

“五一”假期临近，旅游、购物、聚餐等将迎来新高峰，多地发布消费提示，提醒广大消费者，科学、理性、文明消费，谨防掉入价格陷阱。



01 外出旅游重安全

假期外出旅游，需提前做好攻略，注意出行安全，综合考虑旅行社的信誉、服务和管理水平，详细比较价格与规则，谨记“官方渠道有保障，超低折扣有风险”。

随团出行，要认真阅读合同内容，明确行程安排、食宿标准、交通工具、购物安排、双方权利和义务等具体事项，并将违约赔偿标准、承诺等内容写入合同，易引发纠纷的事项也要在合同中明确约定。

选择自驾旅游的，要提前做好攻略、合理规划行程，携带相关急救用品和药品，及时关注路况及景区信息，尽量错峰出行，做到安全驾驶、文明行车。

02 预订酒店多对比

通过第三方平台预订酒店时，要注意查看营业执照等资质证明文件。尽量多了解掌握酒店、宾馆相关信息，建议截图保存预订页面、退订说明、客房价格、房间布局、服务承诺等信息，反复对比、好中选优，预订成功后及时确认。办理入住时，酒店大堂有明码标价的，建议消费者详细阅读并拍照留存。在服务员陪同下参观房间、核对房型、检查屋内设施，有问题要及时提出。如因个人原因确需取消已预订房间的，可与第三方平台或酒店积极沟通，尽量避免损失。

03 租车旅行早规划

选择租车旅行时，要提前规划好行程，根据出行时间选择租车套餐。要充分了解租车公司提供的保险、服务所包含的内容及其费用。根据自己的实际情况，购买不同类型的保险及服务，防止因意外等原因导致车损或者不按约定时间、方式还车而产生额外费用。

04 财产安全防范好

外出旅行时，尽量不佩戴贵重首饰，如黄金、钻石等，以免引起不法分子的注意，增加被盗、被抢的风险。

携带大量现金不仅不方便管理，还存在安全隐患。建议使用银行卡、支付宝、微信等支付方式，降低被盗风险。

不轻易泄露个人信息，不轻信各种中奖活动，防范电信诈骗，避免落入不法分子的圈套。

05 食用野菜得当心

“五一”假期，除了赏春踏青，也有不少人带着小铲子去公园、路边等地挖野

菜。需要注意的是，路边、公园的野菜存在被污染的风险，而且部分有毒植物和野菜外形相似，容易误食引发中毒。

06 购物消费要理性

节假日期间，线上、线下的商家促销活动全面展开。许多商家推出降价、返利、打折等各种优惠来吸引消费者。在购买商品时要仔细留意商品实际价格，货比三家，以防有些商家出现先涨后降；参与商家的优惠活动时，要详细了解优惠促销的限制条件，以防掉入霸王条款、限制消费等陷阱。

在追求低价购物时，也要注重商品的质量，购买商品后记得索要购物凭证。结合自身实际情况科学理性购买，切莫冲动消费。

07 外出就餐多留心

一是要选择卫生条件好、证照齐全的正规饭店就餐，确认好价格（收费标准）、计价单位等项目后再消费；二是慎食高风险食品，若选择食用冷食、生食类食品时，应注意查看食品经营单位是否有经营相关冷食和生食类食品的资质，注意辨别食品是否出现腐败变质等异常情况；三是慎饮泡制酒，不饮用无标签标识、浸泡中药材成分不清、来历不明的泡制酒；四是不食用野生蘑菇、鲜黄花菜、河豚鱼以及一些可能具有毒性或有寄生虫风险的产品。

08 健康饮食反浪费

科学饮食，文明消费，保持良好的饮食习惯，注意膳食平衡，荤素搭配，切忌酗酒、暴饮暴食。

聚餐时提倡采取分餐制，鼓励使用公勺、公筷。合理安排食材食量，按需点餐，践行“光盘”行动，杜绝餐饮浪费。

不要贪食野味和新、奇食品。不食用国家重点保护野生动物和其他陆生野生动物，包括人工繁育、人工饲养的陆生野生动物以及有关法律禁止食用的其他野生动物。

09 维权意识需增强

消费时，保留好各类消费凭证，结账前要核对消费清单，索要正规发票、收据。如遇到消费纠纷，本着合法、正当、公平的原则，可以先与商家沟通协商，依法提出合理诉求。与商家无法协商一致时，及时拨打政务服务热线12345或向当地消协投诉，维护自身合法权益。同时，也呼吁广大商家诚信经营，自觉维护消费者合法权益。

