多家银行叫停无卡扫码存款业务

近日，记者线下走访多家银行了解到，当前多家银行已停止无卡自助扫码存款业务，但仍可无卡自助扫码取款。对此，多位银行工作人员称，为了防范诈骗风险，此前已停止无卡自助扫码存款业务。

“以前ATM机上有无卡自助扫码存款功能，后来因为防范诈骗风险就关了。”兴业银行工作人员告诉记者，目前该行ATM机有刷脸取款功能以备应急，无卡亦可存取款，取款单日限额2500元。

4月8日，招商银行ATM机仍同时有刷脸取款、扫码存取款功能，中国银行ATM机有扫码取款功能没有自助扫码存款服务。不过，记者向招商银行工作人员核实，该行已于4月9日起停止ATM机自助扫码存款服务。

中国邮政储蓄银行研究员娄飞鹏表示，银行收缩无卡存取款业务，主要是为了更好防范风险，保障客户资产安全。无卡存取款业务的收缩，在一定程度上给适应采用无卡存取款业务办理的客户带来不便，但也有助于保障其资金财产安全。

探访

多家银行停止无卡自助扫码存款业务

无卡自助存款功能包含自助扫码存款、手机银行预约存款、刷脸存取款等。

记者探访发现多家银行ATM机无法无卡自助扫码存款，部分银行的ATM机具备刷脸存款功能，持卡人也可以携带身份证前往银行柜台办理无卡存款业务。

中国银行工作人员称，无卡没法在ATM机上自助存款，但可以通过手机银行在柜台办理存取款业务，存款无限额，取款限额5万元。北京农商银行工作人员表示，无卡在ATM机上无法自助存款，携带身份证可在柜台办理存款业务。

兴业银行工作人员亦表示，无卡可出示身份证、提供银行卡号在柜台办理存款业务。此外，兴业银行ATM机有刷脸存取功能，持卡人本人提供身份证号或预留手机号，即可刷脸存款。刷脸存取款有限额，仅为持卡人应急准备。

邮储银行部分ATM机也有刷脸存取款功能，持卡人开通手机银行，即可刷脸存取款，或持卡人带身份证前往柜台也可办理存款业务。

对于无卡自助扫码存款功能调整的原因，兴业银行、邮储银行工作人员均表示，ATM机无卡自助扫码存款功能此前存在，为防范诈骗风险，现在已经停止。北京农商银行工作人员也表示，为了防范诈骗等风险，该行ATM机已没有无卡存款功能。

银行无卡自助存款业务虽普遍停止，无卡扫码取款仍可实现。记者了解到，在多家银行ATM机上仍有扫码取款功能，但取款有限额，兴业银行ATM机刷脸取款日限额2500元，招商银行ATM机刷脸取款日限额3000元，民生银行ATM机扫码取款单笔限额3000元。

影响

超50家银行收紧无卡存取款业务

“影响不大，很少自助存款，偶尔自助存款，带个卡也挺方便的。”“每次存款都会带卡。”多名用户向记者表示，银行停止ATM机扫码存款服务对自己影响不大。不过，也有用户称，平时几乎不存款，存款还得找卡，有扫码功能更方便。

据不完全统计，去年以来，已有超50家银行收紧无卡存取款业务，调整范围包括预约取款、扫码取款、无卡取现等。4月2日，招商银行发布通知称，该行于2025年4月9日起停止ATM扫码存款服务，后续客户可持该行银行卡，通过该行ATM或前往该行营业网点办理存款业务。

去年，工商银行就曾宣布，该行个人手机银行无卡取现功能于2024年4月17日起暂停服务，客户可通过ATM机手机银行扫码取现功能提取现金，或在该行ATM机插卡提取现金。随后，交通银行也于2024年5月24日起停止个人手机银行中无卡取款功能中的预约取款服务。

盘古智库高级研究员余丰慧认为，从银行业务模式的角度来看，收紧无卡存取款业务加速了银行业的数字化转型过程。这不仅提高了服务效率，还降低了运营成本。同时，这也要求银行在提升用户体验方面做出更多努力，比如优化在线服务平台、增强客户教育等，以确保用户能够顺利过渡到新的服务模式。

