

开窗通风的6大误区

亲，冬天再冷也要开窗通风



世界卫生组织“健康住宅”标准的15条里面有近十条跟室内空气质量有关,这些是提高生活品质的重要标志。

尤其天寒地冻的冬天,大家都喜欢关紧门窗,在屋内享受暖气。但你不知道的是,如果通风做不好,安全隐患更大。

误区一:嫌冷不开窗。**正确做法:**再冷也要开窗通风换气。一个人在正常情况下每小时要呼出22升二氧化碳,如果通风不良,这些人体呼出的二氧化碳就会集聚在室内。开窗通风可以使人获得较多的“空气维生素”,也就是负离子,能增加人的寿命。开窗次数并非越多越好,一天开窗通风3次,每次不少于15分钟,基本就能够维持室内空气的新鲜了。

误区二:早晚开窗。**正确做法:**上午10点和下午3点为最佳开窗通风时间。很多人习惯早晨起床开窗和晚上回来开窗,据研究测试,城市里两个空气污染高峰一般在日出前后和傍晚,此时是最不宜开窗的时间。而两个相对的空气清洁时段是上午10时和下午3时前后,建议大家在此时段多开窗。

误区三:厨房炒菜时才开窗。**正确做法:**只要用炉灶,就应该开窗通风。现在几乎每家都用油烟机,但有些朋友只在炒菜时用油烟机和开窗,而在烧水炖汤时却不用油烟机、也不去开窗。其实即使仅仅是烧水,燃气的废气也很容易在厨房聚集并扩散到客厅和卧房。因此在使用燃气时,无论烹饪什么都要开窗或用油烟机。

误区四:冬季睡觉时不能开窗。**正确做法:**一年四季睡觉都应该保持通风。冬季可以留一条小缝。冬天睡觉时,很多人总喜欢关门闭窗,以免受寒着凉。实际上,冬季睡觉时窗户尽量开条缝,保证一定的有氧呼吸。但要避免对流风,不要让风直接吹到身上。生病或遇到大风、大雨等极端天气不宜开窗。

误区五:雾霾天不能开窗。**正确做法:**雾霾天也要定时开窗通风。遇到雾霾非常严重的时间,需减少开窗时间。最好在有纱窗的情况下,窗户开小一点,并使用加湿器、湿化喷雾,或在暖气上放一盆水,以增加空气湿度,让灰尘和微生物都沉下去。

误区六:有空气净化器就没事了。**正确做法:**自然通风才是王道。目前,市面上一般的空气净化器只能除尘、除油烟和异味,稍微好一点的能够杀灭细菌和病毒。然而,长时间在封闭空间使用空气净化器有可能造成二次污染,当空气质量好转,就没必要长时间开启空气净化器,应以自然通风为最优选择。

小妙招改善室内环境。1.装修房屋时,选择带有环保标志的绿色装饰材料。2.只要打开灶具,就把抽油烟机打开,同时关闭厨房门,把窗户打开,这样有利于空气流通,消除污染物。3.马桶冲水时放下盖子,平时不用时尽量不要打开。4.湿式除尘。方法简单,就是先在室内洒点水,过10-15分钟后再用条帚轻轻去扫,在城市可用湿拖布直接擦地。湿式除尘能防止尘土飞扬,同时调节室内湿度。5.养一些绿色植物,净化室内空气。

(李睿 整理)

妙养室内花草

卧室养花

不宜摆放浓郁香味的花。像常见的百合、兰花、夜来香、茉莉花等,香味都过于浓重,容易刺激人的神经系统,令人过度兴奋,从而导致失眠等问题,一般不建议摆放在室内。

切勿贪多求大。卧室养花,要根据卧室大小来选择植物大小,数量要适中,一般十五平米左右的卧室,摆放三到四盆小绿植即可,不要贪多求大。

尽量选择观叶植物。开花植物容易引起花粉过敏,所以要多选用观叶植物,像绿萝吊兰等,养护简单,装饰性强,还能吸收甲醛等有害气体。不要摆放像含羞草这种小叶小花的植物,不够大气。

阳台养花

阳台养花需注意安全。特别是向外延伸出来的空间,花友们在摆放花盆时,一定要注意牢固性,防治操作不当或者狂风大雨将花盆吹落,砸伤路人。浇水时,应注意不要让水滴土壤等洒落到楼下邻居家,破坏邻里关系。

不同朝向的阳台选择不同花卉。朝南的阳台:光照时间长,温度高,可以养一些喜欢阳

光的花草,比如米兰、月季、茉莉等,夏季高温时可适当遮阴。朝北的阳台:朝北的阳台光线较弱,可选择一些较耐阴的花卉,比如鹅掌柴、一叶兰、巴西铁、常春藤等,冬季时,朝北的阳台温度较低,此时要注意保温,或直接移到室内。朝东的阳台:朝东的阳台上午光线较好,可以种植发财树、棕竹,或一些蔓生的植物,凌霄、茑萝等,都非常适合。朝西的阳台:朝西的阳台下午光照较好,可以种植金银花、紫藤等藤本植物,搭个棚架,形成一道绿色的窗帘,既能遮光又能美化环境。

客厅养花

俗话说,客厅有绿叶,聚财有生机。在客厅摆放几盆植物,不但能让家居环境变得更加温馨,还能为客厅聚财。客厅养花禁忌:尽量以中小型植物为主,大型植物容易使客厅产生压迫感,花盆的直径不要小于花卉的直径,盆比花大,寓意进财,上下相等寓意保财,花卉大于花盆,寓意破财。

客厅可多摆放一些阔叶植物,比如万年青、发财树、铁树等,这样能促进家人关系融洽,夫妻感情和谐,家庭和睦。

(李睿 整理)

设计100问之

21

装修 宝典

关键词 窗框

细节心装饰 聊装修

客服·设计中心地址:西外长城装饰城A区2F9
详情咨询:2768567

王先生家装修时,装修工人建议将房间和阳台之间的窗户加大,安装成大幅的玻璃,这样既可以保持通透还可以让室内的光线也更充足,王先生觉得这个建议不错就采用了。装修结束,亲朋都说木作窗框不好用,天天被风吹日晒,玻璃窗用不到多久便要报废,真是这样吗?

廖伟臻 细节心装饰公司设计总监 从业经历11年



真心话

亲朋说的没有错,由于窗框的位置在阳台,太阳和雨水都

是直接作用,这样木作的窗框很快就要变形,不管做得多好,都不耐用。问题出在设计师那里,他只注意了美观问题,没考虑到使用的问题。

(杜晓辉)

主 编 张 鲁
责任编辑 李 睿
编 辑 杜晓辉

官方微信 dzwbwx
官方微博 dazhouxinwen

报料热线:5321987