饮料时存在被误导的可能。

无糖饮料市场渗透率最高

在健康消费潮流下，市面上以甜味剂替代糖的无糖食品和饮料越来越丰富，然而在各品类中，无糖饮料渗透率又是最高。调查显示，近85%的消费者尝试过无糖碳酸饮料，其次是无糖咖啡/茶饮（66%）和无糖口香糖（59%），而无糖冰淇淋和无糖巧克力等品类，尚有待进一步开发。

多数消费者认为无糖更健康

糖摄入过多会增加龋齿、超重和肥胖发生风险，随着健康中国行动的实施，越来越多的消费者了解到，过量摄入添加糖对身体的负面影响较大，无糖食品和饮料自然成为消费者心目中更加健康的选择。调查显示，超过六成消费者选择无糖产品的首要因素是“更健康”。另有近18%的消费者因“好奇”选择无糖产品。

查看标签存在被误导的可能

很多消费者在选购食品和饮料时会查看标签，调查发现，近八成消费者通过“不含蔗糖”“0蔗糖”等标识判断产品是否无糖，存在被误导的可能。中国疾控中心营养与健康所所长丁钢强指出：“0蔗糖”只是不含蔗糖，不一定是无糖，消费者还需要看一看配料表中是否有果葡糖浆、结晶果糖、蜂蜜、浓缩果汁、果酱等含糖配料。

调查发现，消费者普遍对糖和甜味剂的认知较为模糊，存在混淆。比如大约70%的消费者认为糖精是糖，大约60%的消费者认为三氯蔗糖、甜菊糖是糖，接近30%的消费者认为结晶果糖不是糖，且无论消费者是否有阅读食品标签的习惯，均是如此认知。

科信食品与健康信息交流中心主任钟凯建议，应当加强公众科普，指导消费者正确认读食品标签和营养标签，合理选购食品。此外，高血糖人群和糖尿病患者还应注意食品配料中可引起血糖升高的面粉（小麦粉）、淀粉等成分，或参考医生建议选择食品。

本版投稿邮箱 769131563@qq.com

柯尔克孜族：冬食羊肉多滋补

□ 单守庆

“无肉不欢”“食惟羊肉”！柯尔克孜族招待客人，常常首选柯尔克孜烤全羊。尤其冬天，餐桌上更是少不了这道名菜。烤炉上的嫩羊肉渐渐烤出油花，撒上孜然、辣椒面等佐料，金黄油亮、外酥里嫩、满口醇香。

柯尔克孜羊活动量大，吃优质饲料，增重快，长出一身好肉。作为新疆绵羊中的老品种，柯尔克孜羊产自全国唯一的柯尔克孜族自治州——新疆克孜勒苏柯尔克孜自治州。该自治州位于天山南部、帕米尔高原西北部，有独特的天然草场，非常适合柯尔克孜羊在高寒地区的高原沟壑生长。其下辖的阿合奇县，“九山半水半分田”，正在兴建新疆规模最大的柯尔克孜羊繁育基地，已实现柯尔克孜羊繁育由一年一胎到两年三胎。柯尔克孜羊与柯尔克孜族主营牧业的历史有直接关系。世世代代和羊打交道的柯尔克孜族，主要聚居在新疆维吾尔自治区。据《中国统计年鉴2021》统计，我国柯尔克孜族人口为204402人，食材以羊肉为主。

从羊头到羊尾都是柯尔克孜族的美食好原料。烤羊肉、手抓羊肉、葱爆羊肉、羊肉火锅等羊肉名菜名副其实。羊内脏制作的美味佳肴也名不虚传。比如，羊肠制作的“灌肠”：西红柿切成丁状，与大米混合，加入盐、羊油，搅拌后灌入羊肠，用线封口，放入羊汤里煮熟捞出，切片吃。羊肺制作的“灌肺”：青稞粉小火炒香入碗，加入淀粉、鸡蛋、盐、胡椒粉、芝麻酱、姜汁、味精、清汤，搅拌后灌入羊肺，用线封口，上笼蒸熟或用水煮熟，切片吃。

柯尔克孜族把羊肉看成“肉中人参”“大众补品”，给予高度评价和各种赞美。他们把羊肉当成一味家庭良药，充分发挥其补中益气、温中暖肾、补精血、疗虚损的食疗养生作用。这在食品科普图书《五畜助强壮》里也有“羊肉食疗方”为证：羊肉、山药、红糖、黄酒，加水共煮，喝汤吃肉，对心血不足、心悸不安有食疗作用；羊肉、生姜、小麦仁，加水煮粥喝，对肺结核、气管炎有食疗作用；吃羊肝炒韭菜，对夜盲症、角膜软化症有食疗作用。

