

胶带变窄变薄、防撞材料变轻、包装箱回收后循环使用……

快递包装变形记

本报记者 吕依霖 摄影报道

“被胶带缠得像五花肉一样的快递比以前少了。”市民刘女士一边用小刀划开快递盒上的“十字捆”胶带，一边告诉记者。在她印象中，以前，有些快递公司为了将快递打得更结实，胶带缠得像蜘蛛网。这样的包装，不仅不环保，拆开的难度也很大。

现在，这样的状况缓解了不少。记者在走访过程中发现，不仅胶带的打包方式有所变化，快递外包装也正向绿色环保靠拢。购物狂欢过后，留下的快递垃圾越来越少。

包装有变化 胶带“瘦身” 防撞材料变轻

日前，记者在市区中心家园小区的快递存放点看到，“顺丰”“申通”“中通”等多家快递公司快递箱子上的封箱胶带都“瘦身”了。如今，快递包装废弃物堆成小山的情形已很少见到。

记者从河北顺丰速运有限公司沧州分公司经理王权敬处了解到，以往，给快递打包装时大量使用封箱胶带，不仅浪费，还很难被回收和降解。现在，“一字捆”“十字捆”“井字捆”代替了里三层外三层的胶带捆绑手法。快递员会根据快递箱的大小，使用不同的捆绑方法。同时，在不



市民将用过的快递箱放进沧州市邮政分公司的绿色回收箱中

影响打包效果的前提下，胶带也变得更窄、更薄了。

王权敬告诉记者，针对胶带浪费的情况，他们还采取了配量的办法。也就是说，每个箱子都配有固定数量的胶带，如果封箱时胶带不够用，快递员只能自行解决。这样的话，就能从源头上“逼”工作人员提高环保意识。同时，快递使用的气泡膜和珍珠棉等防撞材料也变得越来越轻。比如，现充气泡膜取代了传统气泡膜，平均每投入1卷可代替13卷传统气泡膜。珍珠棉的密度也做

了调整。这样一来，平均每年可节约40多万片珍珠棉，减少了快递垃圾的产生。

包装箱别浪费 回收后重复使用 推广可循环周转箱

最近几天，邢女士陆续收了10多个快递。其中，她在网上购买的面膜等护肤品和鞋、包都有纸箱包装。她拆快递时，会尽量

不破坏瓦楞纸箱，然后把它放在小区的快递驿站角落。如果有快递员或者其他收件人需要，随手就能拿来使用。

“用过的快递箱越来越多，太占地方了，扔了又可惜，要是能实现循环利用也挺好的。”邢女士告诉记者。

面对邢女士描述的情况，快递公司各有解决方案。

在运河区广场街的“顺丰速运”营业网点，绿色回收箱格外显眼。王权敬告诉记者，沧州“顺丰”的每个快递网点都设有这种

快递包装废弃物回收装置。回收箱设立以来，回收复用质量完好的瓦楞纸箱已超50万个，在一定程度上实现了快递外包装的循环利用。此外，他们还会在不同使用场景中努力推名为π-box的循环包装箱，唤起人们的绿色环保意识。不过，这种可循环包装箱需要根据大小型号收取1元至6元不等的费用。

市民姜女士告诉记者，她经常在“京东生鲜”购买羊肉、海参等。“京东”快递员每次送货上门时，都会将箱子收走。记者了解到，“京东生鲜”使用的快递箱都是能够回收利用的可折叠保温周转箱，可多次循环使用，能在一定程度上减少不必要的浪费。

沧州市邮政分公司市场营销部工作人员告诉记者，他们一直在开展回收复用瓦楞纸箱行动。公司依托营业网点、揽投站点设置包装废弃物回收箱。回收的瓦楞纸箱经严格消杀后，再免费提供给有需求的客户，实现废旧包装循环使用。

沧州市邮政管理局工作人员表示，每年的快递物流旺季，他们都会发文倡导快递行业绿色可循环发展。今年，他们印发了《2023年快递业务旺季服务保障工作方案》。方案中明确提到，鼓励寄递企业采购使用经过绿色认证的快递包装产品，提升使用可循环快递包装的邮件快件数量，做好瓦楞纸箱的回收复用等。

