

巧用冬日保暖法提高室温

本报记者 韩堃



大同的气温一天天在下降，在外奔波的你是否希望一下班就投入自己温暖小家的怀抱，那就得来学学冬季家居保暖知识。这里介绍七个家居保暖小妙招，自己动手为你的小窝取暖，更为冬天的暖和和休息做好万全准备。其实简单的方法就可以让小窝变得暖和起来，一起动手来享受家的温暖吧。

1.地面泼水调室温。大同冬天的气候过于干燥，常向室内泼些清水，既保持一定的空气湿度，又可使室内温度升高1到2℃。因为在通常情况下，室内顶部的气温比室内地面的温度高许多，而泼些清水可促使房间顶部的热空气向地面流动，所以室内温度略有上升，感到房间的空气既温暖又清新。

2.住在正方形的房间里。因为地面呈正方形的房间保暖效果最好，适

合作卧室使用，所以你若是有一间呈长方形，一间呈正方形，那么这个冬天最好选择在正方形的房间里。

3.保暖通风巧结合。居室的门窗玻璃和门窗边缘的缝隙是室内热量损耗最大的地方。因此，冬季里不开启的门窗宜用布条封好，夜间在玻璃上挂上布帘保暖。保暖措施严密，不等于说把整个房间全部封闭起来，要处理好保暖与通风的关系。如遇到天气晴朗，有阳光，最好打开阳光能直射进来的门窗。这样，既可更换室内空气，又能借助太阳的能量使室温增加2到3℃。最后一定要再将门窗关严，这样保暖效果更佳。

4.妙用暖色暖人心。在冬季巧妙地运用暖色装饰房间，如用粉色做窗帘，将淡蓝色的地毯换成红色的，把日光灯撤去换上白炽灯泡，将墙上的雪景照片换为满园春色的装饰画，摆放一些以暖色为主的花卉等，可让人一进屋，便感到迎面而来的是一股热烈、欢快的暖潮，身心皆暖。

5.给玻璃窗穿衣服。玻璃的导热系数较大，有许多热量透过玻璃传到室外白白浪费。如果在封上窗户缝的同时，将透明的塑料薄膜钉在室外的窗框上，那么因增加新的空气隔热层，既不致室内昏暗，又可使室温提高3到5℃。

6.利用反射来保温。通过反射热气的方法，为室内增温。采用金属表面的铝扣板，也可以采用厨房使用的灶台金属膜或者烤制食品用的金属膜，安装在暖气片与墙壁之间的墙面上，这样就起到保温和反射散热的效果，还不影响美观。

7.巧用保温膜留热量。冬季室内的热量40%与窗户玻璃热量散失有关，特别是一些有落地窗的家庭，冬季感觉室内温度比较低，可以采用粘贴玻璃保温膜和涂刷玻璃保温涂料的方法留住热量。



布艺、皮质和实木 床头背板的对比



布艺床头背板是比较舒适的，洗完澡之后，躺在床上，靠着布艺床头背板，看看书、刷刷手机，非常舒服。但是布艺床头背板有个最大的缺点就是不耐脏，容易积灰，如果家里有小孩，也容易被涂画，需要多加注意这一点。

皮质的床头背板对比起布艺的来说，就会更加的耐脏一些，而且大部分污渍可以擦干净，舒适程度也是差不多，但是更贵一些。一般皮质的床头背板也常出现在欧式风的床上，比如人们常说的软包靠垫，就基本上是皮质的，款式更为大气、奢华。

实木的床头背板可能是最为常见的，毕竟现在大部分的屋主都会选择木床，简约风、北欧风、日式宜家等等风格里的床大部分都是木质的。实木床头背板在舒适程度上肯定没办法与布艺和皮质的对比，需要加上枕头、抱枕等辅助。但在耐用度、耐脏性上，可以说是完胜。

床头背板通常都是和床连在一起配套的，所以大家可以根据自己家里的风格和需求来选择床和床头背板。不管是哪一种，都是非常实用的。主要就是看个人的需求，比如你觉得你比较爱清洁、平时也会多注意这方面，又喜欢靠着玩手机，那就选择布艺的或皮质的。实木的耐脏又耐用，虽然舒适程度不够，但可以通过抱枕、枕头等组合来达到布艺、皮质床头背板的效果，抱枕和枕头就好清洗多了。

方韦

卧室衣柜现在流行这样设计



放置于卧室里面的衣柜，是人们每天都会打交道的家具之一。它不仅满足了日常收纳需求，而且对于节省空间提升卧室颜值等，都有着无法替代的作用。一个美观兼实用的衣柜，通常在造型简约的基础之上，又有着设计感的加持，并且赋予了空间更高的格调。

