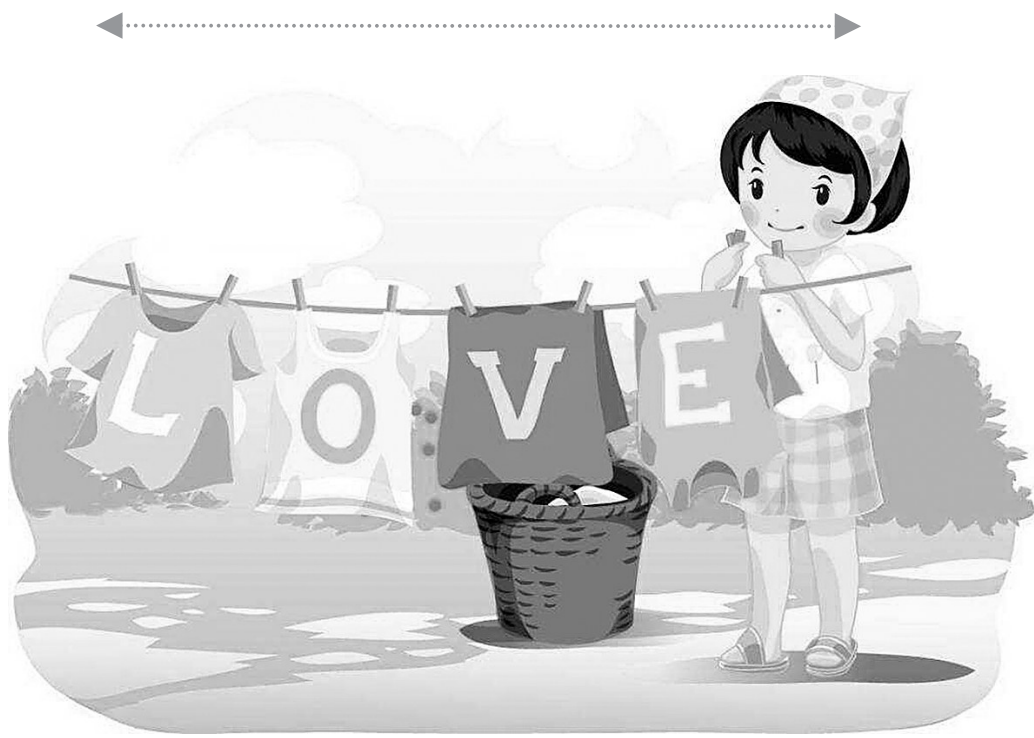




# 洗衣学问多 避开这些误区



洗衣服是每个家庭日常要做的事。有些人洗衣服就是一股脑地把大小衣物丢进洗衣机里，或者放很多洗涤剂浸泡很长时间，其实这些都是洗衣误区，我们应该用正确的洗衣方法洗净衣物，确保身体健康。



## 六大洗衣误区

**误区一：浸泡时间越长越易洗** 衣物浸泡时间过长，大部分织物会发生水解作用，从而降低衣物的寿命。一般来说，浸泡10分钟—15分钟最为适宜。

**误区二：各种衣物一起洗** 有些人习惯把换下来的衣物，不论外衣、内衣还是袜子全部扔到洗衣机里或是泡在盆里，这样会让衣物变得更脏。穿过的衣物携带多种细菌，如葡萄球菌、大肠杆菌等。暴露在灰尘中的外衣也有无数细菌，包括一些强力致病菌，如金黄色葡萄球菌、溶血性链球菌等。据统计，脏衣服每平方厘米的面积上有10个—100个细菌，即使用洗涤剂清洗，也只能去除80%的细菌，漏网的细菌还会造成交叉感染。因此，在浸泡和洗涤衣物时，一定要内衣、外衣分开洗涤。

**误区三：洗涤剂放得越多越好** 很多人认为洗涤剂放得越多，衣服洗得越干净，其实这是一种错误的观念。当水中的洗涤剂分量达到饱和时，多余的洗涤剂并不能增加清洁力，还会残留在衣物上。要高效、节省地使用洗涤剂，根据衣物的多少和用水量，取适当的量。

**误区四：洗涤剂泡沫丰富去污力强** 传统的洗衣观念认为，泡沫越多去污能力就越强，衣物才洗得干净。实际上，高泡沫的洗涤剂很难漂洗干净，漂洗时不仅费时、费水，而且洗涤后的衣物发硬，穿着时可能会刺激皮肤，引起瘙痒。另外，高泡沫的洗涤剂还会损坏滚筒洗衣机。现在很多品牌都推出了低泡沫洗涤剂，不仅不影响去污力，且易漂洗干净。

