

“浴帽式”保鲜膜能安心使用吗

□ 科普时报记者 吴琼

居家生活中，保鲜膜是常用的物品，如今“浴帽式”保鲜膜能够直接套在盘子上，其便捷性受到不少人青睐。然而，网传这种保鲜膜实则是一次性浴帽、鞋套，增塑剂超标，根本不能用来罩菜。

安全性取决于材质

对此，中国质量检验检测科学研究院工业与消费品安全研究所副研究员孟宪双表示，食品保鲜膜的核心安全性取决于其材质是否符合国家食品接触材料标准。

合规的“浴帽式”保鲜膜通常采用食品级低密度聚乙烯(LDPE)或线性低密度聚乙烯(LLDPE)材料。这些聚合物具有化学惰性，意味着它们在正常使用情况下不易与食物发生化学反应。

同时，它们还具备低迁移特性，能有效减少材料中的物质向食物迁移。而且，这些材料在生产过程中，对塑化剂(如邻苯二甲酸酯类)、重金属及挥发性有机物的含量都有严格限制。

如何选购“浴帽式”保鲜膜

孟宪双提示，在选购“浴帽式”保鲜膜时，首先要仔细查验包装。若包装明确标注“食品接触用”“食品级”或



执行标准号，那么该产品大概率是安全可靠的。反之，缺乏此类标识的产品，很可能使用的是工业级塑料或回收料，这就存在化学物质迁移的风险。“特别是当这类保鲜膜接触油脂性或酸性食物时，风险会进一步加剧。”

从使用角度看，与传统保鲜膜相比，“浴帽式”保鲜膜依赖物理张力固定，无法实现气密密封。“这就可能导致冰箱内水分流失，还容易出现串味现象。”孟宪双表示，它并不适合长期保存高风味强度的食物，比如味道浓郁的榴莲、臭豆腐等。

此外，食品级PE材质耐受温度

一般低于110℃，因此需严格避免接触热食或进行微波加热。一旦温度过高，可能会导致聚合物分子链断裂，进而释放出微量低聚物或添加剂，对健康造成潜在威胁。

孟宪双建议，“浴帽式”保鲜膜仅推荐用于短期冷藏保存，例如覆盖果盘、剩菜等。并且要注意，食物温度应降至室温以下再使用。



为什么夏天一过，头发掉得特别多

□ 科普时报记者 史诗

近日，美国约翰·霍普金斯大学的一项研究发现，脱发在夏秋季会达到顶峰，尤其是北半球的人对此感受更为明显。而且，世界秃顶率前五的国家，竟然全在北半球。这不禁让人好奇，脱发真的和季节、地域有关联吗？

夏秋季节更易掉发？

炎炎夏日，高温使得头皮极易出油。“过多的油脂分泌后，如果不能及时清洁，就会堵塞毛囊。”航空总医院皮肤科住院医师丁媛解释，毛囊就如同植物的根部，一旦被堵塞，无法正常呼吸和吸收营养，就会加重掉发情况。与此同时，夏季的紫外线异常强烈，长时间暴露在阳光下，头发的毛鳞片会受到损伤。毛鳞片原本是保护头发内部结构的重要组成部分，一旦受损，头发就会变得脆弱易断，自然掉落得更加厉害。



生活在北半球的人更易秃顶

气候差异是导致生活在北半球的人更容易出现秃顶现象的关键因素。丁媛介绍，在北半球，很多地区呈现出冬冷夏热的气候特点。冬季时，天气干燥寒冷，这种环境会使人的头皮血液循环变慢。毛囊的健康生长依赖于充足的营养供应，而血液循环是运输营养的重要途径。当血液循环变慢，毛囊得到的营养就会跟不上，影响头发的正常生长。到了夏季，又面临高温出油的问题，

