

大陆 深度

在杭州的两个高温天，我做了一名女外卖员的“跟班”

“热也得继续跑，”陈芳感觉今年夏天特别热，“主要是很晒，以前没这么晒。”



2022年5月30日，中国北京，餐厅员工把外卖分配给外卖员递送。摄：Carlos Garcia Rawlins/Reuters/达志影像

特约撰稿人 甄妍 发自杭州 | 2022-08-24

极端高温 杭州 热射病 户外劳动者 外卖员

【编者按】从未有过一个夏天，让热射病、限电、干旱和山火，得到如此广泛和焦虑的关注。8月23日，中国中央

气象台连续第12天发布高温红色预警，四川、重庆、浙江等中部省份部分地区最高气温仍达40℃以上。有媒体统计，今年夏天至少已有35人因中暑死亡，涉及13个省份。

高温下的脆弱人群，多为户外劳动者、工人和老人。在媒体有关中暑（热射病属于重症中暑）的报道中，外卖员是户外劳动者中最常出现的群体。与此同时，杭州正在经历罕见的持续高温。据报道，自1951年以来，杭州共计22天最高气温超过40℃。而今年截至8月23日，杭州40℃以上天数已达到14天。

当外卖员遭遇极端高温，他们面临的是什麼？又会如何应对？高温是否如我们以为的，也是他们最为担忧的？8月3日和8月9日，最高气温分别为37℃和40℃，端传媒跟随杭州一位女外卖员参与她在高温下的户外工作。我们谨慎的尝试并非围观与猎奇，而是希望通过她的视角还原极端高温下他们的户外日常。

第一次遇见陈芳，是在杭州购物中心M的一楼大厅。当天上午，杭州市气象局发布高温预警，预计未来一周以晴热高温天气为主，最高气温为38℃至40℃。

7月，杭州共有26个高温日（最高气温≥35℃），其中4天超过了40℃。进入8月的杭州，高温酷热持续至下旬。8月21日，当地气象局发布“高温倒计时”称，24日以后高温强度将逐渐减弱。截至8月23日，今年夏天杭州主城区高温日达到了54天，40℃以上有14天。

彼时为8月2日早上10点半，气温34℃。陈芳戴着醒目的美团外卖黄色头盔，拎着一份用白色塑料袋装好的餐食疾步走向出口。我快步跟上，试图追上她。M购物中心整体呈半圆弧型，凹面有五个出入口，东南面是一处空旷的停车场。我掀开两层透明塑料门帘，在烈日下拦住她。

除了黄色头盔和耷拉在背后的漂黄马尾，陈芳全身被黑色包裹。黑色鸭舌帽、薄外套、运动长裤和防晒手套，和一条遮住口鼻、颈部的防晒面巾，就是她全部的防晒装备。我表明来意，提出想跟她跑一天外卖，她不可置信地说：“这天气太热了！”

最终她同意了我的请求。于是，在8月上旬的两个高温天里，我成了陈芳的“跟班”。

每天都听到外卖员中暑的消息

8月3日上午8点，杭州街头人车嘈杂，阳光打在沥青路上明晃晃，一眼望去不像清晨，更似午后。这是杭州的第34个高温日，我骑着租来的电动车前往和陈芳约好的会面地点——城北余杭区一处街道中心的广场——准备当她的跟班。

陈芳每天八点多开始送外卖。今年32岁的她成为一名外卖骑手不到半年，过去几年都在电子厂打工。儿子已经10岁，九月将升入小学三年级。陈芳给他报了个暑假兴趣班，早上7点多把他送过去，下午再由奶奶

接回家。

骑电动车虽不费力，行驶时也有风，但直接暴露在日照下，浑身仍是热烘烘的不适感，鼻子很闷，身体像一团被烘烤的面包。高度近视的我直视过于明亮的前方时，不得不微眯双眼。

8点15分，陈芳发来语音：接到单了，无法在原地等我。我决定前往遇到她的购物中心M等待——M是她送餐3公里范围内最大的一处商圈，不出意外的话，她一定会再来这儿取餐。

