

◆ 科普知识

你的羽绒服还暖和吗？

旧羽绒服还暖和吗？已经穿了好几年的羽绒服真的还能穿吗？羽绒服真的有“寿命”这一说吗？先说答案：有，不过和你的使用方式有很大关系。

储存方式不当，破坏了羽绒服中的绒子

羽绒服保暖的关键在于其中填充的羽绒，而羽绒服保暖性能的丧失，就是因为羽绒本身不行了。

无论是鹅绒还是鸭绒，它们都有一定的使用年限。鹅绒的使用寿命相对较长，大约有15年，而鸭绒的使用寿命则只有10年左右。在长久的使用中，羽绒细小的绒毛和羽枝都会发生断裂、分解，从而导致羽绒服的保暖效果下降。而不当的储存方式会进一步缩短羽绒的寿命，让它穿三五年甚至一两年就不暖和了。

每当冬季过去，为了储存羽绒服，很多人都会选择用真空压缩袋将羽绒服收起来，直到来年冬天再拿出来。而这种长时间的压缩、挤压，其实会大大损伤羽绒的立体结构，即使来年重新恢复，保暖性能也会大不如前。

长时间的暴力压缩，会让羽绒的羽枝长期处于弯折的状态，甚至整个绒朵都会直接断裂，即使重新充气，绒子也无法回到原本的蓬松状态，不仅让整个羽绒服的蓬松度大不如前，保暖性能



也会大打折扣。

与此类似的，长时间将羽绒服压在其他衣物或者重物下，也会破坏绒子的立体结构，这都会导致羽绒服的保暖效果大大降低。

如果每年冬季之后，都这样“粗暴”地收纳羽绒服，羽绒服自然是熬不过几年。

正确的收纳方式，在条件适宜的情况下，尽量选择将清洁、

干燥的环境中悬挂，并且避免周围衣物的挤压，以保持羽绒服的蓬松状态。如果实在需要压缩储存，也尽量不要压缩过多，保持原体积的2/3为宜。压缩后的羽绒服，尽量不要叠放，避免其他衣物的重量继续破坏绒子的结构。



层发生反应，导致涂层发生脱落或裂痕，而这同样会大大影响羽绒服的保暖性能。

因此，许多羽绒服在水洗标上都明确标注了“不可干洗”，可惜大都没有人注意。

羽绒服更适合水洗

相比之下，羽绒服其实更适合水洗。不过，水洗可不是简单粗暴地扔进滚筒洗衣机来一个无敌大搅拌——这对羽绒服，绝对是致命的。

羽绒湿水后，在滚筒的反复高速旋转、搅拌下，会聚集、成团，纠缠在一起的绒子结构同样会受到破坏。而且干燥后，绒子也会继续团在一起，整个羽绒服中的绒子无法均匀分布，也就无法形成均一厚度的静止空气层，保暖性能同样受到影响。在一些极端意外情况下，滚筒机洗甚至会直接让羽绒服原地爆裂。

由于面料、针脚的问题，一些羽绒服会面临着或多或少的问题。而不当的洗涤方式，更是会拉扯、损害面料，导致面料连接处的缝隙更大，更容易钻绒。

如果想要使用洗衣机清洗

羽绒服，最好选择专门的羽绒服清洗模式。如果洗衣机没有对应模式，则可以选择轻柔档位，在清洗前可以先浸泡打湿，让绒朵相对均匀地湿润，这样也能减少清洗对于绒朵结构的破坏。轻柔的羽绒服，也可以选择手洗。除了清洗方式，羽绒服清洗时也应该选择中性洗涤剂或羽绒服专用洗涤剂，避免其他洗涤剂对羽绒成分的损害。

清洗干净的羽绒服，千万不要用力拧水，轻轻挤干水分后晾干即可。在晾晒过程中，别忘了拍打羽绒服，让聚集在一起的绒子能散开，达到充分晾干的目的。

如果嫌麻烦，可以选择购买深色羽绒服。这样洗涤频率可以降低一些。如果是小块污渍，可以使用专用的干洗剂进行清洁，如果是吃了火锅、烧烤等味道比较大的食品导致羽绒服沾上味道，则可以选择洗衣机的空气洗档位进行清洁，减少羽绒因清洗受到的损害。