本报综合消息

吃起来很酸的水果竟然是“高糖刺客”

最近，一则“水果高糖刺客”的消息登上了社交平台热搜榜。很多人意外发现，很多吃起来不甜甚至很酸的水果，含糖量竟然远超那些口感偏甜的水果。

其实，“吃起来不甜，含糖量不高”是人们对水果的误解之一。虽然水果一直以健康的形象出现，但错误的食用方式反而不利于健康。

误区一：酸的水果含糖量不高

很多人觉得，水果味道越甜，含糖量越高。殊不知，水果的口感不仅取决于含糖量，还与有机酸、单宁等成分的含量相关。很多“高糖刺客”水果的有机酸或单宁含量偏高，带来了酸、涩的味道，从而掩盖了高含糖量。

比如，山楂口感偏酸，很多人认为它含糖量低。事实上，山楂的含糖量超过25%，不仅远超葡萄、苹果，甚至超过荔枝，每10颗山楂的含糖量大约相当于5.5块方糖。这是因为山楂含有大量苹果酸、柠檬酸等有机酸，它们掩盖了糖的甜味。

还有一些不甜的水果也是“高糖刺客”。

比如，口感脆爽、甜度适中的新鲜冬枣，含糖量在30%左右，是水果界含糖量“佼佼者”。日常生活中，许多人会因为冬枣不那么甜而不知不觉吃了很多，从而摄入过多糖分。

误区二：糖尿病患者不能吃水果

在传统认知里，糖尿病患者与水果无缘，尤其是“高糖刺客”登上热搜后，很多糖尿病患者更对水果敬而远之。

其实，以上观点过于片面。水果甜度除了与含糖量、有机酸含量相关外，还与糖的种类有关。

简单来说，水果中的糖包括葡萄糖、果糖、蔗糖、淀粉。糖的种类不同，升糖指数也不同。比如，果糖的甜度高于葡萄糖，但对血糖的影响相对较小。苹果、梨、樱桃、草莓、葡萄等水果的果糖含量较高，所以吃起来甜，但升糖速度相对较慢。

对于要控制血糖的消费者来说，选择水果时，不能仅依据口感或含糖量，还要参考升糖指数（GI）和血糖负荷（GL）。

GI是指食物中50克碳水化合物对血糖的影响。不同食物的碳水化合物含量不同，因此对血糖的影响也各异。GI小于等于55，属于低GI食物；大于55、小于等于70，属于中GI食物；大于70，属于高GI食物。

GL结合了食物的GI值和食物中实际可利用碳水化合物的含量，能更全面地衡量食物对血糖的影响。GL的计算公式是“GL＝GI×食物中可利用碳水化合物的克数/100”。一般来说，GL不超过10，为低血糖负荷食物；大于等于10、小于等于20为中血糖负荷食物；超过20，是高血糖负荷食物。

就糖尿病患者而言，不是只能吃低GI水果，不能吃高GI水果，而是要看GL值，应尽量让GL不超过10。最简单的方式是通过控制食用量来降低GL。例如，如果只吃50克香蕉，GL就能降到5左右，对血糖的影响会大大降低。

误区三：多吃水果能减肥

“想减肥，吃水果”也是常见的误区。

许多人认为，用水果代替正餐可以降低热量摄入，还能补充维生素、矿物质、果胶等对人体有益的成分，从而实现健康减肥。然而，水果所含的糖分虽然赋予了它们良好的口感，可也会让食用者在不知不觉中摄入过多，其实际热量可能比直接摄入蔗糖还高。还有一些水果的脂肪含量本来就比较高，包括椰肉、牛油果等。用这类水果替代正餐减肥，多半事与愿违。

在社交平台，各种果蔬汁虽被标榜为“减肥神器”，但它们同样不利于减肥。

一方面，榨汁导致果蔬中的健康成分大幅减少。水果和蔬菜中的膳食纤维对维持肠道正常功能、降低胆固醇吸收、延缓血糖上升等都有重要作用。但榨汁后，果蔬中的膳食纤维、维生素C等营养素都会大量损失，糖分却被基本保留。缺少了膳食纤维的“缓冲”，果蔬汁的升糖速度将更快，不利于糖尿病患者以及需要控制体重的人群。