陈芳知道我在商场M等她后，强调了一句：“一般你们是跟不上我们的，因为有时间规定。（我们）有时候会抄小路，（你们）不太会跟得上。”我对陈芳的提醒不以为意，直到几个小时后被远远甩在身后。

从4月26日杭州下发“常态化核酸检测”的通知至今，已经过去四个月。M入口处的喇叭仍重复不歇大声播放着：“进入商场，请有序排队，打开支付宝，扫描二维码，给工作人员查验。”进出口处有两层透明塑料软门帘，中间近十平米，银色矮围栏在此隔开了两条出入通道。外层直通室外，里层与被冷气包围的商场隔开，帘后站着一负检查健康码和7日内核酸阴性证明的安保人员。

9点半左右，我终于在商场M东南凹面的非机动车停放处与陈芳会面。这时她已经送完了五单早餐。暂时没有新单，陈芳决定来M周边转转，等待系统派单。

她车头上安装了一个简易钢架，撑着一把和车身等长的遮阳伞。放手机的塑料支架固定在左后视镜的镜座上，车头挂着透明蓝边的防雨软板，踏板上放有一个褪色的美团外卖包。





2022年7月14日，中国北京一名快递员。摄：Thomas Peter/Reuters/达志影像

“你没准备防晒的吗？”见到完全裸露面部和颈部、暂时脱掉长袖开衫的我，陈芳问道。和陈芳相比，我没有防晒手套和面罩，也没有能遮住全身的伞。经她提醒，我才将开衫袖子再次套住双臂。但脸、脖子和手背只能暴露在外。

我递给陈芳一瓶矿泉水，她指了指双腿间的外卖包，“没事，我也有带。”

我们沿着小道开到了一家连锁咖啡店门前。入驻M的大多数商铺10点才开门，此时的商场内只有临街大型超市和咖啡店已经营业。小道旁装点着常绿灌木和一排稀疏的小树。陈芳让我开到树影底下。

几分钟后，没等来系统派单，她决定去其他“商圈”碰碰运气。她口中的商圈，实际上指的是街边商铺的早餐店。在一个十字路口等红灯时，陈芳看了看我的手背，又提醒了一句：不遮牢的话会晒伤的。我说就算工伤吧。绿灯亮起，陈芳笑着向前驶去。

我们停在一条约两米宽的非机动车道上，几棵大树遮挡出一片阴凉的空地，边上是一栋10层楼高的居民楼。虽然还是能感受到热气不断袭来，但比太阳底下好许多。不远处传来除草机的声响，我们开始在树荫下等待订单。

陈芳是全职“专送”骑手，隶属于购物中心M附近的一个美团配送站，配送范围基本在3km以内，由系统派单，无需抢单，上线时间需满8个小时。站点内目前有近70名全职外卖员，其中只有两名女性。

“这会大家（骑手）都出来了。”陈芳说。上午10点前的早班专送骑手少，陈芳告诉我，她们团队也就十几个人。但10点之后，中班专送骑手开始上线，她能接到的单子也会随之变少。饿了么外卖员和美团众包的兼职骑手也会摊薄她能接到的订单。

林哥是中班骑手之一，与陈芳同属一个配送站，手臂上戴着一副浅色冰袖。每天上午9点半，除了早班骑手，其他骑手需到配送站外开早会，20分钟左右，主要讲骑行安全。林哥的上班时段从早会结束至晚上8点左右，中间有一个小时休息时间。

林哥每天都能听到外卖员中暑的消息。骑手中暑之后，会跟站长说明情况，再骑车回家休息，第二天接着上班。他发现，有些外卖员中暑是因为没有在电动车上安装太阳伞，“顶着太阳一天，受不住。”有的骑手

