# 趁着天暖，赶紧给地暖“洗个澡”

今日女报 / 凤网记者 吴雯倩

进入秋季，家政服务开启了“换季忙”。虽然今年十月气温依旧如夏季，但是中国天气网明确提醒，下周将有两股冷空气快马加鞭赶来。

眼下，难得的艳阳天催热了大量专业清洗的服务需求。其中，地暖清洗作为新业务成为亮点。如何判断你家地暖是否需要清洗？地暖又该如何清洗？跟专业师傅学起来。

家电清洗业务。（资料图）

## 换季清洗订单激增

“厚衣服、厚被子都该准备着了，乘着天气好该洗洗、该晒晒。尤其是全家人的大衣、羽绒服之类的，拿出来**难免有些皱或**不蓬松了，也要好好护理。”家住长沙天心区、从事资产管理工作的彭女士说，自己平时下班比较晚，家里的俩娃年纪都比较小，她非常青睐这种能一键下单、师傅按约定时间上门取件或提供服务的专业清洗服务。

近年来，随着消费观念的升级，人们在换季期间对洗衣洗鞋**及家电清洗服务有着更高频次**的需求。据多家互联网平台数据显示，近段时间，换季衣鞋清洗、油烟机冰箱等品类清洗、管道疏通清洗等相关清洗服务订单快速增长：换季衣鞋清洗订单环比较前一周增长超60%；衣鞋任洗服务周环比增长达73%；洗烘套装消费额同比增长92%；衣物护理机、洗鞋机等细分品类销售额增长幅度超一倍。

“这几年消费者的意识强了，清洗行业的总单量较过去有了很大的增长。”湖南省顶顺家庭服务有限公司董事长夏立**凤分析，**一方面，换季时期的晴好天气让众多家庭抓紧时间清洗、收纳；另一方面，“金九银十”后至新年前，正是新房交付高峰期，清洗业务也伴随新房开荒、搬迁有一定程度的提升。

## 专业师傅：地暖这样清洗高效又安全

寒潮即将来袭，地暖清洗服务逐渐热了起来。湖南省**家庭服务业协会家电清洗**专业委员会主任张永平表示，近两年，地暖清洗正成为很多家庭的新需求。

“非采暖期是地暖地热清洗的最佳时间。此时能够及时把采暖期管路中形成的污垢、生物粘泥、杂质和细菌彻底清除，防止管路内形成沉积物造成管路栓塞，让地暖管干干净净地迎接接下来的采暖期。”张永平说，尤其是经过整个夏秋季节多月无采暖，很多家庭因节水的原因导致管道内水流静止，内壁大量附着物不仅影响制热效果，也不利于健康。

他解释，**水在采暖管道中**循环时，水中的杂质会贴附在管道内壁，无水流时间一长，杂质会容易堆积在管道内壁。加上城市供水维修后的泥浆水进入管道，长期沉淀从而导致管道内径变小，严重时还会造成管道堵塞。

那么，如何判断家中的地暖是否该清洗了呢？来自靓丽洁家政的专业家电清洗师王曾勇介绍，有两个方法最能够直接进行判断：

**第一种方法：**

观察加热管道是否干净。如果采暖分集水器下侧外露的管道透明，则暂不需清洗。如果管道发黑，甚至明显可以看到有杂质，那么就建议尽早清洗。

**第二种方法：**

逐路放水，检测水的流量。把所有的供回水阀门全部关闭，再逐一对应打开分水器和集水器上回路的阀门，观察水的流量。如果每个回路的水流量都很大，压力也足，说明暂时不需要清洗；如果能看出水压不足、水流量不大，说明有一定堵塞，应及时清洗。

“地暖清洗加热管道的原理，是采用的高压水来进行冲洗，把水高压从一**端打入，然后从另一**端排出，**就能把里面杂物清理干**净了。”王师傅分享，地暖清洗步骤有**以下几步：**

### 1 清水冲洗

清水冲洗做起来最方便，且无腐蚀，但用清水清洗做不到彻底、全面的清洁，属于非专业清洗方式，家庭可以一段时间自行操作一次。

地暖清洗演示。

### 2 化学清洗

在用清水冲出管路内游离的水垢、生物**粘泥、镁钙离子后，**将地热清洗剂注入地热管中，在管内循环使粘连在管壁的水垢、生物**粘泥充分疏松，之后**采用脉冲地热清洗机的物理波对管内壁进行冲击和微波**振动，**使疏松的水垢、生物**粘泥等存**积物剥落**以便排出管外。**

### 3 射弹清洗

其原理是以压缩空气**作为**动力，向管路中发射一颗大于管路内径10%至20%的特制海绵，使其高速运动并与管路内壁充分磨擦，从而达到清洁管路内壁的效果。这个步骤前，需要把分水器的每个回路拆下，还要用吹风机加温，因此很容易发生管子断裂、漏水，所以这个操作必须请专业机构的师傅进行。

### 4 高压脉冲清洗

开启全自动智能脉冲地热清洗机，将气与水混合介质以强大压力产生高压水射流极速冲击管路，快速将管壁上的锈垢和管内的存积物排除出来，反复多次即可实现较好的清洗目的。

王曾勇特别提醒：“清洗前一定要注意，必须先把相应的管道接好，把所有的阀门该关闭的关闭、该打开的打开，然后再去清洗地暖，以免**因跑水**而造成浸泡。”