女子穿“光腿神器”腿部肿胀无法走路

医生：过紧的打底裤、丝袜影响血液循环

本报讯（记者 马晓彤）近日，市民王女士因时常穿较为紧绷的“光腿神器”弹力袜，造成腿部肿胀，疼痛到无法走路。医生表示，长时间穿紧绷的“光腿神器”有可能影响健康。

王女士为了瘦腿，喜欢穿紧身的“光腿神器”弹力袜。每次脱下弹力袜时，王女士的腿部、腹部都有明显的勒痕，但她并没有在意。前几天，王女士突然感觉双腿好像

肿了一圈，还发胀。后来，她双腿疼痛到无法走路，便在家人陪伴下到医院检查。

医生表示，王女士总是穿过紧的打底裤，造成双腿血液循环不畅，从而肿胀、疼痛。

记者在一家网购平台的店铺里看到，“光腿神器”已售出几十万条。在网络上也有不同的声音，有人认为“光腿神器”好看又保暖，有人却因为长期穿“光腿神器”而患上甲

沟炎、静脉曲张等。

“光腿神器”到底有没有危害？沧州中西医结合医院骨科院区运动医学科副主任李浩然表示，穿着比较紧的袜子，会造成脚趾过度向下弯曲或上翘，造成脚趾与下方或者侧面鞋面摩擦，进而造成甲沟炎、趾甲分层等，甚至伴发灰指甲，时间久了还会出现拇指外翻、胼胝体等情况。

李浩然表示，“光腿神器”

一般都比较紧，一整天下来，双腿循环系统受到限制，导致血液在腿部流动减缓，易增加淤血和水肿的风险，进而导致腿部酸胀、静脉曲张、静脉血栓形成等。

此外，“光腿神器”的面料材质存在差异，过紧的丝袜可能引发皮肤瘙痒、红肿、起疱等过敏反应。“建议市民平时穿着应以舒适为主，不宜过紧。”李浩然说。

拉煤货车突然冒烟 高速员工紧急救援

本报讯（记者 杨玉霞）日前，一辆满载煤炭的大货车途经河北高速公路集团有限公司石黄分公司沧州东收费站时，车上竟然冒出了烟。多亏收费站员工及时发现并帮司机将火扑灭。

发现货车上有烟雾冒出后，收费站工作人员立即拦停货车并用灭火器上前灭火。起火点在后挂车车厢内部，仅用灭火器无法扑灭。值班站长立即组织人员将车辆引导至站区广场水源处，让大家朝起火处泼水。随后，消防救援人员赶到现场，彻底将火扑灭。

沧州东收费站的工作人员不仅帮助司机将掉落的煤炭装回车上，还给他端来热包子。货车司机感动得连连道谢。

“体贴”父亲送娃回家 结果因酒驾被罚

本报讯（记者 刘冰祎 通讯员 王新苗）日前，孟村回族自治县一名男子酒后驾车送孩子回家，行至半路时被交警拦下并受到处罚。

日前，孟村回族自治县公安交警大队城区中队的交警执勤时，发现一辆缓慢行驶的汽车有意躲避检查。交警上前拦下那辆汽车后，发现驾车男子满脸通红，说话也含糊不清。经检测，男子为酒驾。

驾车的男子说，他当晚带孩子与友人聚餐时喝了一些白酒。他自认为酒量不错，便在聚餐后驾车送孩子回家，没想到被交警查个正着。

最终，交警依法对男子作出罚款1000元、驾驶证记12分并暂扣6个月的处罚。

“养生茶”

本报记者 李婉秋

“美白王炸养颜花茶，明星都在喝的美白茶，喝出好气色……”近日，市民小李在短视频平台刷到了不少与养生茶有关的视频，想买些养生茶喝。

李女士说，她这段时间有些上火，皮肤也比较干燥。其中一款养生茶中有菊花、决明子等，她觉得这款养生茶比较靠谱。令她没想到的是，她按照博主建议的冲泡方法喝过后，出现胃痛、腹泻的情况。

记者在短视频平台发现，有位博主在视频中分享了20多种养生茶的做法和原材料。这些原材料中有一些中药，但

视频中没有分享每种原料的用量。有一些网友表示，喝了博主推荐的养生茶后出现了胃不舒服的情况。

市人民医院营养科主任李研研表示，热性体质的人，容易上火，可适量喝些菊花茶等凉茶。一些虚寒体质的人，长期喝寒性的茶会出现胃寒、腹泻、食欲不佳、精神不振等症状。市民一定要根据自己的体质选择养生茶，否则养生不成反而伤身体。



近日，盐山县烟草专卖局邀请县实验小学的学生走进烟草局“妇女微家”。孩子们通过拼剪、粘贴等方法，将落叶做成精美的粘贴画。张金元 崔鑫 崔春梅 摄