是因为“喝太凉的水一下给激住了”。

“身体素质好一点的，硬撑就过去了，慢慢就习惯了。”林哥没有中暑过，他感觉自己的身体还能顶得住。

陈芳告诉我，前一天他们配送站一名来做暑假工的大学生中暑了。她听说，那名外卖员中暑后躺在了地上，后来在路边坐了会，起来后继续送餐。

她感觉今年夏天特别热，“主要是很晒，以前没这么晒。”

跟着陈芳跑外卖的那两天，我还撞见了她被“微笑行动”抽查。从2017年开始，美团对骑手进行不定期随机抽查，要求外卖员拍摄包含头盔和工服的面部照片并上传，若审核不合格会被罚款或封号。

“微笑行动”弹出时，陈芳刚好送完一餐。她连忙打开车后箱，拿出美团工服和口罩。她将工服从头上套下，拉下遮面巾，戴上口罩，将刘海向后梳起，再迅速戴上美团头盔，举起手机自拍。

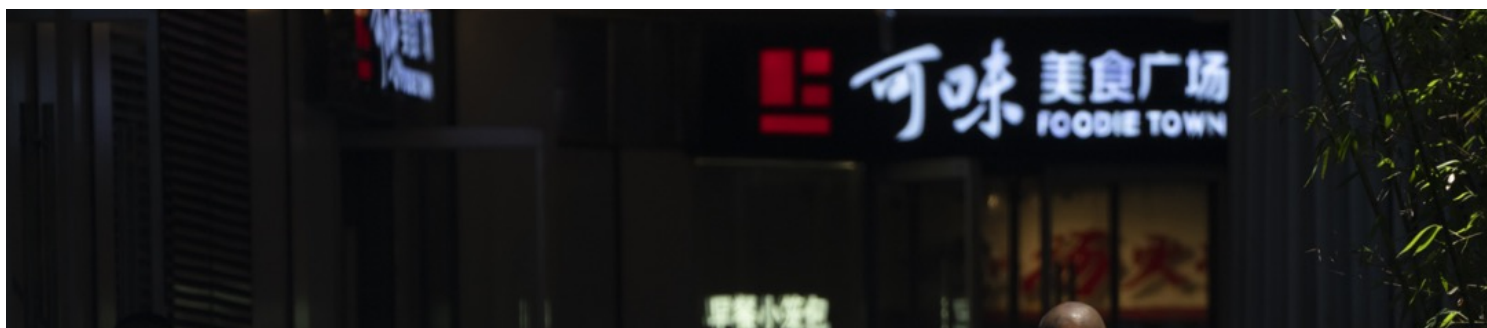
“热死了。”拍完照，陈芳又将工服和口罩塞回箱子。

超标电动车“提速”跑单

9点50分，等了近20分钟后，陈芳的手机响了一下。她被指派了一个预约单早餐，要求在10点半送达。

陈芳不喜欢预约单，“很讨厌的。”她向我解释，骑手没办法只顾及预约单，特别是在用餐高峰期，同时有五六个即时单，可能与预约单不顺路，或是路程太远。而且，预约单收入与即时单一致，并不会给骑手增加补偿，他们通常会当作即时单送，客户和他们之间可能产生不快。前些天，陈芳提早20分钟送达一份预约咖啡，顾客向她表达了不满。“她问我为什么这么早送来，我说商家都已经出餐了，我们就得去拿。”

10点刚过，我们动身去取餐。取餐点是小区底商的一家早点铺，离我们乘凉的树荫百余米，过一个红绿灯便到。再次进入阳光直晒的马路，仿佛被迫重新进入烤箱。取完餐，我们逆行一小段路后，抵达了顾客所在小区。趁陈芳去送餐的间隙，我打开手机自带的天气软件，显示34℃。站在小区底商外檐的荫底处，仍像直面一台空调外机吹出的热风。





