

夏季防晒 打开新潮模式

夏日来临，你的防晒“神器”到位了吗？近年来，我国防晒市场持续扩大。某电商平台数据显示，2023年中国防晒市场规模达到183亿，同比增长15.9%，防晒衣、防晒口罩、防晒冰袖等产品的销量近期环比增长都超过50%，防晒服饰类新品成交额更是同比增长180%。预计到2025年，中国防晒市场规模将达219亿元。

随着防晒越来越受重视，那种“养蜂人”般的防晒方式已经不能满足消费者的需求。如今，防晒市场上花样百出，商家们也将防晒产品视为发挥创意的沃土，防晒已不再是单纯的防护，更融入了时尚潮流，打开“潮人模式”。

□融媒体记者 李菁

1 清凉创意 “养蜂人”式防晒渐行渐远

电商平台数据显示，有45%的消费者希望防晒产品在外观设计上能更富美感、更具创意。品牌们在追求实用功能的同时，也开始注重产品的情感表达。

防晒冰袖的款式已不再局限于传统的贴身型，色彩也摆脱了单一的白色、灰色等素色，版型变得多样，花色也更加丰富。腰果花、玫瑰花、横条纹、玲娜贝儿、美乐蒂、芭蕾风……当下流行元素在冰袖上尽情交织。它们不再仅仅是防晒的利器，还考虑到了与夏季服装的搭配。

防晒口罩也告别了单一的“口罩式”设计。它们的花色已经升级，与搭配衣物的丝巾一样丰富，复古印花、经典动物、几何图形、抽象艺术图案等应有尽有，将时尚气息完美呈现。功能也不仅局限于面部防晒，还能用作围脖搭配服饰，也可以绑在包包上作为装饰。

遮阳伞则变得文艺又富有创意。名画等艺术作品在伞面上被复刻，显得文艺而不单调。搭配遮阳伞的同款花色伞包，有手提款、斜背款等样式，除了装伞外，还有空间放钥匙、手机等，既方便又美观。创意伞帽也成了遮阳伞的搭配“新宠”，爱心、月亮、星星、卡皮巴拉、玉桂狗、熊猫……各种造型可爱、浪漫的伞帽为遮阳伞增添了无限创意。还有一款“打伞神器”，可以将遮阳伞固定在书包肩膀上，撑伞时“解放双手”，更加方便。

防晒衣也有了“小巧思”，花朵、卡通图案等元素“上身”，帽子上设计了动物耳朵等，让防晒衣看起来不再单调。不少市民熟知的运动品牌和服装品牌进入防晒衣市场，带来更时尚的剪裁，防晒衣不再只有上衣，时尚美观的防晒套装受到追捧，成为夏日出行的“潮人”新装备。



防晒冰袖摆脱单一素色



各种流行元素在防晒冰袖上交织



遮阳伞搭配专属小包



冰凉贴



液体小冰袋



同款花色伞包还可以装随身物品



手持小空调



桌面小空调



防晒面罩还能当成装饰围脖使用

2 防暑降温 夏季清凉“随手带”

夏季防晒重要，防暑降温同样备受市民关注。这两年，市场上出现不少创意十足的防暑降温“法宝”，成为夏日清凉的“得力助手”。

大太阳下行走户外或者下班后办公室没开空调，这时，一台桌面小空调或者可以挂脖的小空调就成了降温“神器”。这类的小空调体积小、重量轻，便于携带，通常采用USB供电，既适合居家办公，也适合外出旅行。部分桌面空调还带有湿度调节和空气净化功能，不仅带来清凉，还充满了清新怡人的氛围。

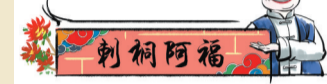
能快速制冷的杯垫成了年轻人的解暑神器。作为一款创新的生活小电器，它能够迅速降低饮料温度，几分钟就能让常温饮料变得冰凉可口，相比传统冰箱大大缩短了冷却时间。

含有薄荷脑、酒精等成分的清凉降温喷雾也成为部分市民的解暑新选择。这种喷雾通过快速挥发，带走体表热量，达到快速降温的效果。可以喷在身上，也可以喷洒在衣物、床单上。小巧的瓶身设计，方便出门携带。

冰凉贴和冰凉贴卡同样是解暑“好伙伴”。采用高

分子凝胶材料的冰凉贴，可以贴在额头、颈部或手腕等部位，为人体带来凉爽的感觉，有效缓解高温带来的不适。冰凉贴卡的外观设计也别具一格，不再拘泥于方方正正的形状，卡通、花朵等造型可爱又有趣。

敲敲冰袋是充满乐趣的降温小玩具。只需轻轻敲打或揉捏几下，原本柔软的袋体即可迅速结冰硬化，变成一块清凉的“冰体”。不仅可以作为冷敷工具缓解夏日炎热，有趣的变形过程也让它成为受到孩子们欢迎的玩具。