在柯尔克孜族地区，羊肉是一种特色美食，也是一种文化符号。春天有一种温补叫羊肉汤，夏天有一种“嗨爽”叫羊肉串，秋天有一种秋膘叫炖羊肉，冬天有一种温暖叫涮羊肉。从婴儿到老年，总有不同形式的“羊文化”相伴：柯尔克孜族婴儿出生当天举行的“诞生礼”，以及此后举行的“摇篮礼”“满月礼”，都由产妇家人宰羊炖肉招待来宾，表达喜悦心情。平时招待客人，宾主都主张把羊耳朵给年幼的小孩吃，希望吃了之后更听话。人到老年，怕冷畏寒，吃羊肉后有浑身发热的感觉。中医认为这是温阳助火的作用，促进血液循环。柯尔克孜族餐桌上常见这款冬季药膳：羊肉500—1000克，制附子20克，加入调料，煮沸后小火炖烂，食后驱寒保暖。

从节气养生角度来看，柯尔克孜族把“冬季进补，春天打虎”作为“要想长寿，常吃羊肉”的重点，坚持冬食羊肉抗寒滋补护健康，各种羊肉美食便成了这个民族冬季餐桌上的主角。

（作者系中国药膳研究会副会长、中国科普作家协会食品科普创作专业委员会主任委员）

登封窑：中原民窑的佼佼者

□ 杨兴化

瓷承华夏

以烧制白瓷为主、兼黑瓷及三彩釉陶器，尤其烧制白釉珍珠地刻划花和白釉剔花最具特色的登封窑，可谓中原民窑的佼佼者。不仅风靡唐宋时期，而且1500多年来始终在民间传播和发展，为中国陶瓷研究提供了宝贵的实物资料。今天，笔者就带您探寻登封窑兴盛的奥秘。

被选为贡瓷的民窑

登封窑位于河南省登封市曲河县，又名曲河窑。据历史记载，北宋元丰年间，河南府在辖区挑选民窑精品作为贡瓷，登封窑以其规模宏大，瓷器品种众多，工艺独到精湛，在当时中原两三百家民窑中独占鳌头，当之无愧被选中。

当时登封窑正处于鼎盛时期，烧制的瓷器精美绝伦。相比官窑瓷清新淡雅的釉色，登封窑瓷则以装饰为特色，如滚珠般的珍珠地装饰、独具创意的白釉刻、剔花装饰更是佼佼者。既有青釉、黄釉、黑釉、白釉、钧瓷等普通瓷器，也有白釉绿彩、三彩等复合釉装饰器物。令人惊叹的是，其创造性地烧造了白釉褐彩珍珠地、白釉刻花、白釉剔花等独特的装饰器物。为达到理想的审美效果，窑工博采众长，对瓷胎表面施加化妆土，如同给胎上打粉底，使得釉层匀净的釉色得以显现，提升瓷器美感。又在化妆土工艺的影响下，采用刻、剔等工艺技巧，按照事先设计的图案，在白色化妆土上进行刻划或将大片化妆土剔去，露出黑色胎层形成美妙的花纹和图案，在白色的映衬下，大大提升了装饰图案的表现力。

其技法高超，题材丰富，堪称当时陶瓷装饰集大成者。作为民窑，登封窑瓷远比官窑瓷更为流行与普及。这或许是官窑瓷受众面仅仅针对官府和皇家的原因，而广大民间市场，才是陶瓷的主要销售目标。

登封窑兴盛的根源

唐宋时期，中原地区民窑众多，为何登封窑能够如此兴盛和璀璨呢？这就要从登封的地理位置和陶瓷手工业发展历史说起了。

陶瓷生产离不开茂密的植被、优质的土壤及不息的水源。登封地处嵩山南麓，群山环绕，河流纵横，土地肥沃，地层历经太古代、元古代、古生代、中生代及新生代，地层发育完全，数亿年的地质变化为其带来了优质的次生粘土，而周围丰沛的水系、茂密的丛林，成为远古先民们聚居与生活的理想家园，更为陶器的诞生及发展提供了得天独厚的条件，