2022年6月23日，中国北京的一名外卖员。摄：Mark Schiefelbein/AP/达志影像

结束预约单后，我们回到早晨约定见面的广场附近。10点半，在一家卤鸭店门口停下，暂时躲在建筑物的荫庇处里。陈芳从外卖包里掏出一个黄色塑料水瓶，喝了几口水。她告诉我，喝完自带的水后，每天至少还会喝完两桶1.5升的矿泉水。

闲聊间，一名女外卖员骑着电动车径直向我们这边开来。她是陈芳所属配送站的另一名女外卖员吴姐。吴姐全身被冰袖、纱巾和其他衣物遮住，车上也有一顶略显夸张的遮阳伞。

停好车，吴姐和陈芳互相抱怨了一下手里没单。她们在系统中看到，同一站点实时排名第一的骑手，已经送完了12单。陈芳不清楚具体派单流程和细节，她推测和骑手账号也有关，干得久、送得快的人，可能会被分配更多订单。

吴姐以为我是新手外卖员，感到很好奇。“一般都是我们这种家里有经济压力的，想多挣点钱，才出来跑外卖。”吴姐说，“这工作不适合年轻小姑娘。太阳这么大，要晒黑的。”“我不是年轻姑娘吗？”陈芳立即反问。她俩笑了笑。

寒暄过后，吴姐决定再去商场M附近碰碰运气，和我们告别。此时已接近11时，陈芳的黑色运动裤上有明显的汗水浸湿痕迹，大块汗渍从大腿位置向四周蔓延。早上出门时，我随身携带的两瓶410毫升的水，已经喝光了一瓶。

高温和等单，让陈芳很是烦躁。她向我描述了心情好的时刻：当手里同时握着几个单子准备去送时，“就很爽。”

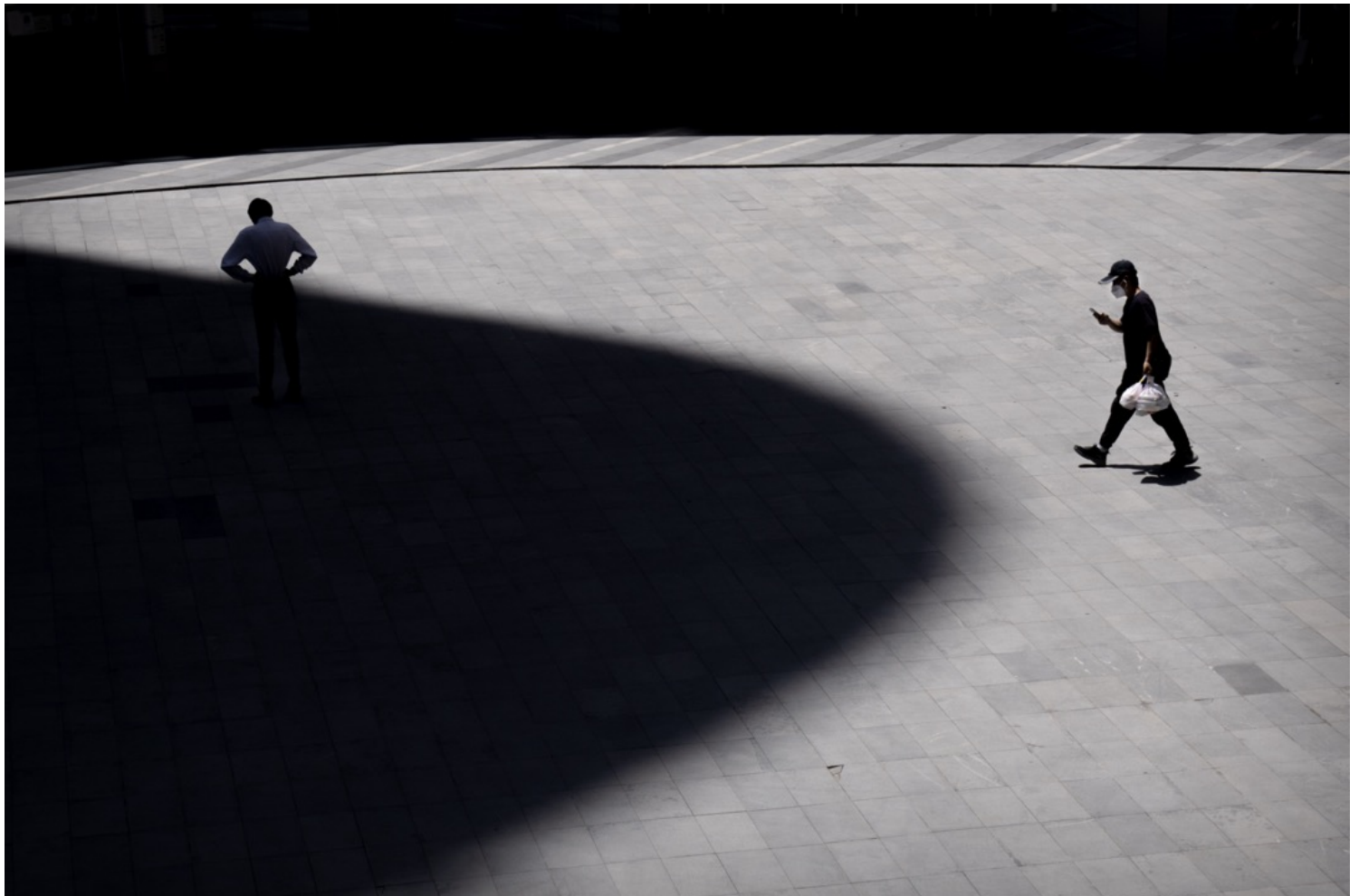
这种“爽”的体验很快就来了。过了11点，陈芳手机里终于出现了新订单。11点15分，我们前往一家牛肉拌饭店取餐，送至一百多米外仅一街之隔的服装店，步行也就两三分钟。随后，我们又赶到不远处一家烧饼店等餐。陈芳的情绪明显高涨，说话时也笑起来了，“手上已经攒了五六单。”

