



夏日炎炎正好眠 洁净环境营造舒爽卧室

今日女报/凤凰网记者 海帆

炎炎夏日，最惬意的莫过于躲在卧室美美地睡上一觉。而卧室环境是否洁净、舒服，对睡眠健康起到了重要影响。事实上，卧室是最容易也最怕滋生细菌蚊虫的地方，夏季细菌问题尤为突出。要想打造一个舒爽卧室，并不能靠洗床单来解决。赶紧来看一下卧室清洁的方方面面吧。

卧室硬装才是养菌重地

我们常常把卧室的清洁重点放在床、衣柜上，而忘记了卧室中比较容易藏污纳垢的一些硬装，被忽略的时间长了，这些硬装就默默积攒了大堆的灰尘，为细菌蚊虫滋生提供了养分。卧室最容易产生细菌蚊虫的硬装主要包括门板、天花板、窗户三大类，尤其是门窗，一般情况下，除了年末我们都不会经常清洁门窗，却不知门窗是很容易隐藏细菌的。因此，建议夏季年中的时候对卧室这些硬装进行一次清洁。

TIPS: 卧室硬装防菌清洁

铺装易于清洁的木地板。房间地面最好直接使用易于清洁或带有抗菌功能的地板、地砖，尽量不铺地毯，因为地毯比较难打扫，时间

长了细菌、尘螨便会随着灰尘、食品碎屑的堆积在地毯上“安营扎寨”，容易引发真菌感染以及呼吸系统疾病。

门板擦拭工具要因材而异。实木门板通常是一些名贵硬木做成，擦拭时可用干净棉布配以专业的清洁剂均匀擦拭；人造门板因为双面都使用三聚氰胺饰面，防水防潮，所以可以使用半干毛巾轻轻擦拭；玻璃门板沾上纤维会变得毛糙，最好使用报纸擦拭，铝合金则建议直接用半干毛巾。

酒精+消毒液对门窗表面进行消毒。卧室门窗与手部接触较多，因此平时除了常规清洁还要进行消毒。步骤为先经适当工具将表面灰尘擦

干净，再使用消毒液清洁表面，最后缝隙的位置可有针对性的使用酒精棉球擦拭，达到消灭病菌的功效。

软布清洁卧室吊顶。在清洁天花板之前，把被子、枕头等易脏物品搬到阳台晾晒，被单则拿去清洗，并且切断电源。为了能清洁更彻底，在扫把上面罩上软布清洁灰尘，注意不要使用硬物和清洁球之类的工具擦洗，避免在光亮的面板上留下划伤的小细条。

夏季睡前擦一下地面。夏季空气闷热、细菌繁衍速度快，因此有条件的话建议使用地板或地砖的卧室每晚临睡前先擦一下，既可除尘，又能适当增加空气湿度，有助于夜间睡眠更舒适。

布艺毛绒是“螨虫集中营”

有许多人夏天在卧室里呆久了或者一觉醒来，可能就发现自己总是身上哪里痒痒地不舒服，但明明卧室内也比较干净，想不明白发生了什么事情。其实这主要是因为卧室的布艺、毛绒软制品居多，滋生了看不见的螨虫。

卧室内的床垫、床单、枕芯、毛绒公仔、窗帘以及地毯都是最容易繁衍螨虫的地方，处理不好的话会令人不知不觉中患上过敏、发炎、皮疹等毛病。因此，卧室床最好不要摆毛绒娃娃上床，其他布艺毛绒用品也要认真正确清洁。

TIPS: 卧室软艺防菌杀螨

普通清洗。窗楣、帷幔、花边能作普通清洗，用清水将花边帷幔浸

湿，再用加入苏打的温水洗涤，然后用洗衣粉或肥皂水洗涤。窗纱也不用机洗，可以直接用温水和洗衣粉的溶液或者肥皂水洗两次。

清除灰尘。若室内有小沙发，沙发的扶手、坐垫和缝隙都是重点清洁部位。可以先用干毛巾拍打，把浮尘去掉，再用湿毛巾擦拭布面。如果座套不能拆洗，可以给吸尘器装上扁形吸头，将吸力调整至中强，来清除沙发细缝里的灰尘。如果卧室中铺了地毯，更要每周吸尘2~3次。

热水烫洗。对于可拆洗的、与我们皮肤和呼吸息息相关的床上用品，建议用热水烫洗，床单、被罩、枕巾半个月烫洗一次，水温在50度左右；枕芯可以两个月清洁一次，荞麦

皮的枕头还可以用热水烫再用清水漂。

太阳暴晒。用太阳暴晒是最为简单的方法，半个月左右就把床垫竖起来放在阳台晾晒一整天。同时建议购买能够阻隔尘螨的床罩和床垫套，拆下来就可以清洗了。其实购买床垫时不建议大家拆除表层的塑料包装，这层包装可以起阻隔尘螨的作用。