早在登封地区（距今七八千年的）部落遗址就出土了大量陶器，如用作炊具的砂质陶罐、用于吃饭的圆底陶钵、打水用的陶壶等。薪火相传，直到陶瓷手工业的稳定发展，登封窑在隋唐时期便形成了颇具规模的窑厂。唐代开放包容的政治环境、富饶的生活为登封窑的迅速发展创造了物质条件，登封窑广泛吸取周边窑址工艺技术及装饰技法，逐渐形成了自己独特的瓷器特色。终于在宋代，登封窑因其深厚的艺术文化底蕴，达到鼎盛时期，瓷器造型精美，种类丰富，日用器包括生活、文房、瓷枕等，装饰器有梅瓶、长颈花口瓶等。窑址逐渐扩大，形成大规模窑址群，造就了独领风骚的登封窑陶瓷。

登封窑所产瓷器无论质量还是数量均大幅增加。这些瓷器无论是官府还是民间自然无法完全消化得掉，外销是必要的渠道，因而登封窑址附近往往形成瓷器销售中心和集散地，伴随而来的是周边城市经济的繁荣。

市井之气彰显大美

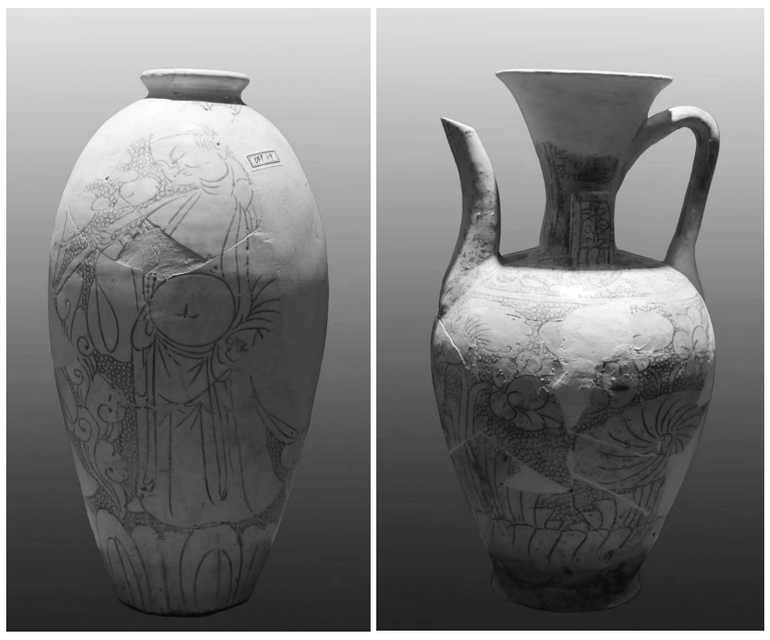
作为宋代著名民窑系磁州窑中最著名的窑口，登封窑瓷的艺术特征，反映了宋代主流审美理念和人文思想，承载了深厚的社会文化内涵和人文精神。

登封窑瓷装饰图案题材丰富，譬如几何纹、连珠纹、云气纹、人物纹、植物纹、动物纹、宗教纹饰等，还有文字、题诗、山水等题材。瓷器装饰线条流畅飘逸，装饰主题栩栩如生。在所有装饰中，珍珠地刻划花为登封窑瓷器装饰的艺术亮点，珍珠地刻划花装饰技法继承自唐代金银器“鱼子纹”装饰，并迅速发展。珍珠地刻划花装饰种类丰富，纹饰图案既有贴近自然地写实植物花卉纹，也有生动形象的动物纹，虽然没有唐代金银器装饰的富贵奢华之风，却有着宋代平和清新的市井之气。登封窑的繁荣有力地促进了中原民窑、官窑的发展。

然而，宋代之后我国陶瓷烧制中心逐渐转向江西景德镇，登封窑日趋没落，明清以后基本停滞，但它对后世其他窑口的繁荣发展奠定了技术与艺术基础。

20世纪八九十年代以来，国内学者致力于对登封窑古窑址的考古发掘和研究，取得大量研究成果。21世纪初，100多个登封窑传统瓷器品种被成功复仿制。登封窑这颗宋代民窑的璀璨明珠终于闪耀在非遗文化传承路上。

