

# 解压神器“捏捏”还能捏吗？

继盲盒、手串之后，“捏捏”又在年轻人中掀起一股流行风潮。

所谓“捏捏”，就是能解压的玩具“捏捏乐”，凭借其糯叽叽的手感、五花八门的造型、好看又解压的功能，受到不少同学追捧。文具店、便利店、饰品店里“捏捏”的身影无处不在……

“捏捏”被称为一种慢回弹类的解压玩具，在简单的捏揉或挤压动作之下，产生的弹性和舒适感能够使人感到放松和愉悦，让人可以随时随地释放压力，享受片刻轻松。

文具店里，颜色各异的仿真丸子“捏捏”、彩虹小马“捏捏”、番茄橘子等水果外观的“捏捏”，捏起来软软糯糯特别减压，是否也成为了你的最爱？“捏捏”之所以如此令人“上头”，不仅仅是因为萌趣多样的外观，最主要的原因是让人“欲罢不能”的软弹手感。

这类玩具采用柔软的硅胶类材料制成，能高度逼真地还原食物、动物等各种形象，让人在揉捏、拉伸、回弹的过程中达到释放压力的效果，被很多人当做“解压神器”。目前，硅胶材质的“捏捏”是“主流”，因为它既不会融化也不会变硬，不仅更抗造，并且在手感可塑性上也更多样。

水感、泥感、水泥感是当下硅胶材质“捏捏”的三大主要手感。水感最轻最软，捏的时候像捏一摊水一样，回弹也最快，比较适合力气较小的使用者，也是许多用户“入坑”的首选；泥感回弹最慢，手感更加厚实，就像橡皮泥一样；水泥感则是介于两者之间，比水感稍微更有韧性一些，回弹速度适中。

实际上，“捏捏”并非新鲜物种。作为一款解压玩具，“捏捏”在两年前就广泛地出现在人们的日常生活中。据数据显示，2022年，解压类玩具在购物平台整体增速近40%。到2023年，“捏捏”已经成为销量快速增长的玩具品类之一。

## 使用“捏捏”要注意什么？



### 1 选择正规渠道购买

确保产品有清晰的生产厂家、生产日期、质量合格证等信息。



### 2 注意材质安全

“捏捏”多采用食品级硅胶制作，但也可能存在甲醛超标等问题。



### 3 处理和存储

“捏捏”应存放在干燥、阴凉的地方，避免阳光直射和高温，以防材料老化或释放有害物质。



### 4 避免长间接触

长时间接触“捏捏”可能对皮肤造成刺激或过敏反应。在使用过程中感到不适，应立即停止使用并咨询医生。



### 5 检测和监测

如果有甲醛或其他有害物质超标的情况，应避免继续使用“捏捏”，可以向相关监管部门举报。



“捏捏”好看又解压。

制图 何玉



文具店售卖的“捏捏”。



## 三无“捏捏”有损身体健康

不知道你是否也有这样的体验，在文具店购买的一款简单塑料包装的水果“捏捏”，包装上无产品成分说明，凑近一闻还会有香精刺鼻味道，捏过之后的手掌甚至会染色。“这样的‘捏捏’为了吸引人，可能会加入芳香剂，部分芳香剂可能含二甲苯成分。”江苏无锡市人民医院神经诊疗中心副主任王枫提醒道。

二甲苯属于芳香烃类，如果在短时间内吸入高浓度的二甲苯会出现神经系统的症状，轻者头晕头痛、恶心、胸闷、乏力，有睡眠障碍、注意力不集中等状况，严重的会出现呼吸困难甚至昏迷，导致生命危险。王枫说：“如果在使用的時候出现了头晕头痛、眼部不舒服等情况，那可能就是身体在给我们释放信号，某些成分不合格的‘捏捏’具有神经毒性，此时就不能再使用了。”除了神经系统的伤害之外，还可能带来皮肤过敏、影响造血系统等问题。此外，也有专家提醒我们：“多数解压玩具都是和手直接接触，容易沾上灰尘和杂物，再加上在手里捏来捏去，容易滋

生细菌，长期接触容易引发疾病。”

无独有偶，据读特新闻报道，深圳的沈先生自行购买了甲醛测试仪，对购买的“捏捏”玩具进行了甲醛含量的测试。根据他录制的检测视频，当沈先生将测试仪放入装有“捏捏”玩具的收纳袋后，数值开始飙升。从沈先生的测试结果来看，“捏捏”玩具甲醛浓度严重超标。

调查了解发现，市面上不少爆款“捏捏”是一些博主自制后通过社交平台或短视频引流销售，生产厂家、生产日期、质量合格证等信息均没有。更多卖家只在乎“捏捏”外表是否可爱，并不在意、也很难保证材料的安全性，他们大多是买来材料自己在家制作，虽然很多都声称自己使用的是“食品级材料”，但线上流通的不少“捏捏”都是“三无”产品，安全性无法保障。

“捏捏”或许能缓解一时的烦闷和压力，但可能给健康带来损害，喜欢购买“捏捏”的同学也要提高警惕，谨慎选择，“解压”的方式有很多种，安全才是第一位！

华西都市报-封面新闻记者 车家竹 摄影报道  
综合消费日报、现代快报、读特新闻