总而言之，只要保养得当，羽绒服的使用寿命可以达到十几年，其实还是很长的。
(来源：科普中国)

清洗方式不当，很多人都洗错了

在日常的穿着中，羽绒服难免会沾上各种灰尘、污渍。一年下来，难免需要洗那么几次，而不同的清洗方式，更是羽绒服的天敌。

羽绒服大多不适合干洗
很多人会将羽绒服送到干洗店清洗，其实羽绒服大多都不适合干洗。

干洗的原理是利用有机溶剂溶解服装表面的污渍，而后让有机溶剂挥发，就能实现干洗干出的效果。而目前洗衣店中常用的干洗剂是四氯乙烯，四氯乙烯的洗净率比较高，能有效地去除衣物上的油渍、污渍等，而且易挥发，在衣物上的残留也比较少。但四氯乙烯同时也会破坏羽

绒中的蛋白质成分，导致羽绒变硬，影响羽绒的保暖性能。此外，四氯乙烯还具有强烈的脱脂作用，这也会导致羽绒毡缩、板结、发硬，失去蓬松性。

此外，四氯乙烯还会影响一些羽绒服的面料防风性。很多面料都是靠涂层实现防风、防水的效能，而四氯乙烯会和大部分涂

新一轮补贴 1月20日起 全国实施

商务部等部门15日发布两份文件，对实施手机、平板、智能手表（手环）购新补贴，以及做好2025年家电以旧换新工作予以安排，明确具体补贴品类和标准。其中，买手机等数码产品每件最高补500元，买12类家电产品每件最高补2000元。手机、平板、智能手表（手环）购新补贴实施方案明确，个人消费者购买单件销售价格不超过6000元的手机、平板、智能手表（手环）3类数码产品，可享受购新补贴。每人每类可补贴1件，每件补贴比例为减去生产、流通环节及移动运营商所有优惠后最终销售价格的15%，每件最高不超过500元。各地将根据该方案细化实施细则，1月20日起全国实施。关于做好2025年家电以旧换新工作的通知明确，对个人消费者购买2级及以上能效或水效标准的冰箱、洗衣机、电视、空调、电脑、热水器、家用灶具、吸油烟机、净水器和洗碗机、电饭煲、微波炉12类家电产品给予补贴。补贴标准为上述产品最终销售价格的15%，对其中购买1级及以上能效或水效标准的产品额外再给予产品最终销售价格5%的补贴。每位消费者每类产品可补贴1件（空调产品最高补贴3件），每件补贴不超过2000元。各地自主确定上述12类家电产品的具体品种。



幻日奇观下的锡林郭勒草原冬日牧歌

日前，内蒙古锡林郭勒盟正蓝旗白音宝力格嘎查上空出现“幻日”景观。天空中三个

太阳照耀，草原上牧歌悠悠。摄影爱好者在牧民家羊圈捕捉到这一美景。“幻日”是一种

大气光学现象，是太阳光线由高空薄云中的六角形柱状冰晶

折射形成的。因为“幻日”

抵制恶俗婚闹 弘扬文明新风

——致全县广大党员干部群众的一封信

全县广大党员干部群众：

婚礼，作为人生旅途中的重要里程碑，不仅是个人成长路上最温馨、最精彩的时刻，更是向亲朋好友展现最靓丽、最美好形象的珍贵契机。新年将至，喜事频频增加，为进一步提升抵制低俗恶俗婚闹，树立新型婚俗观，形成反对浪费、文明办事的移风易俗良好风尚，特发出如下倡议：

一、广大青年要文明婚嫁，自觉抵制低俗恶俗婚闹。广大青年朋友要积极引导文明和谐的婚嫁新风，参加婚礼时不制作闹剧、不丑化新人、家人，同时带动和引导家人、好友坚决抵制内容粗俗、格调低下的恶俗婚闹，让婚礼回归神圣庄重、温馨浪漫，把喜事办得喜庆文明。