1.通顶式衣柜。通顶式衣柜，顾名

思义指的就是与房顶齐平的衣柜设计，而且这种衣柜还通常与地面无缝连接，充分利用有限的空间面积，让收纳功能达到最大化。

2.衣柜透明化。在我们的固有思维里，衣柜一般都是封闭式的，采用刷漆的柜门将所有衣物遮挡起来，达到与室内风格和谐、统一的视觉效果。其实衣柜完全可以做成透明化的，只要衣柜收纳合理，透明化的衣柜完全可以成为卧室的一个亮点。

3.多功能组合衣柜。对于空间紧凑的小户型而言，什么样的衣柜设计更符合使用需求呢？当然是时下流行的多功能组合衣柜，它能将每一寸空间利用到极致。

韩堃

床垫不透气的危害

你知道床垫也是需要透气的吗？人的皮肤表面分布着多达三百万个细密的毛孔，晚上睡觉时大部分都要和床垫接触，所以床垫的好坏与人们的身体息息相关。

床垫透气的首要任务就是要帮助人体排出水汽，让睡眠不会因为潮湿受到影响。在每晚的睡眠中，人体会会有水分丧失，这些水分都到了哪里？毫无疑问，这些水分都散发到了床垫和被褥中。人体至少有三分之一的体表接触床垫，也就意味着每天都有水分需要通过床垫散发出去，如果床垫不透气，肯定会让人感觉潮湿，难免让人感觉不舒服，影响睡眠质量。

床垫的第二个作用就是帮助排汗，不会让皮肤变得粗糙、过敏，甚至患病。人体的皮肤一般都在不断地通过排汗来散热，体表接触棉织物的温度恰好

约在摄氏37度左右。如果床垫不能透气排汗，体表温度不能正常调节，肤质容易变得粗糙、过敏之外，长久以往也将影响内分泌的功能。

床垫的第三个作用是透气防潮，不会滋生细菌和螨虫。螨虫喜欢潮湿、高温、有棉麻织物和有灰土的环境。所以，干燥、勤通风就是消灭它们的最佳武器。如果床垫不透气防潮，就会成为螨虫最喜欢的地方，将直接影响到人们的皮肤。

韩堃



如何选购洁具瓷砖

1.购买前要做的事。首先，确定洁具的整体风格。目前市场上不乏美观实用的成套产品。消费者在购买前一定要有配套意识，包括造型、色调等等。那些开放式卫生间还要和居室的整体风格相匹配。最好的选择是购买同一品牌产品，即使是不同品牌的产品也要尽量做到风格统一、搭配得当。其次，确定尺寸。卫生洁具的安装需要比较精确的测量数据，即使相差只有1厘米也无法正确安装。所以，新房子在装修的时候就要确定洁具位置和尺寸。洁具位置已经确定的，选购时则要购买适合的尺寸。最后，确定购买地点和品牌。卫生洁具是耐用消费品，最好一次购买后能保证较长时间的使用。所以，购买正规品牌的产品，在大型建材市场购买是最佳选择。

2.辨别购买时宣传的可靠性。有的中小企业为了能够吸引更多消费者的“眼球”，会滥用一些重要标志，夸大产品服务功能，甚至作虚假广告宣传。对此，消费者可以到国家认监委网站上查询这家认证机构是否经过国家批准，企业所说的认证是

否与国家建立的统一认证的概念相一致，不要受误导。

3.采购时对产品有一个基本的判断。外观质量的检验和判断包括两个方面，检查表面是否光滑，避免开裂，从产品表面的侧面可以观察到，没有小沙眼和麻点；用手指轻轻敲击，听声音清脆，优质瓷砖产品声脆，而瓷砖制品的裂缝一般会发出嘶哑的声音。此外，有一个指标是非常重要的，即瓷砖的吸水率，较低的吸水率产品质量更好。

方韦



色温小知识

色温是表示光线中包含颜色成分的一个计量单位，常用的色温从2700k到6000k不等，家用色温一般在2700K到4000K。但色温和实际的亮度关系并不是非常大，好的灯具能够提供的光通量是一定的。不过在装修过程中，最让人纠结的还是到底选3000K还是4000K，所以3500K变成了拯救色温选择困难症的“救星”。其实不同的装修风格，应选择不同的色温。

3000K 俗称暖白，有时叫暖黄，不同商家有不同叫法，多用于新中式、日式、美式风格。

3500K 是“纠结星人”的普遍选择，适用于北欧、现代、极简风格。

4000K 适用于工业风，如果你喜欢温暖洋洋的家居环境，则可以不用考虑了。

5000K 和 6000K，更适用于出租屋，或者用于厨卫灯具，显得明亮，在家装中并不推荐，因为太白了。

方韦