不过，喜悦逐渐变成了急躁。11点58分，在一家汉堡店等餐的陈芳着急起来。此时，另一单还差7分钟就要超时了。陈芳慌忙地给同事发语音，请求后台调度。

“来不及了！”陈芳决定先去送另一单。她横穿过马路，从车流里脱身，进入路的另一侧。我没有径直穿过去，被挡在车流这一侧。

这是第一次，我跟丢了陈芳。

我停在一家奶茶店外的屋檐下，几分钟前陈芳给我发来语音，让我在这里等她，这是她送完第一批订单后的下一个取餐地点。这时已经中午12时10分，天气程序显示体感温度44℃，湿度53%，紫外线指数为11，强度“极高”。



2022年6月1日，中国北京的一名外卖员。摄：Mark Schiefelbein/AP/达志影像

“刚送完第一批，现在开始第二批了。”12时20分，我在奶茶店门口等到了陈芳。不到20分钟的时间里，我们在相互仅间隔百余米的四家店铺取好了餐，第二批订单的配送在陈芳电动车的满速穿梭中开始。我将车速拧到最高，但还是被她越甩越远，只能依靠她车顶的紫红色遮阳伞定位。眼看着紫色遮阳伞逐渐变成一个点，消失在车流中。我又跟丢了。

我租来的电动自行车最高车速为25km/h，时速超过15km/h时，车身便会发出“滴滴”的轻微提示音。租车行老板告诉我，提示音是因为车辆限速，“感觉慢的话，可以帮你升级。”我向他确认，升级后是否就能超过规定（2019年中国发布的电动车新国标）的时速25km/h。他表示，到店里再和我详细说，微信上聊这个不方便，随后撤回了之前发来的几条消息。

“你的车没有提速吗，25（km/h）是绝对跟不上我的。”陈芳的电动车提速过，但她不清楚具体数值是多少，车头屏幕只会显示最高25km/h的标识，“反正我每次都（将车把）转到底。”