**误区五：增白即干净** 很多洗涤剂产品中添加了荧光增白剂，衣物在清洗后显得透亮干净，看上去很白。荧光增白剂是一种吸收紫外线可呈现荧光的化学增白染料，它对人体皮肤极易产生刺激，不利于健康。有些人认为衣物增白后亮丽干净、无菌，这完全是一种误解。

**误区六：清洗力度越大越好** 很多人认为，在洗涤衣物的过程中，力度越大清洁效能就越高，这是个错误观念，因为力度太大会破坏衣物纤维。事实上，通过衣物洗涤剂中的表面活性剂等成分产生的化学效能，再配合适当的动力，就可以去除衣物纤维中的污垢了。

## 正确的洗衣方法

**先浸泡后洗涤** 洗涤前，先将衣物在洗涤剂溶液中浸泡10分钟—15分钟，让洗涤剂与衣服上的污垢起作用，然后再洗涤。这样可以缩短洗衣机的运转时间，减少耗电量。

**分色洗涤** 要先浅后深，不同颜色的衣服分开洗，不仅洗得干净，还可以防止染色现象。

**先薄后厚** 一般质地薄软的化纤、丝绸织物，5分钟就可以洗干净，而质地较厚的棉、毛织品要十

几分钟才能洗净。厚、薄衣物分开洗，比混在一起洗更好。

**用水量适中** 水量太多会增加洗衣机波盘的水压，加重电机的负担，增加电耗；水量太少则会影响洗涤时衣服的上下翻动，增加洗涤时间。

**掌握正确洗涤时间** 衣服的洗净程度如何，主要与衣服上的污垢、洗涤剂的种类和浓度有关，而同洗涤时间不成正比。 **据新华网**

## 健康知识

## 记住这些知识 关键时刻能救命

灾害离我们并不遥远，火灾、台风、地震等自然灾害随时可能发生，多学一点自救知识就多一份生命保障。

### 火灾如何应对？

#### 公共场所

拨打119报警，按照疏散指示标志有序逃生，切忌乘坐电梯。穿过浓烟时，用湿毛巾捂住口鼻，尽量让身体贴近地面和墙边，弯腰前进。无法逃离时，应退至阳台或屋顶等安全区域，发出呼救信号，等待救援。

#### 高层建筑

当下层楼梯已冒浓烟或被大火封堵，不要硬行下逃，可到阳台、屋顶等地等待救援。不可以到床底下、衣橱内、阁楼上躲避大火或烟雾。住所如果离楼顶较近，可直奔楼顶平台发出求救信号。

#### 森林、草原

拨打12119森林火警报警，正确判断风向，不可随意选择方向，盲目乱逃。当被火灾围困时，应选择植被稀疏的空旷地方，远离低洼或坑、洞等烟尘容易沉降的地方。将身上的衣服浸湿可以为自己多添一层保护。

### 台风如何应对？

#### 台风来临前

检查门窗是否牢固，及时关好窗户，收起阳台重物及悬挂物，加固室外易被吹动的物体。将车辆移至高处停放，切忌将车停在临时建筑或树下。住在低洼地段居民转移时除贵重物品外，还要多准备衣物和干粮，转移前要垫高柜子、床等家具，把大米、蔬菜等放在高处。

#### 台风到来时

切勿在玻璃门窗、危棚简屋、临时工棚附近及广告牌、霓虹灯等高空建筑物下逗留。避免在靠近河、湖、海的路堤和桥上行走，以免被风吹倒或吹落水中。开车减速慢行，密切观察周边情况，最好寻找安全场所停车暂避。

### 地震如何应对？

#### 在室内

就近躲避，躲在结实、不易倾倒、能掩护身体的物体下或物体旁边。要趴下，让重心降到最低，脸朝下，但不要压住口鼻，同时抓住身边牢固的物体，也可以蹲下或坐下，尽量把身体卷曲起来。远离窗户、镜子、炉灶、煤气管道和家用电器等。低头，用手护住头部和后颈，或用被子、枕头等保护头部。

#### 在室外

远离立交桥、高压线、路灯、广告牌、烟囱、水塔等。

### 雷击如何应对？

#### 在室外

不要在树下，空旷环境中的树下避雨。步行在街上突然打雷，要避开铁桥、高烟囱。骑自行车，应立即下车将自行车放起来，以免引来雷电。

#### 在室内

要切断电源、电灯和其他电器，最好都暂停使用，也不要接打电话。

### 暴雨如何应对？

#### 来临前

暴雨来临前，提前关闭门窗，防止雨水扑入屋内。一旦进水，立即关闭电源、煤气等设备。切断低洼地带有危险的室外电源。

#### 来临后

不要走地下通道。不要在流水中行走，15厘米深的水流就能使人跌倒。暴雨中开车应打开雨雾灯，减速慢行，注意预防山洪，避开积水和塌方路段。 **据人民网**