海风轻拂，带着淡淡的咸味，不远处的海鲜档正张罗着大海的馈赠。男人买菜，如果不好意思讲价，可以悄悄跟在有经验的大妈身后，等她跟摊主砍完价格，再跟着买两斤。这样逛一圈下来，菜篮里也能装上几两故事，欢喜自然翻倍，统统带回去下酒。（融媒体记者洪志雄/绘 庄建平 蔡绍坤 张君琳/文）

趣说历史 古人也讲究花样防晒

事实上，防晒意识不是现代人的专利，自古就有，而且创意十足。

早在公元前5000年，埃及人与印第安人已开始利用棉花、羊毛及亚麻织物制作衣物防晒。在古埃及，人们脸上标志性“烟熏妆”选用的是含铜或石墨的眼影，他们认为这样的眼影能够抵御阳光伤害。古埃及人还有“防晒秘方”，他们会将米糠、茉莉花和羽扇豆混合方解石后涂在皮肤上，米糠的抗氧化性和羽扇豆中的小分子谷氨酸胺，能够有效对抗紫外线伤害及增强皮肤防御。

公元前5世纪的古希腊，运动员们在奥林匹克竞赛中展现了另一种防晒智慧。为了应对激烈的户外运动，他们用橄榄油涂抹身体，以此缓解阳光暴晒带来的皮肤灼痛。

中国古代人同样具备防晒意识，所谓“三月穿罗衣，四月穿纱衣”，随着天气转热，古人会换上纱衣或葛衣，轻薄凉爽，就像现代人穿的防晒衣一样。

除了防晒衣，古人还有遮阳伞。大家熟知的“华盖”不仅是身份与权力的象征，也是实用的防晒工具。古代官员出行时，随行有遮阳扇与伞；商家则会在门前支起遮阳棚，为往来顾客提供一片阴凉；文人墨客在赶考途中大多背着特殊的书箱，箱顶覆布以防日晒；街头巷尾，帷帽、学士帽等形形色色的帽子也带有类似效果，将古人的花样防晒展现得淋漓尽致。

中国古代也有防晒化妆品。唐宋时期，美容粉剂种类日益繁多。“玉女桃花粉”“石粉”“珍珠粉”等深受当时女性青睐。其中，“珍珠粉”在一定程度上能阻隔紫外线。唐朝药学家孙思邈在其著作《千金方》中记载了一剂“玉容散”，能够改善面部暗沉，与现代的晒后修复霜有异曲同工之妙。

1938年，奥地利科学家弗兰兹·格瑞特研制出了第一支防晒霜，尽管SPF值（防晒指数）仅为2，但这标志着人类防晒史上的一项重大突破。1978年，美国食品药品监督管理局（FDA）设立了规范防晒霜的安全性和有效性标准，建立了SPF的测试方法和产品的标签规范，让防晒更讲究、更规范。

温馨提醒 防晒讲究“刚刚好”

夏季来了，人们对防晒的关注度也不断升高。在微博上，#防晒#话题的阅读量已达到25.2亿，讨论量246.1万。夏季防晒虽重要，但也讲究“刚刚好”。过度防晒可能导致人体缺乏维生素D，进而造成缺钙、骨质疏松等健康问题。

人体对钙质的吸收，需要通过维生素D来转化。据悉，维生素D不仅能够维持骨骼健康，还能降低心血管疾病、阿尔茨海默病、癌症等疾病风险，并稳定情绪，预防自身免疫性疾病、糖尿病等。根据中华人民共和国卫生行业标准《人群维生素D缺乏筛查方法》，当血液中的25(OH)D水平低于12纳克/毫升时，则定义为维生素D缺乏。

晒太阳是补充维生素D的方式之一，大家可别过度防晒。非强烈日照环境下或短时间户外活动时，使用SPF值非常高的防晒霜；在办公室或其他室内环境，即使没有直接日照也频繁涂抹防晒霜，都算是过度防晒。不管日照是否强烈，都穿戴长袖衣物、遮阳帽、遮阳口罩、防晒手套等，刻意避开有阳光的时段进行户外活动，也算是过度防晒。在遮荫或其他遮蔽场所使用遮阳伞、遮阳帽等也不利于维生素D的补充。

如何晒太阳最科学呢？最佳的日晒时间段在早晨6至10时，这个时段里，红外线较为充沛，紫外线相对较弱，对人体来说温度刚刚好，还能促进血液循环和新陈代谢。傍晚5时是利用日光补充维生素D的理想时段，这时太阳光温和，对皮肤友好，能够高效合成维生素D，令身体获益。（李菁 整理）