我在广场旁的背阳处等待陈芳，附近有许多餐饮店。12时48分，那把紫红色遮阳伞又重新回到我的视野。

12时50分至55分，我们绕着广场周边的几家快餐店取了四份订单，随后逆行约五百米后进入一个老小区送餐。“热吗？”离开前陈芳问我，“你看我裤子上全是汗。”

13时11分，在去往别墅区送餐的路上，陈芳又疾速消失在我的视野内，我只好原地停下等她返回。后来的那个下午，我还跟丢了三次。

从别墅区出来后，我跟着陈芳去了一家电动车换电站。陈芳娴熟地从车座下取出电池塞进储存柜的空格子中，再将从另一个格子取出的满电新电池装回车身。跑了近40公里后，早上8点出门时装上的旧电池，在过去五个小时里已经用掉了80%的电量。

陈芳购买的套餐可无限次更换电池，每月收费300多元。这种换电模式的电动车已经成为许多外卖员的选择，可省下数小时充电时间。我租来的电动车也是这种号称“无限续航”的智能换电车型。

比起高温，更害怕风雨

“热死了，去吃午饭吧。”13时45分，送完25单后，陈芳决定下线休息。她带我去了一家常去的陕西面馆。推开玻璃门，空调冷气顺着打开的门缝扑上全身，浑身的暑气被驱散不少。

店面不大，四张四人桌，只有我们两个客人。陈芳要了一份11元的凉面，又从冰柜拿了一罐百事可乐。我跟着也点了一份。匆匆吃完午饭，刚下线20分钟的陈芳，又急着在系统上线，准备下午的行程。

陈芳告诉我，除了饭点高峰，午后的订单也会比较多。“外面太热，一些男的中午想回去休息。他们不出来，我能拿的单子也就多了。”根据配送站的规定，所有员工下午2点至5点之间有一个小时的休息时间。陈芳想趁其他人休息的档口多送些订单，多赚一点。

陈芳所在的配送站没有底薪，按单数以阶梯式计费。不同档位（单数）设置了不同单价，最低档位是每单5.6元。她坚持每天至少跑完50单，最多的时候跑过70多单。7月份，陈芳的工资超过了1万元人民币。

“热也得送啊，我们要挣钱。”陈芳说，“做好防晒就行了。”每天用衣物遮得十分严实的陈芳没有被晒伤过，但她大大咧咧没抹防晒霜，“晒黑是肯定的，特别是脸和手”。比起高温和太阳，她更担心风雨天，在雨中抢速度容易发生交通意外，全身被淋湿比暴晒更难受。

“像我们这种学历低的，只能做这行了，工厂里工资又很低。”陈芳说，只要自己愿意多跑几单，就能多赚一些，跑多少挣多少。

高温对林哥来说也不是要紧事。“我们不怕热，怕穷。”



2022年7月14日，中国北京的一名外卖员。摄：Ng Han Guan/AP/达志影像

林哥向我展示了他的账户明细，4月份收入也超过了1万元。他从今年3月开始送外卖，每月大约跑1500单，月收入在9500至10200元之间，平均月收入9800元左右。工资结构中的绝大部分是按总单量计算的基本薪酬，其他还涵盖了顾客自愿支付的少量答谢金（2元-5元/次）、不到20元的订单奖励（如物品较重时的补助）、活动奖励和天气补助。

7月下旬和8月中上旬，林哥收到了一笔38元的“天气关怀”奖励，以及共计125元的“高温关怀金”。这些以“高温”为名的收入并非高温补贴，林哥说，这是完成一定订单量才会给的额外奖励。

陈芳听其他骑手说，年底会发放夏季三个月的高温补贴，每月大约300多元。“这也是听他们说的，到底有多少，我也不知道。”

