2026年10月29日 星期四 老年日报

执行主编：刘琳佳 责任编辑：刘雪娇 电话：(0451)84612187 E-mail:lnliuxuejiao@163.com

这些暖气使用妙招科学吗

如今，我国北方地区稳定集中供暖，南方地区使用电暖器或壁挂炉，冬日里的“温暖保障”已成为家家户户的生活刚需。与这些供暖设备一同升温的，还有网上各类暖气使用“妙招”：“在暖气上晾衣服一举两得”“出门关暖气省电省钱”“暖气不热就放水”“用暖气水拖地冲厕所是废物利用”……这些做法看似有理，实则浪费能源、损害健康，甚至可能暗藏安全风险。



用暖气烘干湿衣服？不仅耗能而且滋生霉菌

“冬天衣服难干，搭在暖气上一晚上就烘透了，还能给屋里加湿，多划算……”这条网友建议在天津大学建筑设计规划研究总院有限公司热力室副主任冯卫星看来得不偿失。

“这样做会严重降低取暖效率，直接导致能源浪费。”冯卫星解释，暖气片的工作原理是通过金属散热面与室内空气进行热交换，以对流（热空气上升、冷空气补充）和辐射（直接向周围空间释放热量）两种方式提升室温。当湿衣物覆盖在暖气片上时，相当于给散热面加了一层隔热屏障：一方面阻挡热量向室内散发，另一方面衣物中的水分蒸发会消耗大量热能。这部分热能并未用于提升室温，而是以蒸发潜热的形式被白白损耗。

从卫生角度来看，暖气片更不是安全的衣物烘干载体。湿衣物覆盖在温暖的散热面上，会形成高湿的微环境。这种环境是大肠杆菌、黑曲霉等细菌和霉菌滋生的“温床”。

同时，暖气片在日常使用中，表面易吸附空气中的灰尘、螨虫排泄物等污染物。当衣物水分蒸发时，水蒸气会将这些细菌和污染物一同带入室内空气；部分细菌和污染物还会重新附着在衣物表面。对于过敏体质者、老人、儿童等敏感人群而言，这些物质可能引发皮肤瘙痒、过敏性鼻炎，甚至导致呼吸道不适等健康问题。

出门关暖气回来再开？持续低温运行更节能

“出门关供暖设备回来再开”是不少自采暖（如燃气壁挂炉、电阻式电暖器等）用户口口相传的省钱“妙招”。对此，天津大学建筑设计规划研究总院有限公司设计总监赵煜说，对多数家庭来说，频繁启停供暖设备远比低温（12摄氏度至16摄氏度）持续运行更耗能。赵煜解释，外出时关上供暖设备后，室内温度会逐渐降至与室外气温接近的水平，墙壁、地板、家具等蓄热体都会冷却。回家重启供暖设备时，设备需以最大功率运行较长时间才能使室内温度达到舒适温度（通常约20摄氏度），因为不仅要加热空气，而且要加热所有冷却的蓄热体。

“让房间重新升温的能耗，可能是外出期间低温维持能耗的2到3倍，因为加热墙体、地板等蓄热体的能耗远超单纯加热空气的能耗。”赵煜说。

为了抢热水暖气私加加热泵

供暖季里，常有人嫌自家暖气不热，偷偷在回水管上装个小型加压泵：“让水流快点，热水不就都奔我家来了？”装上之后，自家暖气片确实烫手了，可没过两天，楼上楼下、左右邻居全凉了——这就是典型的“抢热”。

集中供暖是一张连在一起的网，每户分到的水量、压力是相对平衡的。泵一转，等于在管道里“强行抽水”，热水被吸向自家，邻居家供回水流量骤减、压力颠倒，自然越住越冷。这不是“我家掏钱自家热”，是把别人的热偷来了。

为啥说它错？第一，破坏整楼水力平衡，一家装泵，半栋楼遭殃，邻里矛盾直接炸锅；第二，管网压力乱了容易进空气，出现气堵、异响，甚至接口松动漏水、泡地板；第三，泵带电又挨着水暖管，劣质安装还漏电起火；第四，按供热条例，私装循环泵属违规用热，查到要拆泵、整改、罚款，冻坏自家供热单位还不担责。

真不热别抢水。先摸进出水管：都凉找热力；一片热一片凉是气堵，排个气；再清滤网、查是否管道脏堵。自己搞不定，直接叫供热公司上门，比装泵体面得多。

用暖气水拖地冲厕所？既有害健康又违规

供暖季来临，一些网友抱着“废物利用”的想法，提出用暖气水拖地、冲厕所，甚至私接水管取用。事实上，暖气水不能随意使用，其潜在危害远超多数人的认知。

天津能源集团津安热电公司供热服务中心主任助理范皓说，暖气水绝非普通自来水，而是工业循环水。为延长设备使用寿命，供热公司会在暖气水中加入火碱、磷酸钠等阻垢剂和防腐剂，部分地区还会加入臭味剂，从源头防范私自盗用行为。这些化学药剂虽符合管网保护标准，但完全不适合日常接触与使用。