■伊姐说科普

### 孩子缺微量元素的症状

文 / 刘钞（湖南省儿童医院消化营养科）

1. 缺乏蛋白质和铁：当孩子缺乏蛋白质和铁时，通常会出现郁郁寡欢、反应迟钝、表情麻木等不良情绪。2. 缺乏维生素B：当孩子经常表现得忧心忡忡，且惊恐不安、失眠健忘时，家长要提高警惕，很可能是孩子体内缺乏维生素B。3. 缺钙：一些孩子在晚上睡觉时常出现手脚抽筋、磨牙的情况，很大几率是由于缺钙导致的，而且这些孩子多半会时常有头晕目眩、气虚、易怒等症状。4. 缺锌：一些孩子挑食甚至出现厌食现象，家长想**方设法让孩子吃饭并没**有成效，这时孩子很可能是缺锌，而且缺锌还会导致孩子多动、无法集中注意力、反应变慢、学习能力降低等，严重时甚至会导致异食癖。

### 从呼吸判断宝宝疾病

文 / 马丹（湖南省儿童医院耳鼻喉科）

1. 如果宝宝呼吸频率过快，每分钟达到60至80次甚至更高，此时可能出现的疾病包括发烧、全身性感染或者先天性心脏病等。应及时帮宝宝降温并送医治疗相关疾病。2. 若宝宝呼吸频率过慢，每分钟低于30次甚至更低，此时可能发生的疾病有营养不良、身体脱水或药物所致。3. 宝宝有时会出现呼吸节律不齐现象，这对于新生宝宝而言是较为常见的呼吸异常，一般为鼻腔炎性肿胀或有**黏稠分泌物，此时要及时清**除鼻中分泌物。4. 一般当我们出现鼻塞时会用口呼吸，但是新生宝宝一时间并不会调节，因此可能会出现憋气现象，然后才会张口呼吸，此情况能反复多次，并伴随着呼吸时吹动嘴唇，此时帮助宝宝消除鼻塞困扰是当务之急。

### 孩子为什么会抑郁

文 / 吴丽文（湖南省儿童医院神经内科）

1. 遗传因素：抑郁存在一定的遗传倾向，例如父母都存在抑郁情况，生出的孩子也可能存在抑郁；2. 社会及家庭因素：主要就是指在不良的成长环境中，或是突然遭受生活重大事件的刺激导致，例如亲人突然离世、幼年期间父母离异、父母经常吵架等；3. 其他：父母对孩子要求过高，经常批评打压孩子，引起孩子心理压力过大，可能导致孩子抗压能力较差，容易因小的失败或失误产生自暴自弃的悲观情绪，进而导致抑郁。当孩子出现情绪低落、不自信等**表现时，家长应及**时给予关怀。若孩子存在情绪异常，如情绪起伏大、学习成绩突然下降、食欲减低、自卑、大喊大叫等，父母要及时带孩子就医，排除是否存在抑郁倾向。

### 孩子夜惊家长怎么做

文 / 徐丽（湖南省儿童医院神经内科）

家长**应帮助孩子创造一个良**好的睡眠环境，避免孩子在睡眠中听到异常吵闹的声音，同时还要避免强光线的刺激。如果孩子夜间被惊吓，家长要给予孩子充分的安抚，及时帮孩子消除紧张、负面的心理。家长一定要避免孩子在白天看一些恐怖电视，或听一些惊悚故事，这样才能防止孩子因为恐怖心理而发生夜惊症。小儿夜惊症的发生是大脑神经系统发育不够成熟完善的表现，一般情况下，患儿的病症**会随着年龄**的增加而自行痊愈，但是为了保障儿童的健康，避免**因夜惊症的发**生而让孩子成长遭到一些异常的影响和阻碍，家长最好是在专业医生的指导建议下，选用合理的方式来改善、治疗小儿夜惊症，尽量维护儿童的健康成长发育。

### 1岁以内宝宝别吃这些食物

文 / 姚璐璐（湖南省儿童医院新生儿四科）

1. 纯牛奶、蛋清。纯牛奶和鸡蛋清中的蛋白分子较小，有时能通过肠壁直接进入婴儿血液中，使婴儿机体对异体蛋白分子产生过敏反应，导致湿疹、荨麻疹等疾病。食用蛋清最好等到宝宝满一岁才能给**喂。2. 难以消化**的蔬菜。婴儿的消化功能发育不完全，所以，韭菜、竹笋和牛蒡等较难消化的蔬菜，最好等宝宝长大些才喂给他吃。此外，纤维素太多的菜梗也不要喂给宝宝吃。3. 有特殊成分的水果。如不成熟的芒果含有醛酸，对皮肤的黏膜有刺激作用，可引发宝宝口唇部接触性皮炎。4. 矿泉水、纯净水。宝宝消化系统发育尚不完全，滤过功能较差，矿泉水中矿物质含量过高，容易造成宝宝的渗透压增高，增加其肾脏负担。