（作者系平顶山学院陶瓷学院基础教研室专业教师、工学博士）



左图为登封窑博物馆藏宋白釉珍珠地人物橄榄瓶，右图为登封窑博物馆藏宋白釉珍珠地执壶。 孙晓岗 摄

防止面包老化的乳化剂，会危害健康吗

□ 阮光锋

科学看待食品添加剂

面包好吃、方便，已成为很多人的早餐选择。面包即便放到第二天，口感也依然松软，秘密就在于使用了乳化剂。有人担心，乳化剂超量使用会影响健康，还可能导致血脂升高，肝脏功能弱；心血管病患者要慎吃。这是真的吗？乳化剂究竟是什么？它是否对人体产生危害？

乳化剂到底有什么用

当你将水和油倒入杯子后会发现，很快出现两层：下层是水，上层是油，之间好像还有层隔膜，即使用力搅拌、震荡，但过后还是会分层。为什么呢？因为这两种物质根本难以融合而混匀。这个问题在食品加工中非常普遍。

食品是由水、蛋白质、脂肪、糖等多种成分而组成的混合物质，其中很多物质无法相互“包容”。比如做冰淇淋时的油和水，如果无法融合，就做不出口感和外观都很好的冰淇淋。为了制造出拥有较好品相、卖相和较长货架期的食品，食品科学家面临的一大难题就是如何使种类纷繁的配料适应加工的条件，让不同的食物成分能够很好地融合在一起，从而形成良好的结合。最终找到了一种在加入到食品中后能够使各配料成分混溶协调的添加剂，它就是乳化剂。

乳化剂被定义为“一种使食品乳化混合的物质”，它的分子中既有跟水分子亲近的基团（亲水基），也有能够和脂肪分子亲近的基团（亲油基）。在油脂和水分的混合物中，乳化剂能够通过内部亲油基结合油脂，通过外部亲水基结合水分。乳化剂就像食物成分之间的协调员，让各个成分更好地融合，保持团结。

是面包理想的保鲜剂

乳化剂在烘焙食品中应用广泛。它能与面筋蛋白互相作用而形成复合物。它的亲水基与麦胶蛋白结合，亲油基与麦谷蛋白结合，使面筋蛋白分子互相连接起来，由小分子变成大分子，形成结构牢固细密的面筋网络。

通过形成这种面筋结构，在面团搅拌阶段，乳化剂能增强面团对机械加工的耐力，提高面团弹性、韧性、强度和搅拌力，减少面团损伤程度，使各种原、辅料分散混合均匀，形成均质的面团，提高面团的吸水率；在面团发酵阶段，乳化剂能提高面团的发酵能力，增强面团的持气性；在醒发阶段，面团表面会形成一层薄膜，十分容易坍塌，乳化剂可以提高面团的醒发耐力，防止变形。如果没有乳化剂，面包就无法具备蓬松酥软的口感，就如同我们吃的馒头。

同时，乳化剂还能防止面包老化。面包放几天后就变硬，其实是因为淀粉老化了。乳化剂却是理想的面包保鲜剂和抗老化剂，在面包生产中，乳化剂可以使面包口感得到改良，并帮助面包延长货架期。

乳化剂对健康有危害吗

目前，国际上通用的乳化剂有70种左右，分为四大类：脂肪酸酯类、改性淀粉类、盐类及其他种类（包括黄原胶、瓜尔胶等）。

世界卫生组织和联合国粮农组织的食品添加剂联合专家委员会对各国食品乳化剂进行安全性评价，结果显示，这些乳化剂大多都很安全，绝大部分甚至都没有对每日容许摄入量进行限制。可以认为，允许使用的食品乳化剂都比较安全，合理使用并不会对健康产生危害。所谓的乳化剂食用过量会进入血液升高血脂的说法，也并不靠谱。

不过，面包、蛋糕等烘焙食品往往油脂含量比较高，而且非全麦面包所含的膳食纤维也很少，如果主食都吃这些，对健康也无益。要知道，我国最新膳食指南推荐，每天要吃50—150克粗粮和杂豆。所以，平时吃面包还是要看看成分表，尽量挑选全麦面包。

总之，面包中使用乳化剂并不是什么稀奇的事情，而是非常普遍的应用，对于提高面包的口感，防止面包老化都有十分重要的作用，消费者无需恐慌。当然，如果你对面包的口感无特殊要求，即使跟馒头一样也无所谓，那就下厨亲手做不加乳化剂的面包吧。

（作者系科信食品与健康信息交流中心科技传播部主任、副研究馆员、中国互联网联合辟谣平台专家委员会成员）