

## 夏季谨防 四类“火患”

入夏以来,气温不断升高,用电用电量增大,稍不注意就容易引发火灾。消防部门提醒市民,防暑防晒的同时,也千万要记得防火,别让消防安全“中暑”,夏季谨防四类“火患”。

### 注意电器设备安全

夏季高温,大功率电器的使用频率增加,电气设备线路存在超负荷运转现象,容易因电源绝缘层损坏短路打火,或者电器电机进水受潮短路等原因引发火灾。要选购合格电器产品,注意电器设备使用过程中的通风、散热,防止因元器件受潮腐蚀或温度过高引发火灾。空调、电风扇等电器设备不宜长时间使用,离人时应及时关闭电源。

### 注意燃气用具安全

要选用合格的燃气灶具、气瓶及配件,有条件的建议安装燃气自动报警、自动切断和熄火保护装置。不得擅自拆改燃气管道和设备,不得在使用燃气的房间住人或堆放杂物。使用燃气时,应打开门窗通风,并现场留人看护。使用燃气后,应及时关闭管道和气瓶、灶具阀门开关,定期检查燃气胶管是否老化、松动。发现燃气泄漏时,要迅速切断气源,及时开窗通风,不要触动电源开关、使用明火或者在燃气泄漏现场拨打电话。

### 注意蚊香使用安全

夏日夜间,使用蚊香驱赶蚊虫现象普遍,稍有不慎,极易引燃周边蚊帐、衣物、纸张等易燃、可燃物品。在驱蚊时应注意,将点燃的蚊香放在金属支架上,并远离易燃、可燃物品放置。使用电蚊香时要注意用电安全,用完及时断开电源,防止因长期通电“干烧”引发火灾。

### 注意车辆使用安全

炎炎夏日,机动车辆长时间超负荷使用,发动机油污严重,加之极端高温天气以及发动机舱通风不畅等原因,容易导致机动车辆自燃事故发生。在使用过程中要注意车辆的日常保养和检修,按照规范要求配备车载灭火器具,不在车内存放和使用降温喷雾,不在仪表盘、手套箱等车内部位放置打火机、香水、空气清新剂等受热膨胀后容易爆炸引发火灾的物品。

梁如意



## 选防晒衣看面料还要看颜色



炎炎夏日,防晒衣成为不少人必备的防晒“利器”。不过,最近有网友唏嘘:自己穿了防晒衣,结果还是被晒黑了。那么,防晒衣的防晒原理是什么?为何穿了防晒衣还是会被晒黑呢?

“防晒主要防的就是紫外线。”北京服装学院副教授张婧指出,到达地球的紫外线主要包括波长在320纳米到420纳米的长波紫外线(UVA)和波长为270纳米到320纳米的中波紫外线(UVB),其中UVA占比超90%,是让人晒黑的“真凶”。

服装对防止人体受到紫外线伤害起到了重要作用。人们日常穿着的服装通常都具有一定的防紫外线功能,当紫外线照射到服装表面时,会发生反射、散射、吸收、透过等现象,这样人体皮肤受到的伤害就少了。

不过,日常服装对紫外线的防护效果有限,当长时间暴露在强烈阳光下时,我们就需要具有较高紫外线防护功能的衣物。

“防晒衣由防紫外线纺织品制成,它通过将照射到服装的紫外线以反射、散射、吸收等方式耗散掉,从而减少人体皮肤受到的伤害,以此来达到防晒的目的。”张婧表示。

紫外线防护系数(UFP)和UVA透过率是评价织物防晒性能的指标。UFP值越高,UVA透过率越小,纺织品的防紫外线性能越好。根据我国相关行业规定,防紫外线纺织品的紫外线防护系数必须大于40,UVA透过率则要小于5%。



“没有达到上述标准的防晒衣起不到良好的防晒作用。”张婧表示,另外,防晒衣老旧、频繁洗涤或者经常在潮湿的环境下穿着,都可能导致其防护效果大打折扣。如果防晒衣面料出现了明显的透光,或织物结构出现松弛现象,就应该考虑更换了。

那么,我们该如何科学选购防晒衣呢?

“防晒衣的防晒效果与纺织品的纤维材料种类、织造结构紧密度、织物厚重程度、颜色深浅等因素密切相关。”张婧进一步说:“例如,在天然纤维中,棉和丝的防晒效果一般,毛稍好,亚麻最好;在化学纤维中,聚酯纤维即涤纶的防晒效果最好。另外,面料的织造结构紧密度越高,越厚重、透孔率越低,防晒效果越好。”

据了解,目前市场上常见的防晒衣面料是涤纶,其次是锦纶,或者是由涤纶和锦纶交织而成的面料。消费者在购买时,建议尽量选择深色系的防晒衣,如黑色、藏青色、深蓝色、深紫色、红色等,其中红色防晒衣防晒效果最佳。

除此之外,在清洗防晒衣时,要尽量用手轻轻地洗,避免使劲揉搓衣物,破坏面料的防晒效果,或者造成织物结构松弛。

罗朝淑

## 煲鱼汤别犯这些错

为什么有时候煲出的鱼汤不鲜美、鱼肉不细嫩?你可能在煲鱼汤的过程中犯了以下几种错误。

### 错误1:杀鱼后立即烹饪

新鲜活鱼刚被宰杀后,鱼肉呈弱酸性,肉质发硬,鱼肉组织中的蛋白质还没有分解产生氨基酸,而氨基酸可以产生鲜味。如果宰杀后立即烹饪,不仅口感差,营养成分不能充分被人体吸收,而且酸性肉质还会影响消化。

鱼的最佳烹饪时机是被宰杀后2小时~5小时,这时鱼肉中的酶开始发挥作用,使蛋白质开始分解为氨基酸,让鱼肉变得鲜美、细嫩。

### 错误2:内脏和腥腺没有处理干净

正确的处理方法是,手的两指伸入鱼鳃中,抠掉鱼鳃,然后刮掉鱼鳞,剪掉鱼鳍,剖腹,去除内脏。清水洗几次,然后抽掉腥腺。鱼身体两侧各有一条白色的线,叫腥腺,其分泌出来的黏液含带腥味的三甲胺,去掉腥腺可减轻鱼的腥味。

### 错误3:加花椒、大料、酱油

煲鱼汤时,放几片姜就可以,还可以适量加白胡椒粉,不要加花椒、大料、酱油等本身有鲜味的调料。

### 错误4:中途加冷水

一次性放水不够,导致中途加水,影响鱼汤的



浓度。一般情况下,煲汤时的用水量至少为鱼本身重量的3倍。如果中途确实需要加水,应以热水为好,不要加冷水。

### 错误5:一直用大火加热

煲汤的时候不能一直用大火,而应先用大火,等到水沸腾后转为小火,使鱼汤始终保持沸腾的状态即可。

### 错误6:炖煮时间太长

煲鱼汤只要把汤烧到发白即可,如果再继续炖,不但会破坏营养,而且鱼肉也会变老,口感变差。

何伟