

“凉被”换冬被 换季收纳有妙招

今日女报/凤网记者 海帆

天气转凉，又到了换被子的时候了。“凉被”使用了一个夏季，被子上残留着大量人体的汗液、皮屑以及空气中的灰尘，一定要经过清洁和晾晒杀菌，才能收纳；而冬被长期储藏，也会导致被子中的细菌滋长，要经过清洁才能重新使用。如今种类繁多的被子，材质复杂，处理不当不仅影响被子的寿命，也会影响被子的舒适感。那么我们该怎么正确清洗被子呢？

夏凉被的正确清洗与收纳

夏凉被就是薄被子的统称，也就是我们常说的空调被，根据材质比较常见的有蚕丝被及羽绒被。

蚕丝被：丝胎忌水洗

蚕丝被的主要成分是纤维蛋白，纤维蛋白在遇到水时会收缩，不能水洗。但也不能进行干洗，干洗剂会破坏纤维蛋白的氨基酸结构，因此在使用时最好套上被套。如果不慎局部弄到污渍，可用洗涤剂进行局部的清洁，再放置于通风处进行晾晒风干，或者低温熨烫，避免高温暴晒。

通常情况下，蚕丝被丝胎可以放置于通风较为温和的阳光下晾晒，并用手轻轻拍打。晾晒干燥后进行折叠收藏时，应存放在干燥不易发生霉蛀的地方，并避免重压导致丝胎变薄变硬。也应避免存放于不透气的胶袋中，樟脑丸等不可以放置在被子内。隔一段时间可将被子拿出来通风晾晒，并用手轻拍，使丝胎保持蓬松结构。

羽绒被：定期专业清洁

含羽绒的夏凉被也不能水洗，因为羽毛在吸湿之后容易凝结成块，使用时应用被套进行保护，被套可以经常拆下单独清洗。被子一般要到洗衣店请专业人员用羽毛专用清洗剂漂洗，建议2-3年清洗一次，并应经常放置于通风处晾晒，避免吸湿结块。收纳时应尽量减少折叠层数，避免重物挤压，并保持环境通风干燥，不可存放于不透气的塑胶袋及密封不通风的地方。

涤纶被：清洗水温不超过45℃

含涤纶成分的夏凉被清洗较为简单，一般可以直接水洗，但是洗涤的水温不宜超过45℃。温度过高，容易破坏被子纤维结构。一般情况下，先在冷水稀释的洗涤剂中浸泡20分钟，之后轻轻搓揉或者直接机洗。对于局部较脏处可用毛刷子轻轻刷洗，直接晾干即可，避免暴晒或通过干衣机等高温方式晾干，以免因热致皱。

纯棉毯子：清洗后不可拧干

含棉成分的夏凉被可以通过机洗或者手洗，但是洗完之后应尽量不拧干，直接晾晒，因为拧干的过程容易使被子变形。

冰丝被：水洗温度不宜过高

含冰丝成分的夏凉被可以直接水洗，但应避免水温过高，一般应在40℃的水温以下。清洗完后应避免暴晒，在通风处自然晾干。如果要甩干，最好能用洗衣袋进行保护。

竹纤维被：减少洗涤次数

比较常见的还有含竹纤维的夏凉被，比较轻薄，可以直接手洗或者机洗，但是应减少洗涤次数，避免影响被子的纤维结构。



蚕丝被



羽绒被



涤纶被



纯棉毯子



竹纤维被



冬被的晾晒与收纳

冬天的被子一般比较厚，不管是蚕丝、羽绒、还是棉花、化纤等材质，厚重的被芯很多都不利于清洗，应用被套进行保护。对于厚重被芯，一般都不建议进行水洗，2-3年干洗清洁一次即可，勤晾晒才是保养之道。蚕丝、羽绒、化纤可以按照夏凉被晾晒方式，适当延长晾晒时间。以下介绍冬天比较常见的棉被、羊毛被、化纤被等的清洁方法。

化纤被：可水洗甩干

化纤被芯也是我们常说的“七孔被”“九孔被”等，以涤纶纤维为填充物，保养比较简单，一般常温水洗就可以，也可以用洗衣机进行甩干脱水。但不可以干洗，也不可以氯漂，还应避免暴晒。化纤材质不容易吸湿，1-2个月晾晒一次，保持蓬松即可。

羊毛被：避免暴晒

羊毛被芯保温性高，吸湿排湿都比较快，但保养起来却不那么容易。首先，羊毛被不能清洗，如果不慎沾污，应去干洗店进行干洗。日常使用要经常晾晒，但应避免过于频繁和时间过长，一般在通风处晾晒一小时左右。千万不可暴晒，高温会使得羊毛油脂产生酸败的哈喇味，羊毛油脂的变性也会影响羊毛的弹性及保暖性。

棉花被：适时舍弃

棉花被芯极易吸湿受潮，经常晾晒对于健康非常重要，一般每隔两周应晾晒一次，棉花被受挤压容易硬结而保暖性能大大降低，如果你家棉被已经使用3年左右，那这个冬天你可以考虑重新弹松再使用。棉花被不可以水洗，如果出现黄斑表示已经滋生细菌或者虫类，最好舍弃。

床单的正确清洗

床单及被套是保护被子的好帮手，也是一年四季都离不开的床品，除了真丝材质需要干洗之外，纯棉、亚麻、涤纶一般都可以水洗。但清洗床单有以下几点切记！

1、深浅颜色床单应分开洗涤，避免相互染色。2、洗衣液或者洗衣粉应事先溶于水，尽量避免洗涤剂浓度过高导致局部褪色或腐蚀，浸泡也要有度，避免长时间浸泡。3、被单被套要勤洗，但晾晒时最好能反面晾晒，减缓因长期晾晒而导致褪色。

TIPS:

你所不知的被子保养常识

No1: 被子最好两周晒

有关研究表明，被子最好保持在两周一次的清洗和晾晒，因为床铺和被褥松软多孔的环境成为房子内最好藏污纳垢的地方，也非常容易滋生细菌，滋生螨虫，而人体睡觉产生大量的汗液，皮屑的自然脱落给螨虫提供良好的生存湿度及食物。“三月不晒被，600万螨虫陪你睡”虽然夸张，但也并无道理。

No2: 起床后最好不要立即叠被子

很多人为了保持居室整洁，习惯起床就叠被子，这并不是一个健康的习惯。因为经过一夜的睡眠，被子残留着大量的人体汗液皮屑，如果此时立刻叠被子，那么水分会保存在被子里。正确做法是将被子反面铺开，并轻轻拍打或轻扬被子减少被子湿气及皮屑残留，让螨虫干渴而死。如果卧室有窗户，最好打开窗户让室内通气。

No3: 真空压缩袋不可随便用

真空压缩袋利用真空密封形成内外大气压差来达到被子压缩减少存放空间，但并不适用于全部的被子。尤其对于需要通风保存，避免重压的蚕丝被、羽绒被是绝对不可以使用的，哪怕是薄薄的夏凉被也不能进行挤压，不然，明年夏天你拿出来被子就只能报废了。

No4: 樟脑丸等防虫剂不可与被子直接接触

很多人习惯在收藏被子时直接在每个袋子中放入樟脑丸等防虫物品，但其实这种做法并不对，因为樟脑丸非常容易挥发，而被子多孔又特别容易吸收空气中的各种气味，这样在下次使用时，被子中的樟脑味可能迟迟难以消除，正确做法是将樟脑丸放置于柜内，而不是直接放置于收纳袋或盒子中。