

冬季有些花要“穷养”

天气越来越冷,又到了花卉养护的关键期。此时,要对花卉的养护方式进行相应调整,以帮助它们安全越冬。

虎皮兰

虎皮兰在立冬后需要“穷养”,即“少水、断粮”。这是因为虎皮兰在冬季会进入休眠或半休眠状态,对水分和养分的需求大大减少。

减少浇水 可以等到土壤表面干燥后再少量浇水,以避免花盆积水。

停止施肥 虎皮兰在冬季一般不需要额外的肥料。如果继续施肥,可能会导致根系受损,影响植株健康。

温度适宜 虎皮兰怕冷,室温最好保持在15℃以上,以防冻伤。

增加光照 尽管冬季光照较弱,但应尽量让虎皮兰接受充足的散射光,以增强其光合作用和抗寒能力。

发财树

发财树的观赏价值主要体现在其叶片宽大、绿意盈盈,放在书房、客厅等地方颇具古韵,

观赏性较高。立冬后,发财树的生长速度减缓,甚至几乎停止生长,因此需要减少浇水和施肥的频率,进行“穷养”。

少浇水 发财树在冬季耗水量骤减,且根部有储水功能,因此,应减少浇水频率,一般每个月浇一次水即可。

少施肥 冬季发财树对养分的需求减少,应停止施肥或减少施肥量。

防冻伤 发财树不耐寒,冬季应避免将其放在透风性强的地方,室温最好保持在15℃以上。

玉树

玉树叶片饱满肥厚,枝繁叶茂,观赏价值很高。玉树最适宜的生长温度是15℃~25℃。

减少浇水 玉树在冬季进入休眠期,生长缓慢,对水分和养分的需求减少。如果继续大量浇水或施肥,可能会导致根系受损,甚至烂根,影响植株越冬。

保暖防冻 室温最好保持在15℃以上,以确保其安全越冬。

冬。

停止修剪 冬季是玉树的休眠期,不宜进行修剪。修剪会消耗植株的能量,不利于其过冬。等到春季气温回升后,再进行修剪和养护。

三角梅

三角梅的观赏价值很高,品种多,色彩丰富,温度适宜可四季开花。三角梅虽然优点众多,但不耐寒,入冬后,“少水、断粮”是上策。

减少浇水 冬季气温低,三角梅生长缓慢,对水分的需求减少。此时应适当减少浇水频率,以避免盆土过湿导致根系受损。

停止施肥 三角梅在冬季会进入休眠状态,过度施肥会导致根系烧伤。应在入冬前施一次越冬肥,冬季停止施肥。

保暖措施 室温保持在15℃以上,以使其安全越冬。

适当修剪 冬季三角梅落叶后,可以进行轻度修剪,去除杂乱枝条减少养分消耗。

娟子

芳草视界

安全冻肉有“五不”

肉买回家放入冷冻室保存,随吃随取,非常方便,但这个冷冻过程也涉及食品安全问题。遵循以下几个原则,让冻肉吃得更放心。

不要先洗再冻 如果在冷冻前就清洗,肉的表面会浸入一定量的水,这些水分在冷冻时会凝结成大小不一的冰晶。由于冰的体积比水大,冰晶会膨胀挤压周围的肌肉细胞及肌纤维结构,造成机械性损伤。等解冻时,可能会有更多的汁液流失,影响肉的颜色和口感。不过,如果肉表面有明显的脏污或过多的血水,建议先用水洗一下,控干水或用洁净的吸水纸吸干表面水分,再放入冷冻室。

不要大块冷冻 为了缩短解冻时间,避免反复冷冻,可将肉分装成小块再放入冰箱。

不要反复化冻 每一次解冻都伴随着汁液流失和细菌滋生,不仅会严重破坏肉的口感和风味,也会降低营养价值,并大大影响其安全性。

不要冻时间太长 -18℃以及以下的低温冷冻,能够有效抑制微生物的生长繁殖,让食物不会腐败变质,使储藏期变长。但研究显示,肉在冻结过程中,肌原纤维蛋白质会发生冷冻变性,从而使得肌肉组织持水率降低、质地变硬、口感变差。