本报综合

国家药监局：不建议儿童使用防晒喷雾

随着天气渐热，各种防晒用品热销，其中防晒喷雾化妆品因其便捷易用，深受消费者青睐。国家药监局近日发布提醒，不建议儿童使用防晒喷雾化妆品，尤其是年龄较小儿童、过敏体质儿童。

什么是防晒喷雾化妆品

根据《化妆品分类规则和分类目录》，按照产品剂型分类，化妆品可以分为膏霜乳、液体、粉剂、喷雾剂、气雾剂等剂型。市场上常见的防晒喷雾化妆品，一般可分为喷雾剂型和气雾剂型两类，不同之处在于是否含推进剂。

喷雾剂型化妆品不含推进剂，主要依赖机械压力泵产生的压力差喷雾，喷出的雾一般液滴（颗粒）较大。

气雾剂型化妆品含有推进剂，主要依赖推进剂喷出时由液态变为气态产生的推动力喷雾，喷出的雾一般液滴（颗粒）更小，这类产品包装多采用金属罐。

不建议儿童使用防晒喷雾化妆品

根据2023年8月31日中国食品药品检定研究院发布的《儿童化妆品技术指导原则》规定，不建议儿童使用喷雾型防晒化妆品，如必须使用时，应当充分考虑吸入风险，在使用方法中标注“请勿直接喷于面部”“避免吸入”等类似警示用语。

国家药监局不建议儿童使用防晒喷雾化妆品，尤其是年龄较小儿童、过敏体质儿童，这类化妆品要放在儿童接触不到的地方。

由于儿童各方面发育尚未完全，呼吸控制能力较弱，再加上儿童心智尚未健全，在使用防晒喷雾化妆品过程中更易出现不慎入鼻、入口、入眼等现象，引发健康风险。如必须使用时，家长可将该产品喷于手掌后，再涂抹于儿童皮肤表面。

不当使用防晒喷雾化妆品的安全风险

吸入风险。消费者在皮肤上使用防晒喷雾化妆品时，可能会无意中吸入喷出的液滴，这些液滴可能包含防晒剂、挥发性有机化合物、香料、防腐剂等各类化妆品原料。

在狭小密闭空间中密集使用时，比如在车窗关闭的汽车内，可能造成短时间内大量吸入，从而可能引发健康风险，尤其是对气道敏感度较高的过敏体质儿童，容易诱发剧烈咳嗽或喘息。

与喷雾剂型化妆品相比，气雾剂型化妆品由于喷出的液滴相对更小，因此在使用时吸入风险相对更大。

易燃易爆风险。由于气雾剂型产品中使用的推进剂可能是丁烷、丙烷等易燃物质，且处于液化的高压状态，遇火源易发生爆燃事故。因此，防晒喷雾化妆品在使用和存放时需要关注防火防爆的问题。

如何正确使用防晒喷雾化妆品

应在空气流通的场所使用防晒喷雾化妆品，不要在车内、卫生间等狭小密闭的空间内使用。喷洒时要注意避开鼻、口、眼。

如果出现大量吸入喷雾剂型化妆品引起鼻腔痒、咽部不适、咳嗽、喘息、胸闷等，应及时到空气流通的空间，并将化妆品清洗干净，避免再次接触。如果出现发热症状，或者咳嗽、喘息、胸闷等症状加重，应立即就医。

将防晒喷雾化妆品存放在阴凉干燥通风环境中，避免阳光直射。使用时，应远离火源、热源、静电、撞击等，避免将产品或使用完的空罐刺穿或投入火中。

避免在伤口、红肿或湿疹等皮肤有异常的部位使用防晒喷雾化妆品。

本报综合

「五一」假期临近这份暖心提示请收好