头皮在一冷一热的交替刺激下，毛囊更容易变得脆弱，从而增加了脱发甚至秃顶的风险。

“如果只是每到夏秋之交时掉发量轻微增多，这很可能属于正常的生理现象。”不过，丁媛提醒，如果出现以下情况需要引起注意。脱发持续超过3个月，并且没有好转的迹象；发际线明显后移，或者头顶的发缝变得越来越宽；头发整体变得细软，失去了原本的韧性；同时还伴有头皮瘙痒等症状。“可能是病理性脱发，此时建议及时寻求专业皮肤科医生的帮助。”

如何缓解季节性脱发

夏秋季节可以选择温和的控油洗发水，每周洗头2-3次，避免过度清洁导致头皮屏障受损。同时，可通过头皮按摩促进血液循环，每天用指腹轻柔按摩头皮5分钟，能帮助毛囊获得更多营养。

饮食上，多摄入富含蛋白质(如瘦肉、鱼类、豆类)、维生素B族(全谷物、坚果)和铁元素(动物肝脏、菠菜)的食物，为头发生长提供充足原料。此外，减少熬夜、缓解精神压力也很关键——长期焦虑会导致内分泌紊乱，进一步加重脱发。



扫描二维码，
了解为啥北半球
的人更易秃顶。

奶茶里的西米到底是什么“米”

□ 科普时报记者 王文洁

很多人爱喝奶茶，尤其喜欢嚼里面Q弹的西米。这种让人一嚼就停不下来的西米，到底是什么“米”？

国家高级公共营养师、首都保健营养美食学会理事李东烨表示，西米并不是米，而是一种从植物里提取出来的纯淀粉制品。

传统的西米，来自东南亚一种叫“西谷椰子”的树干。人们把树干劈开，取出里面的木髓，经过冲洗、沉淀，得到湿的淀粉，再加工、摇成小粒，最后烘干，就成了我们见到的白色西米。

而现在我们常吃的西米，大多是用木薯淀粉做的。它更加透明，口感也更Q弹、有嚼劲。李东烨认为，“从某种意义上说，西米现在已经变成这类淀粉小圆球的统称。”

由于西米主要成分是淀粉，也就是碳水化合物，几乎不含其他营养素。所以，嚼西米主要是在吃“精制碳水”，会增加热量。“如果吃了西米，记得适当减少米饭、面条等主食，这样更健康。”李东烨说。



扫描二维码，了解吃西米要注意什么。

废旧新能源汽车电池怎样回收利用

□ 科普时报记者 陈杰

随着新能源汽车普及提速，不少首代车主陆续进入换车周期，大量废旧的新能源汽车电池该如何回收利用？

天津大学研究员、中国材料研究学会常务副秘书长陈亚楠表示，废旧新能源汽车电池并非废物，科学规范的回收利用，不仅能变废为宝，还能规避污染风险。

陈亚楠介绍，回收上来的废旧电池会先做“体检”，容量高于80%的优先梯次利用，能直接在储能系统、电动工具、路灯等场景发光发热，实现二次价值。

容量50%-80%的废旧电池，拆解重组后也能应用于家庭储能、通信基站等场景。

“如果电池容量衰减到40%以下，就轮到再生利用登场了。”陈亚楠说，专业回收企业会通过拆解、打粉、湿法冶炼等工艺，提取锂、镍、钴等有价金属，可直接用于制造新电池。

据报道，当前，国家正在加紧修订《新能源汽车动力蓄电池回收利用管理暂行办法》，通过源头管控确保退役电池进入正规途径，并明确各行政单位、执法机构在推动行业规范发展中的分工，破解“九龙治水而水不治”的难题，推动行业形成良币驱逐劣币的发展格局。

不过，新能源汽车电池回收仍存在挑战。“不同厂家电池构造差异大，拆解难度高；稳定回收渠道和应用场景还需拓展。”陈亚楠表示，不过，随着技术攻关和监管加强，这些“退役”的新能源汽车电池终将形成“回收—利用—再生”的闭环。



扫描二维码，了解新能源汽车电池是如何回收利用的。