

什么样的锅才是一家人的安心之选？

新华社记者 唐弢

锅，生活用品的刚需。一口好锅的意义在于安心耐用，也在于它能牢牢锁住“妈妈的味道”。

近日，浙江温州的陈女士发视频称，家里的一口炒锅用了二十多年不锈不粘，引起不少消费者共鸣。

“安全耐用”是标配。不同材质的锅如何打造，什么样的锅才是一家人的安心之选？锅具背后的制造学问，承载着千家万户的烟火气。

陈女士口中的“传家锅”是一口不锈钢锅，使用多年仍不锈不粘的特性，展现了不锈钢锅的耐用潜力。

浙江嘉兴一家不锈钢制品公司的负责人介绍，优质的不锈钢锅通常采用304或316食品级不锈钢制造，具有良好的耐腐蚀性，坚固耐磨，且易于清洁。

“不过不锈钢锅的导热性较差，这可能导致烹饪时食物加热不均。目前，现代工艺常在锅体中加入铝，形成夹层，改善导热性能。”业内人士表示，在

使用不锈钢锅时要注意避免长时间空烧，因为空烧可能导致锅体温度过高，容易损伤锅体。

无油都能煎、轻轻一擦就干净……涂层不粘锅同样是目前锅具市场的主流产品。记者发现，市面上大多数不粘锅采用的是铸铝基材，表面覆盖特氟龙等不粘涂层。新材料、新工艺是许多不粘锅的宣传卖点。

但不少消费者担心不粘锅的耐磨性，“随着翻炒、擦洗次数的增加，锅具磨损不可避免，涂层脱落的风险也会增加。”杭州市民徐女士说，自己家的不粘锅买来不到一年，上面的涂层已经损坏发黑。

对此，京津冀三地消协组织曾发布建议，应注意科学使用不粘锅，翻炒时应尽量使用木铲、硅胶铲或其他非金属铲勺，避免用钢丝球擦洗或者用硬物敲击锅具表面；使用温度不得高于250℃，因为不粘锅的涂层在高温下可能会分解，释放出有害成分。

千年炉火，匠心传承。在机器轰鸣

的时代，历史悠久的手工铁锅，至今仍凭借内在气质炒出的浓浓锅气，深得不少消费者的喜爱。

“传统工艺的手工铁锅，都是一锤一锤砸出来的。”在以五金业闻名的浙江永康，还有许多坚守着传统铁锅制作工艺的匠人，徐正便是其中之一。在他看来，手工铁锅具有良好的导热性能，通过反复锻打铁锅表面，使其形成细密的“纤维结构”，能在炒菜时牢牢锁住锅气，让调味更好进入食物。

“一口好的铁锅，要经历选铁、取样、开板、烧火、捶打、成型、淬火等十几道工序。每口锅至少要捶打上两三万次。”徐正一说，尽管耗时耗力，但千锤百炼出一锅，这是老一辈传下来的手艺，只有这样精益求精才能对得起前来订购的顾客。

此前，章丘铁锅曾因一部美食纪录片而闻名全国。“洛阳纸贵，章丘无锅”虽是一时笑谈，却反映了市场对匠心精神的礼赞。

在许多消费者看来，中国制造的底

气，正是源自千百年来苦练出的“基本功”。但当手工铁锅蹿红的热潮逐渐褪去，“中国制造”如何才能长红？

千年技艺是根，与时俱进是魂。在今年7月举办的第118届中国日用百货商品交易会上，当氮化工艺、钛合金、无铆钉等技术加诸于一口口亮相展示的新锅时，中国制造的升级和消费市场的跃迁，就变得具象化了。

“如今，在锅具行业，新的材质和工艺不断得到应用。比如现在用上钛后，锅具变得更轻、传热性能也更好；高温氮化工艺使氮原子渗透到铁锅表层，形成一层坚硬致密的氮化层，能有效防止铁锅生锈。”浙江一家厨具生产企业负责人说。

业内人士表示，当科技创新重新定义锅碗瓢盆的生产逻辑，从中衍生出的“品质为本、技术迭代、普惠大众”的产品路径，正是当下中国制造的立身之本。

新华社杭州11月5日电



《服务动车组》栏目及时发布与大家生活息息相关的演出展览、旅游攻略、健身养生、气象、交通、招聘、求医问药等信息。如果您有相关信息发布需求，欢迎来电(2921234)或通过邮箱(lcrb@lcrb.net)告诉我们。

交通

聊城这条路半封闭施工

近日，东昌府区综合行政执法局、聊城市公安局交通管理支队城区直属大队联合发布《关于对健康南路机动车道、人行道进行半封闭占道施工（机动车道夜间23:00—次日5:00，其余时间正常）的通告》。根据向阳小区户表改造给水管道施工计划，为保障施工期间道路交通安全有序和施工顺利进行，根据《中华人民共和国道路交通安全法》等法律法规规定，对健康南路（东昌路与健康路口南150米处）进行半封闭施工。具体

通告如下：

- 施工路段：对健康南路机动车道、人行道进行半封闭占道施工（机动车道夜间23:00—次日5:00，其余时间正常）。
- 施工时间：2025年11月6日至11月16日。
- 施工期间过往车辆注意安全，服从交通信号灯和现场指挥人员的疏导，尽可能提前绕道行驶。

抬高枕头可防夜间反流？

□ 蒋永源

反流性食管炎患者有个常见的认识误区，就是认为抬高枕头等于抬高床头。

枕头抬高和床头抬高虽然听起来相似，但在防治夜间胃食管反流的效果上有显著差异。

研究显示，将整个床头抬高（如抬高15—20厘米）能够利用重力帮助胃内容物远离食管，显著减少夜间反流症状，是一种被指南推荐的非药物干预措施。相



比之下，单纯垫高枕头只是抬高了头部，而非整个上半身，无法形成有效的防反流倾斜角度，反而可能因头颈部过度屈曲造成不适或加重症状。

此外，生物力学研究也指出，枕头高度对颈椎压力和颈椎排列有显著影响，枕头过高不仅增加颈椎区域压力，还可能导致颈椎过度伸展，影响睡眠质量。因此，单靠加高枕头并不能替代床头抬高的作用，也不能有效治疗胃食管反流。

正确做法是将整个床头略微抬高，形成上半身倾斜的睡眠姿势，这样才能从生理机制上缓解夜间反流。同时应避免使用过高或过软的枕头，以免造成颈部负担和不适。

据科普中国

推动各民族坚定对伟大祖国、中华民族、中华文化、中国共产党、中国特色社会主义的高度认同

创建全国民族团结进步示范市

郑州晚报 公益广告