

美白必讀： 打傘抗紫外線

美白是長期抗戰，一刻鬆懈不得。夏季陽光充沛的日子，打傘是防曬攻略之一。

根據天文台的資料，夏季約有一半日子的每日最高紫外線指數在11或以上，達極高曝曬級數，容易對皮膚造成傷害。本文談談如何挑選防紫外線的傘子。



陽光令人又愛又恨

大眾尤其是愛美白一族不應怕曬黑而完全不曬太陽，因為適量的陽光有助身體製造維生素D，而維生素D促進吸收鈣，有助預防骨質疏鬆及減少骨折的機會。但過量曝曬會傷害皮膚，嚴重者可能出現水泡和「甩皮」，而長期暴露於紫外線下更加速皮膚老化，並增加患皮膚癌的機會。此外，紫外線亦會對眼睛造成傷害，過度暴露在紫外線下數小時，結膜和角膜可能會出現急性發炎，長期（例如

10年以上）暴露於紫外線下，則可能引致白內障（Cataract）。世界衛生組織指出，有兩成白內障致盲的病例可能與過度曝曬於紫外線下有關。因此，享受陽光之餘不可輕視紫外線的殺傷力，應留意天文台透過電台、電視台及在互聯網（<http://www.weather.gov.hk/wxinfo/uvindex/chinese/cuvtoday.htm>）發布的紫外線指數，在紫外線高的日子，積極採取行動預防紫外線。

面具有更強的抗紫外線功能。

不同產品防紫外線效果懸殊

中國消費者協會（簡稱中消協）曾試驗三十多款聲稱傘面料具抗紫外線功能的傘樣本的抗紫外線指數（UPF），試驗結果顯示，樣本的防紫外線效果懸殊，量得UPF值最高50+，最低只得1；傘面料中以銀膠塗層面料的防護效果較穩定，UPF值最低也有25，其他面料量得UPF值由1至50+不等，較難判斷其抗紫外線效能。

中消協的報告又指出，傘的抗紫外線效能不是價格定位的主要因素，傘骨材料、傘面質料及傘的款式等才是影響價格的主因。

選擇貼士

現時不少傘張貼與紫外線有關的標示，如：「防紫外光」、「防紫外線加工」、「UV Cut」、「UV Proof」、「UV Protection」及「Block Ultraviolet Rays」等，但不是全部都列明抗紫外線效能或抗紫外線指數（Ultraviolet Protection Factor，簡稱UPF）。

防紫外線傘

消費者對紫外線的危險認知日多，各種名目的防曬產品亦推陳出新，如防曬霜、防曬服裝及防紫外線傘等。

防紫外線傘的傘面經加工處理，塗上含抗紫外線成分的塗層或混入抗紫外線成分製成的面料等，一般較沒有加工的傘



與紫外線有關的標籤，以右圖所示較好，標明抗紫外線指數（UPF）



織物抗紫外線防護等級

UPF 範圍	防護等級
15 - 24	良好
25 - 39	很好
40 - 50, 50+	極佳

抗紫外線指數 (UPF) — 解讀方法 是這樣的：使用UPF值30的紡織品時，承受的紫外線輻射量是沒有防護時的1/30。換句話說，UPF值愈高，織物的抗紫外線能力愈強。澳洲和新西蘭標準AS/NZS 4399:1996《紫外線防護面料評估與分類》將UPF分為3個防護等級，見表。消費者選購時可因應個人需要，選擇合適的抗紫外線傘，例如：需要有極佳保護的，選擇UPF值40或以上的傘。

為幫助消費者揀選抗紫外線傘，傘製造商、代理商應加強產品的標示，列明產品的抗紫外線效能或UPF。

市面發售的傘，標示具抗紫外線能力的售價由數十元至數百元不等。根據中消協試驗，售價高低並不反映傘的抗紫外線能力。

消費者選購抗紫外線傘時，除了留意產品的抗紫外線標籤外，還可留意：

傘面材料 — 銀膠塗層面料一般有很好的抗紫外線效能，至於有用者思疑銀膠塗在傘內裏（向人）造成強烈反射，其實大眾毋須過份憂慮經周圍環境反射到銀膠塗層的紫外線，因絕大部分會被濾隔，極少再反射到人體。

傘面疏密度 — 紡織密實的傘面料抗紫外線效能一般較好，相反，明顯稀疏的則較差。

顏色深淺 — 相同織物，顏色愈深，抗紫外線效能愈好，例如黑色、深藍色較淺粉色、淺黃色等的效能好。

選購及使用要訣

留意傘的結構

○ 傘架的堅固程度影響耐用程度——選購時張開傘子稍加晃動，感覺傘把手、傘杆和傘骨的牢固程度，減少使用時骨架支解的尷尬。檢查各連接處是否堅固。傘杆應無銹、無裂痕。

○ 自動傘開關鎖——應可靠，不會無故突然打開。避免按鈕太輕、容易意外觸碰的設計。

○ 開關——檢查開啟是否靈活，是否一開到頂，不受阻不下落，關傘輕便。

使用妙法

○ 切勿將摺疊傘頂部或把手朝向面部，以防傘無故張開時彈傷面部。（本會曾接獲投訴，投訴人在收藏關好的自動摺疊傘時，傘突然無故打開，傘把手直彈眼部，幸無弄傷眼睛。）

○ 開傘時，注意身旁環境，免致尖銳部分傷及他人。

○ 摺疊傘的傘柄、傘杆和傘骨等容易損壞，開傘時不可用力過猛，亦不要與硬物相撞。

○ 刮大風時最好避開風口，硬撐可能會使傘杆彎折或傘面脫離。

○ 用後不要帶水收藏，應把傘打開，用軟布擦乾傘內外，在通風處晾乾，然後收存。

結語

美白一族要留意，打傘防曬只能遮擋部分輻射，但對從水面、地面、建築物反射的紫外線則無能為力。因此，要防護周全，尚要靠其他防曬措施，如塗上防曬系數 (SPF) 15 或以上的太陽油、穿上長袖衣服等。👉

為防「縮骨遮」無故張開，彈傷面部，傘頂或把手不應朝向面部



何謂紫外線指數？

紫外線指數 (UV Index) 是量度在地球表面太陽紫外線影響人類皮膚的程度，指數愈高，紫外線輻射愈強，對皮膚造成傷害的機會愈高。世界衛生組織把紫外線指數分為5種曝曬級數（見附圖）。在香港夏季陽光充沛的日子，紫外線指數會上升至11或以上。密雲和有雨的時候，紫外線指數便降低。

防曬措施

要減低紫外線對身體造成的傷害，最重要是減少陽光直接照射皮膚或眼睛，如穿長袖而寬鬆的衣物、使用能阻隔紫外線的太陽眼鏡等防曬措施。在紫外線指數偏高的日子，避免長時間在戶外曝曬。根據世界衛生組織的資料，紫外線指數3以下的紫外線輻射量對人體造成的損害有限，毋須採取防曬措施；指數超越3時，就需要採取防曬措施，而指數達8或以上，更需加強防曬措施及避免於中午時分逗留在室外。

紫外線指數與曝曬級數

紫外線指數 UV Index	曝曬級數 Exposure Level
0-2	低
3-5	中等
6-7	高
8-10	甚高
≥11	極高

資料來源：香港天文台、世界衛生組織