不要混放在一起 冷冻肉时,不要把不同种类的肉混放在一起,否则很容易串味。

张双庆

“棉柔巾”与“绵柔巾”不同

“棉柔巾”和“绵柔巾”不一样:棉柔巾是采用全棉纤维来制造的柔巾,而绵柔巾的成分主要是聚酯纤维、粘胶纤维等化学纤维。消费者要注意区分,优先选择包装上采用GB/T 40276-2021的产品。添加了CIT、MIT、酒精成分的柔巾,不建议敏感肌人群和婴幼儿使用。

阎燕

洗衣机每三个月要消毒

全自动洗衣机的洗衣筒外有个套筒,洗衣水在这两层中来回流淌,如不定期清洗,里面会藏污纳垢。这些污垢有水垢、洗衣粉的游离物、衣物的纤维素、衣物带入的细菌,它们在常温中繁殖、发酵,洗衣时容易二次污染衣物。应每隔三个月用消毒剂清洗一次洗衣机,且洗衣机应常敞开通风。

张敏

冬季洗澡控制在15分钟内

冬季洗澡不可太频繁,洗澡水温度以不烫皮肤为宜,建议低于37℃。虽然洗热水澡很舒服,但洗太久不仅伤害皮肤,还会引起头晕等情况,建议控制在5~15分钟。过长的洗澡时间容易导致湿气聚集。此外,长时间处于封闭、不透气的环境中,易致身体缺氧、供血不足。

齐佳

选冲锋衣要看透湿率

随着户外活动的流行和运动装备的普及,冲锋衣逐渐成为很多人喜爱的单品。如何挑选一件靠谱的冲锋衣成为了消费者面临的难题。

冲锋衣除了具有常规服装的要求,还应具备防水透湿的功能。国家标准GB/T 32614-2016《户外运动服装——冲锋衣》中对冲锋衣的定义为:采用防水透湿功能的纺织面料,加工制成的用于户外运动的、具有防水透湿功能的服装。国标对核心功能性指标“防水性能”和“透湿率”提出了详细要求,既要保证衣服外层的水渗不进来,还要让身体排出的汗能及时蒸发出去。

透湿率是指冲锋衣面料在一定时间内允许水蒸气通过的能力。运动过程中,人体会产生大量的热量和汗水,如果不能及时排出,会导致潮湿和不适。透湿率通常以克/平方米/24小时为单位来衡量。透湿率越高,说明面料的透

性越好,能够更快地将汗水排出,保持人体干爽。

最新《户外运动服装冲锋衣》标准(GB/T 32614-2023)相较旧标准对面料安全性和服用性能的部分参数进行了修订,同时将面料透湿率指标提高至I级产品(洗前、洗后)≥6000克/平方米/24小时,II级产品(洗前、洗后)≥4000克/平方米/24小时。

选购冲锋衣时,2024年4月前生产的冲锋衣可选购执行标准为GB/T 32614-2016的产品,对注明上新的冲锋衣可认准吊牌中执行标准为GB/T 32614-2023的产品,标示为I级、II级,I级的质量要求要高于II级。此外,挑选冲锋衣还应该看以下几点。

面料材质 优质的面料应具备良好的防水性和耐磨性,同时还有一定的弹性和柔软度,以确保穿着的舒适度。

防水性能 防水性能通常通过面料的涂层或膜来实现。新技术能够防止水分渗透,同时保持透气性。

透气性 透气性是冲锋衣的另一个重要指标,它与透湿率密切相关。良好的透气性可以减少汗水在衣服内部的积聚,提高穿着的舒适度。

保暖性 冲锋衣保暖性能同样重要。一些冲锋衣会采用夹层设计,或使用保暖材料,以提供额外的保暖效果。

设计细节 如拉链、口袋、帽子和袖口的设计等。这些细节不仅影响穿着的舒适度,还可能影响到冲锋衣的整体性能。

品牌 购买时尽量选择口碑和售后服务好的品牌。

另外,不同的冲锋衣适用于不同的运动场景,如徒步、登山、滑雪等,应考虑自己的主要活动类型去选择。

张宇

精挑细选