

今日女报/凤网记者 李旦

“太热了，温度再调低点，我在家都是22℃的。”“这么低，跟停尸房一样了，26℃是最适合体温的啦。”话说，炎热的三伏天，在办公室里享受清凉的同时，你是不是也遇到了同样头疼的问题——办公室的空调到底谁说了算。开空调吧！没必要开！温度高了！温度低了！于是乎，有白领戏称，“空调已经成为严重影响办公室和谐的关键问题”。这不，最近株洲一经理因“怕冷”不让开空调，员工热得中暑。看到这样的新闻，估计你心里想到的不是“奇葩”二字，而是多少有点感同身受的滋味了……



## ■新闻链接 经理“怕冷” 不让开空调 员工热得中暑

不久前，株洲的小婷入职了一家小型私企。她和入职部门的经理坐在同一间办公室，办公室里还有其他5个人。正值盛夏，连续多天气温都是三十多摄氏度，可就是在这么热的情况下，办公室却没开空调。

小婷很纳闷，听老员工一讲才知道，原因是经理体寒，怕吹冷风，以前每次有人开空调她都以浪费电为由反对，时间一久，如果经理本人不开空调，大家也都不敢去开空调了。作为新人，小婷也不敢直接和经理作对，只能吹个风扇降降温。

一个星期还能坚持，时间一久，小婷就受不了了，她甚至感觉办公室比外面大马路还闷热。有一天，气温达到了35摄氏度，在办公室坐了一整天，下班后她一阵头痛恶心，去医院一看发现是中暑了。如今，小婷已经找借口离职了。

## ■拓展阅读

### 女性长期吹空调要注意什么

对于职业女性，特别是年轻女性，在炎热的天气里长期吹空调，非常影响身体健康。女性长期吹空调会影响卵巢功能，使排卵发生障碍，导致月经紊乱，严重的甚至导致不孕。除此之外，还有不能不知的四大危害：

一、室内外温差过大，人若进出频繁，忽冷忽热，易造成体内平衡调节系统功能紊乱。乍一进出空调房，汗毛孔骤然收缩，排汗功能失调，出汗减少，体内废物不易排出。而出汗是夏天人体保持正常健康状态最重要的一个功能，人在夏天不能不出汗。

二、空调房间密封性强，室内外空气无法交换，室内空气中细菌、病毒等有害微生物容易滋生繁衍，空气质量较低。长此以往，容易降低人体自身免疫功能，还易受病菌感染而生病。

三、空调下面直吹，突来的冷空气刺激了汗毛孔突然收缩，导致人们头疼。专家建议，室内外温差别超过7℃，还要经常开窗换气，确保室内外空气的对流。

四、对于风湿病患者来说，温度降低至20~22度或强大的冷风直吹身体时，皮肤及肌肉的血管会收缩，肌肉也会痉挛，很多人会觉得不舒服，甚至引起深部肌肉、关节等的疼痛。



# 办公室空调之争，同事间怎样才不冷

## A 吐槽

“我刚调到26℃，不到五分钟，同事就立刻开始抱怨，热死了！热死了！”在某事业单位工作的长沙市民黄女士称，自己是属于那种体寒的人，怕冷不怕热，而办公室有同事又是特别怕热的，所以每次都为空调的事情争论。

黄女士的办公室里有十多个人，共用一台立式空调，有些人难免离空调远点，所以那边的温度也自然会稍微高点。“我就坐在空调正前面，每次都是对着我吹，吹得我浑身发冷。”所以，有好几次，黄女士忍不住将空调调高点，可是几乎每一次都遭到了同事的抗议。为此，黄女士也觉得很无语，不是自己真的要跟别人对着干，是实在是受不了那么冷。

为了解矛盾，黄女士还想到了跟那个特别怕热的同事换座位，可是，换了之后，她发现还是于事无补，同事还是觉得要把温度调到22℃才觉得舒服。黄女士也曾试图在私底下沟通，可是发现好像没什么效果。

有次，黄女士来“大姨妈”了，空调开得太低受不了，于是，就调高，可同事马上就气急败坏地调低。为这事，黄女士越想越觉得来气，想着自己凭什么要受这气，办公室又不是谁一个人的。“她一调低，我就调高，互相都在较劲，谁也不愿意让步。”黄女士告诉记者，办公室的有些人也冷得受不了，就从家里带空调被过来披在身上，可尽管如此，谁也不愿意掺和到这事上来，所以，就都选择无视。

其实，黄女士也不想为这事跟同事闹僵。“可是，我就是不能忍受同事这么自私，只想着自己舒服就行了。凭什么！”

## B 共鸣 “空调已经成为严重影响办公室和谐的关键问题”

就办公室空调温度之争的问题，记者采访了一些白领，发现，大多数办公室都或多或少的存在这个问题，甚至有人戏称“空调已经成为严重影响办公室和谐的关键问题”。

“我们也有女同事为这事吵过，一个说下雨天比较凉快就别开了，一个说还是觉得好闷，互相不罢休，开了关，关了开，最后还闹到领导那里去了。”在长沙河西工作的白领“贤妈咪”称，为空调这点小事

引发矛盾，尤其是女同事之间很容易发生，谁也不会让步。

“我们办公室是，男同事比较怕热，所以想温度能稍微调低点，可女同事们又觉得太低了受不了，所以，有时候就难免会出现一些分歧。到后来，空调大作战就成了每日的娱乐环节，早上男女两队各派出一个人石头剪刀布决定谁掌握遥控器。”李女士说。

Nick 在微信上吐槽

## C 研究 女性最佳办公室温度为25℃，男性为22℃

在同一个办公室里，男性吹空调觉得很舒服，女性却冷得受不了。为什么会这样呢？荷兰科学家最近一项研究发现，造成这种情况的原因是办公室女性的新陈代谢速度比男性慢，而建筑物内空调温度设置参考的是男性代谢率，对女性存在“歧视”。

研究人员指出，女性本

来就更喜欢房间里暖和一些。经过测算，最适合女性轻体力劳动者的办公室温度约为25℃，男性则是22℃左右。如果建筑师能够考虑到女性的需求，引入新的标准，就可以减少“温度舒适性预测方面的性别歧视”。

办公室有男有女，那到底听谁的？有没有统一的标

准呢？其实，早在2007年，国务院办公厅就出台了《关于严格执行公共建筑空调温度控制标准的通知》，明确所有公共建筑内的单位，夏季室内空调温度设置不得低于26℃，冬季室内空调温度设置不得高于20℃。一般情况下，空调运行期间禁止开窗。

## D 支招 遇到空调之争，他们怎么办

① 小小梅：如果因为空调的事情出现了分歧，那就各退一步嘛，选择比较折中的温度。比如，你希望是22℃，对方只能接受26℃，那定24℃不好就了，这样谁也没话说了吧。

② 泉水东流：矛盾如果

已经闹大了的，双方都不让步，那就只好请公司出面咯，建议把办公室空调温度确定为公司明文规定制度。

③ 笨小孩：如果可以，那就换下办公室嘛，把温度要求差不多相同的人换到一个办公室，这样就可以避免

分歧。

④ 蓬蓬笑：如果你觉得温度稍微低了，跟同事又出现分歧的话，那多一事不如少一事，不妨带一件针织衫或者是一床薄被子到办公室去，毕竟这样还是能够起到抗冷的作用的。