“大部分暖气水的pH值为12到14，属于强碱性水。”范皓说，人长期直接接触这类水会破坏皮肤表面的油脂屏障，导致皮肤干燥粗糙、开裂脱皮，甚至诱发皮肤病。更隐蔽的风险在于，用暖气水拖地时，挥发的碱性气体会被人吸入呼吸道，对黏膜造成刺激。

值得警惕的是，暖气水长期在封闭管道中循环，还可能析出铜、铅等有害金属离子。部分北方地区为应对低温环境，会在暖气水中添加乙二醇等防冻剂。这类物质通常毒性较大，一旦通过皮肤接触等方式进入人体，可能对健康造成严重威胁。

本报综合

暖气自查指南

供暖季一开阀，家里暖气却未必马上暖起来。很多人面对此情况会不知所措，。为了不挨冻，掌握下面几类情况，多数小故障自己就能先排查。

暖气不热四步走

1.整屋冰凉或升温极慢先别急，供热初期管网要24-72小时逐步预热，短时间不烫正常。

自查顺序：先看入户总阀、暖气片进出水阀、地暖分集水器是否全开（手柄与管平行为开）。

再摸入户管：如果户外管热、室内凉，查室内阀门或滤网。邻居家也不热，可能是小区换热站还在调试，等或报热力公司。

2.暖气片“上热下凉”或“前几片热、后几片凉”典型气堵。用毛巾裹住顶端排气阀，螺丝刀轻拧，听到“嘶嘶”放气声，等连续出水无气泡再拧紧，可反复2-3次。

若是多组暖气片冷热不均：适当关小最热那组的回水阀，把热水“挤”给冷的那组，慢慢调到各片温差缩小（水力平衡）。

3.地暖局部不热、回水凉分集水器逐路排气：关总回水阀→一路路开阀放水排气→排净再全开。若仍不热，查入户Y型滤网：关供回水阀，拆堵头取出滤网，冲掉泥沙铁锈再装回。

4.暖气片摸着烫，但室温上不去常见原因：暖气被罩住、窗帘家具遮挡；门窗漏风；楼层边户散热大；片数不够。移开遮挡、补门窗密封条，比盲目放水有用。

注意：千万别私放暖气水“促循环”——越放系统越亏水、越不热，还影响整栋楼。

管道异响：大多不是大毛病

“咕噜、哗啦”流水声：积气，排气即可。

升温时“咔咔”声：热胀冷缩，正常。

持续“嗡嗡”震声：阀门半开、水流冲击或管道共振，把阀开满，支架垫软胶垫。

本报记者 刘雪娇

生活指南

大米防虫存对是关键

米缸里的小黑虫大多是米象，虫卵早在稻谷里就“埋伏”好了，遇着暖和潮湿就醒过来。想不让它冒头，关键不是等生虫再治，而是买回来就切断孵化条件。

新米别直接倒进旧缸，先分装成小袋送进冰箱冷冻室冻够24到48小时，低温把虫卵冻死，取出回温后再存，这步最管用。日常装米用带盖的密封桶或食品级罐子，别敞着袋口。旧米吃完要把缸底碎屑清干净再装新米。

存的位置要阴凉、干燥、避光，离灶台、水槽和暖气远一点，别贴地贴墙，最好架在层板上。南方回南天、北方供暖季最易返潮，米里可以埋一包纱布裹的花椒、大蒜或干橘皮，气味能赶成虫。

蒋一鸣

过期酸奶的妙用

家里有过期酸奶别急着倒掉，只要没发霉、没异味、没分层变质，它还有不少生活妙用。

天然皮革护理剂：过期酸奶含有乳酸和油脂，能滋润皮具。用棉布蘸取少量酸奶，轻轻擦拭皮鞋、皮包表面，静置几分钟后用干布擦净，能恢复光泽。注意先在不起眼处试一下，确认不掉色再用。

植物叶面清洁剂：酸奶中的酸性成分能溶解叶片上的灰尘和水垢。用软布蘸酸奶擦拭绿植叶片，再用清水擦一遍，叶片会变得油亮干净，还能起到轻微防虫作用。

花草肥料：把过期酸奶兑水稀释，按1:10的比例浇在花盆土壤里，能提供氮磷钾养分。 刘峰