另一方面，果蔬汁往往会导致人们摄入更多的水果。以橙汁为例，一杯500毫升的橙汁至少要使用3只200克左右的橙子，总GL超过28。正常情况下，人们不会一口气吃那么多只橙子，食用橙汁反而在不知不觉中摄入过多糖分。

此外，不建议饭后马上吃水果。饭后胃内充满了食物，此时再吃水果，会使食物在胃内停留时间延长，引起腹胀、腹痛等消化不良症状。对糖尿病患者来说，更可能导致血糖快速上升，不利于血糖的平稳控制。

本报综合消息

广州一男孩居家实验引发事故 网购化学品居家实验存在风险隐患

近日，广州市荔湾区一名15岁男孩在家做实验引发事故一事备受关注。目前，孩子双眼受伤严重、手部截肢，后续还需要进行植皮等多项手术。

记者注意到，目前在各大电商平台可以很容易地买到全套“初高中化学实验器材”，社交平台上也不乏一些自媒体博主推荐各类在家就能做的科学实验。对此，法律专家建议，学生和家长不要擅自购买化学用品居家实验，在无专业教师指导和专业实验环境下，不仅存在安全隐患还可能涉及法律风险。

初高中化学实验套装电商平台热销

记者搜索各大电商平台发现，针对初高中学生的化学实验箱均可轻易购买到，有店家打着“针对中考研发”“科研”的旗号，一个套装价值在三百元到六百元不等。

在客服提供的套装清单中，不仅包括各种规格的试管、玻璃滴管等基本实验用具，还包括酒精灯、集气瓶、启普发生器等可能发生燃烧、高热反应等的用具，而启普发生器可以通过化学反应取得氢气，而氢气具有易燃性。此外，硫酸铁、石墨、磷酸二氢钾、硫酸镁、还原铁粉、石英砂、二氧化锰、碳酸钙、变色硅胶这些化学用品都涵盖在套装内，消费者可以依据对方提供的《化学实验手册》自行实验。

此类实验器材在电商平台上销量不错，有的套装显示全网热销超过3万+，在评论区，不少网友晒出孩子在家里做实验的视频和照片场景，购买原因大都与初中化学学科的学习相关。

就实验的安全问题，记者随机询问几家售卖中学实验器材网店的客服，其均表示该器材属于实验教具，但学生可以在家里操作，并未做安全提醒。

购化学仪器须遵守法律法规和安全规范

记者注意到，《危险化学品安全管理条例》已经明确了危险化学品的范畴，针对买卖化学仪器是否触犯法律的问题，中国控制吸烟协会公益法律专业委员会副主任委员兼秘书长、北京市义派律师事务所公益法律中心执行主任李恩泽认为，化学玻璃仪器作为实验工具或生产设备，在科研、教学、工业生产等领域有着广泛的应用，购买化学玻璃仪器本身并不直接构成犯法行为，然而，是否犯法取决于购买和使用这些仪器的具体情境和目的，以及非法用途产生的后果。

“如果购买化学玻璃仪器是为了合法的科研、教学、工业生产或其他正当用途，并且在使用过程中遵守相关法律法规和安全规范，这种行为是合法的。但如果制造毒品、进行危险化学实验而危及公共安全等，则可能触刑。”李恩泽表示，如果利用这些仪器进行的活动违反了《中华人民共和国刑法》中关于危害公共安全、制造毒品罪等的相关规定，购买和使用这些仪器的行为就可能构成犯法。

此外，李恩泽认为，即使购买行为本身合法，但如果在使用过程中因违反安全规范或操作不当导致严重后果，如火灾、爆炸等，也可能需要承担相应的法律责任。同时，某些特定的化学玻璃仪器可能属于特殊设备或受管制的物品，其购买和使用可能受到相关法律法规的严格监管。

李恩泽表示，如果销售给未成年人，商家须保证产品质量，家长要履行监护义务，避免给未成年人的人身安全和家庭财产造成不必要的损害。

本报综合消息