午后的杭州暑气熏蒸。

14时20分，我跟随陈芳从广场附近到1.2公里以外的小区送餐。为了追上陈芳，我将车把手转到最底，T恤在身后鼓起，身后留下阵阵暖风，头盔带子勒在黏糊糊的脖子上。陈芳说，我的脸很红。我笑了笑，其实早些时候从后视镜里就注意到了。

大多数市民的电动车车头上挂着常见的防晒遮阳罩，长袖防晒外套和白色遮面巾也成为他们出行的必备物。非机动车道上的路人在红绿灯路口停车时，会尽量躲在树荫下。

接近下午3点，天气预报显示，体感温度46℃，紫外线指数为7，强度“高”。停在太阳底下，若没握着车把手，它的表面很快被晒得滚烫。

我们来到一处许多栋居民楼聚集的的街区送餐。行进邻近小区的一条直道后，我感觉像被无数个空调外机包围，偶尔有凉风穿过背后。隐形眼镜似乎快被烤干，我不停眨眼，徒劳地试着挤掉不适感。

闯红灯对陈芳来说是常事。到当天下午4点，陈芳已经送了35份订单。在跟丢数次之后，我决定结束今天的“跟班”，去找租车行老板提速。

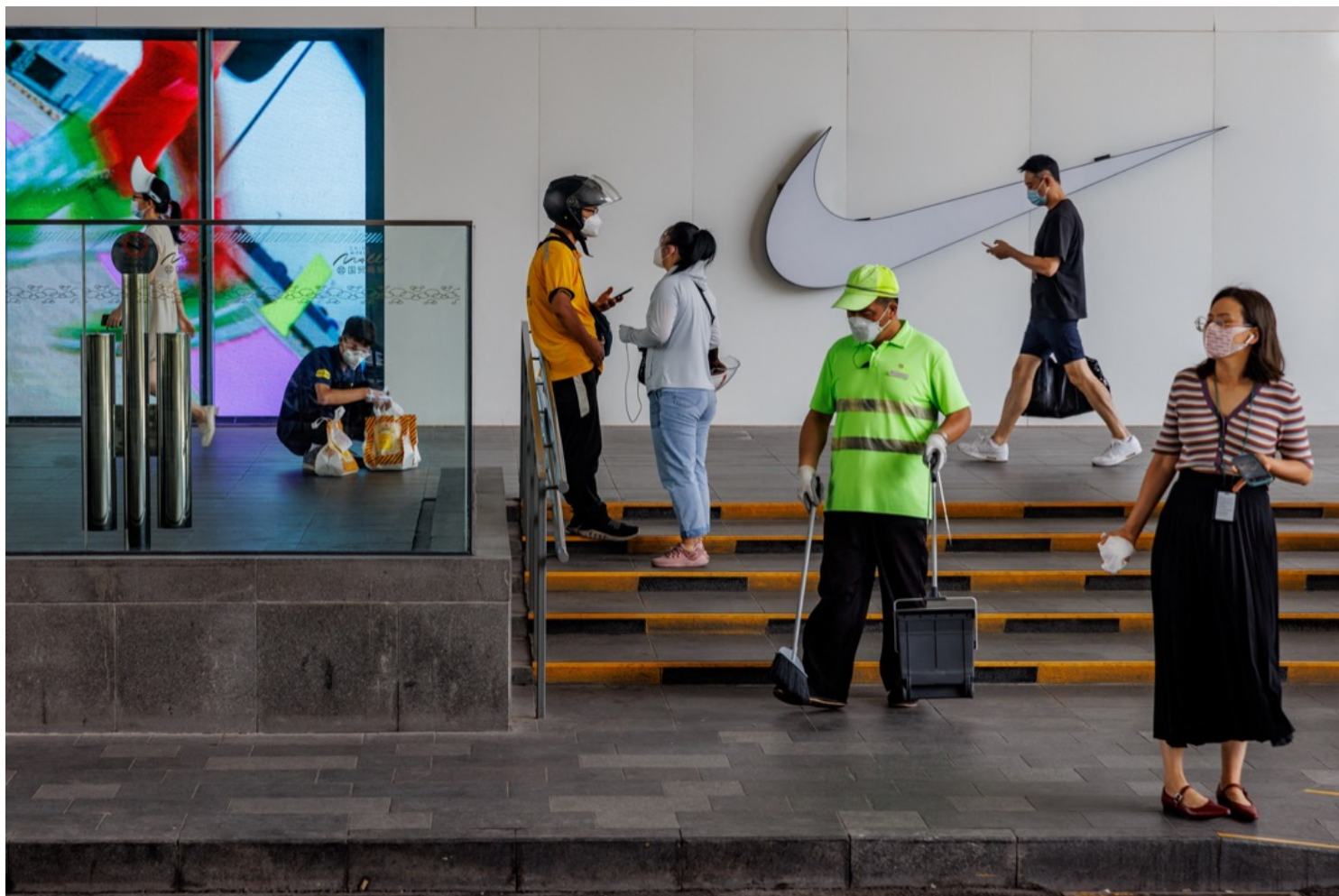
两天后的傍晚，我在购物中心M内的一家奶茶店巧遇陈芳。当天最高气温40℃。陈芳告诉我，她已经送出了60单。和店员接过两杯外卖果茶后，她向我告别，继续跑活。