所有备案注册的婚庆公司在举办婚礼仪式时，不得提供任何低俗恶俗婚闹用品及策划服务，并对新人进行文明婚礼的劝导。全县所有承接婚礼、宴席的酒店对出现的低俗恶俗婚闹行为负有管理责任，要及时制止，情节严重的，报公安机关依法处理。

三、社区、村居要加强引导约束，及时劝阻低俗恶俗婚闹。红白理事会成员、社区、村居工作人员要围绕文明、节俭、安全的婚礼理念，向居民讲解低俗恶俗婚闹的危害性，并劝阻大家在婚礼过程中出现的低俗、危险、不文明婚闹行为，引导居民们自觉抵制低俗恶俗婚闹，树立健康文明的婚嫁观念。

四、党员干部要做好表率，自觉遵守有关规定。广大党员干部、公职人员要树立婚嫁廉

山东省规上工业增加值增速连续5个月领跑全国

省工业和信息化工作会议1月15日在济南召开。记者从会上获悉，过去一年山东工业运行总体呈现领跑态势，1—11月全省规上工业增加值增速达到8.3%，高于全国2.5个百分点，已连续5个月领跑全国；16市中有11个市增速高于全省，滨州、东营、青岛、临沂4个市场超过9%，以工业经济高质量发展十大行动为抓手，山东紧盯稳增长、提质效、促改革等关键点和要素发力，工业和信化发展能级、质量、竞争力和影响力得到明显提升。

肾脏是我们身体里非常重要的“过滤器”，

是排出身体废物的重要器官之一。

如果它出现了问题，

我们的身体也会出现一系列症状，

严重还会危及生命。

要想保护肾脏，

就得尽量远离对肾脏不友好的食物，

同时也要改掉一些伤肾的坏习惯。

(上)

这6种食物 对肾脏不友好

01 高盐食物

高盐饮食会促进TGF-β1（一种促肾纤维化因子）的生成，加速肾硬化及纤维化过程；同时，高盐还会引起肾脏的氧化应激反应，导致肾衰竭及肾结构重塑；此外，高盐摄入还会使尿蛋白增多，破坏肾小球基底膜的选择性渗透作用，促进肾病进展。

健康建议：

每人每天盐的摄入量要控制在5克以内，同时也要少吃酱类、腐乳、咸菜、腊肠、火腿、方便面、辣条等含有隐形盐的食物。

02 高糖饮食

高糖饮食不仅会增加肥胖、高血压风险，也会增加患2型糖尿病的风险，进而危害肾脏健康。

健康建议：

每天糖的摄入量要控制在50克以内，最好不超过25克。同时也要减少甜饮料、碳酸饮料的摄入，并少喝或不喝果汁。

03 大量摄入高草酸食物

草酸钙结石是肾结石、尿结石中比较常见的一类，草酸与钙结合会形成草酸钙结晶。正常情况下，尿液中含有一些物质能够抑制结晶的形成和生长，例如黏蛋白和枸橼酸可以抑制草酸钙结晶的形成。但当尿液中草酸含量过高时，容易形成结石并损害肾脏健康。

健康建议：

在食用这些高草酸食物之前，可以先进行焯水处理以去除大部分草酸。此外，还应保持足够的饮水量以增加尿量并稀释尿液中的草酸浓度。

04 杨桃

杨桃虽然美味，但其草酸含量较高且含有一种神经毒素。这种神经毒素需要通过肾脏排出体外，对于肾功能正常的人来说影响不大；但对于肾功能不好的人来说，则可能引发中毒反应如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状甚至急性肾损伤。有文献数据提到：肾功能异常的患者杨桃中毒的死亡率可高达20%~40%。

健康建议：

肾功能正常的人可以吃一两个杨桃不用担心；但肾功能不好的人应尽量避免食用或少吃杨桃。