使用含氯消毒剂。地毯里面藏有不少食物的碎屑，这些都是病菌的最爱，时间长了对人体的影响很大。清洗地毯可以喷洒有效氯含量500毫克/升-1000毫克/升的含氯消毒剂溶液。但是需要提醒的是，在做这些清洁工作时一定要注意通风。

特别提醒：绿植不宜摆卧室 形成日常好习惯

避免将室外细菌源带入室内。进家门时先更衣、换鞋是个不错的习惯，可以很大程度上避免把室外的细菌源带入卧室内，是减少卧室细菌、维持卧室洁净度的好习惯。

不在卧室摆放过多绿植。在卧室中摆放一两盆绿植净化空气无可厚非，但必须注意花盆湿润的泥

土中可能隐藏大量霉菌。这种霉菌有可能导致我们出现哮喘、湿疹、皮疹等毛病，尤其是对霉菌过敏的人反应更强烈，因此卧室不宜养太多绿植，即使摆了也要勤将植物叶面抹干净，常清理花盆、套盆内垃圾、残叶等。

保持室内干燥通风。数

据表明，尘螨喜欢生活在温度20~30℃、湿度60~80%的环境中。我们要尽量保持室内空气干燥，那么卧室中尘螨的数量会大大减少。平时卧室湿度建议尽量保持在40%~60%，通过勤开窗通风或使用除湿器、空调抽湿功能来降低卧室的湿度。

美的斥41亿打造冰箱基地 助推冰箱智能化普及

今日女报/凤凰网记者 海帆

创新科技带动了产品的提升，为生活带来了更多的智能与便捷，智能注定成为未来冰箱行业发展的新动力。如今，消费者尤其是“80后”、“90后”新生消费群体的价值取向多元化，唯有以打造“高品质生活”为产品诉求才能真正取胜。智能化无疑是高品质生活的重要体现。基于此，美的冰箱率先走上了从“制造”到“智造”的转型之路，并在智能领域取得了不俗的成绩。近日，记者获悉，美的拟投资41亿元创建美的冰箱(合肥)新基地，以实现智能冰箱规模化，开拓更广阔的市场，助推冰箱智能化普及。

“凡帝罗”系列成为美的冰箱整体业绩增长的核心动力

美的冰箱一名负责人告诉记者，为迎合消费者不断升级的需求，近几年美的冰箱相继推出高端冰箱系列，对开门、三开门冰箱纷纷亮相，建立起了业内最大最完整的冰箱产品线。在智能化道路上，美的率先打响头炮，并成功占据市场销量领先地位。特别是其“凡帝罗”系列智能化高端产品，一经上市就得到了市场和业界的广泛认同，销量持续攀升，成为带动美的冰箱整体业绩增长的核心动力。

价格亲民是美的冰箱高销的又一原因

对于美的智能冰箱的高销，某资深市场观察员认为，美的冰箱亲民的价格是其中一个重要原因。他解释道，发展至今，智能家居始终没有得到普及，价格不亲民是硬伤。目前从价格上看，智能家居仍是“高富帅”的专属。而智能冰箱高企的价格同样让很多消费者望而却步。借用时下流行的话说：价格不亲民如何与市场相爱呢？若是同样的价格，相信消费者会更乐意选择在保鲜、节能等方面更具优势的智能冰箱。而研发生产智能冰箱，必须投入高昂的研发成本，攻克诸多技术难关。面对财务和技术上的压力，小企业目前若要进军智能冰箱领域，恐将承担较大的风险。该市场观察员表示，作为国内最大型的冰箱企业之一，美的冰箱无疑是有足够的实力应对资金与技术上的难关。其中，美的冰箱通过建立规模化的生产研发基地，攻克各项智能技术难关，从而降低智能冰箱的研发生产成本。

美的冰箱已成立五个制造基地满足发展需求

据了解，目前为止，美的冰箱在国内拥有安徽合肥、广东广州、湖北荆州三地五个制造基地，可以满足快速发展的市场需求。近日，记者还从合肥市发改委获悉，总投资41亿元的美的冰箱(合肥)新基地项目在近期即将开工，建成后年产500万台多开门及对开门智能冰箱，实现年产值70亿元。对此，业内专家称，美的冰箱在合肥新的制造基地建成后，将进一步完善美的冰箱在国内高端智能化市场的战略布局，提升美的冰箱的规模化制造能力，提升美的冰箱争夺国内、海外市场的综合竞争实力，并持续巩固美的冰箱行业的领先地位。同时，美的冰箱此次扩大生产规模，也可以看做是其对未来智能家居市场的看好。