8月9日，第二次跟陈芳跑外卖时，我已经能紧跟上她了。这种能追上外卖骑手的新奇和兴奋并未持续多久。两个半小时后，当陈芳开着换过新电池的电动车穿越双向道路时，我的电池已不足以高速行驶。我转

进江门 至羊城城市精英

两出门，有有她越来越远。

没与陈芳正式告别，当天中午结束了我的第二次跟单计划。回到家，挎包里的隐形眼镜润滑液，滴出了热水。



2022年7月13日，中国北京，一名外卖员站在商场门外。摄：Thomas Peter/Reuters/达志影像

尾声

8月19日，杭州市最高气温为40.5℃，我所在的街道为41℃。下午4点40分，日晒已不强烈，紫外线指数仅为1，但体感温度仍高达48℃。我的核酸阴性报告即将在几小时后过期，需要出门再做一次，以免第二天被挡在需要7天内核酸阴性证明的公共场所外。大陆网民们把这种行为称为“续命”。

傍晚6点半，气温降到36℃。我骑着自行车前往1.5公里外的一处核酸采样点。检测点外并行排了两条近百米的长队，人声嘈杂，热风阵阵。我的脖子和后背不停冒汗。

“请各位排队人员戴好口罩，不携带口罩，将无法为您做核酸检测。”采样亭外的喇叭轮番播放着这句警示。上个月，同行的朋友因为没戴口罩，曾在其他检测点被拒绝做咽拭子。之后每次出门核酸，虽然觉得

小。二十万，同样的功夫因为人数多了，自然其他位肉点被扯七散八的了。之后每次出门散步，虽然觉得荒谬，我还是会随手将一个口罩塞进裤兜。

晚上7点，队伍缓慢前移，因为闷热我将口罩拉至下颌处，前面还有二十多个人。做完核酸步行至自行车停放点，手机因高温发烫宕机，重启后才顺利打开骑行程序。

缓慢骑至小区楼下时，心跳突然加速，像空腹喝咖啡后的心悸感，手臂也渗出汗珠，头变得沉重，本想坚持着再走几步，眼前却突然开始发黑，伴着白色光点。我撑着身体走向不远处的长凳，弯腰蹲了下去，眩晕感开始好转，视线也清晰起来。然而，每一次试着起身行走，同样的眩晕感又会反复出现……几次尝试后，不得不打电话叫来家人，把我扶回了家。

我中暑了。这时，离我最后一次见到陈芳已过去10天，而40℃左右的高温也已持续了10天。

(为尊重受访者意愿，陈芳、林哥、吴姐为化名。)