

揭秘

航天员的太空生活

10月17日7时30分,我国神舟十一号载人飞船成功发射,升空后两天内与天宫二号空间实验室在393公里高的近圆轨道交会对接。随后,两名航天员景海鹏和陈冬将进入天宫二号,开启中国航天员迄今最长的太空驻留。那么,航天员穿什么?吃什么?怎么睡觉?怎么洗澡?怎么上厕所?中国航天员科研训练中心为你解答。

穿 企鹅服里有弹性带

中国航天员中心航天服工程研究室副研究员杨立众表示,这次为航天员配备的服装不仅体现了航天员职业特点和中国特色,还综合考虑了服装的使用场合、功能、美观、舒适和工效性。航天员服装系列化的设计分为在轨系列、地面系列和服装配饰,共有10套之多。

首先是在轨系列设计,分为舱内工作服、舱内鞋、运动服、休闲服、企鹅服、内衣、睡袋。舱内工作服与舱内用鞋的搭配,主要是为航天员在舱内正常温度时进行空间科

学实验和操作生活所设计的。休闲服的设计是为了航天员在轨驻留期间日常穿着。企鹅服的设计充满了科技感,里面有很多弹性带,穿上后可通过弹性的作用,使肌肉得到紧张,避免失重引起的肌肉松弛骨质丢失。

地面系列设计分为常服、地面训练服、作训大衣和常服大衣。常服是为航天员参加正式场合所设计的,地面训练服用于地面训练操作。冬季外出时,航天员可在地面训练服外搭配作训大衣,用于御寒保暖。

吃 可以吃到鱼香肉丝

航天员中心航天营养与食品研究室副主任曹平说,这次33天的飞行任务中,航天员的食品在种类上比之前的神舟九号、神舟十号更加丰富,有100多种。

在神舟十一号自主飞行段,航天员可能食欲不佳,所以会配备粥等清淡的食物。等正式入驻天宫二号后,航天员就可以享受到如同在家里生活一样的一日三餐的待遇了。他们的吃饭时间与地面同步,包括主食、副食、

即食、饮品、调味品和功能食品等六大类产品,酱牛肉、鱼香肉丝等传统菜肴都有,五天之内菜谱不会重样。

曹平说,航天食品的保存期限一般在一年以上,但不含防腐剂,是安全可靠的,可以在享受美味的同时为航天员提供充足的能量和营养。为了让航天员吃到热腾腾的饭菜,天宫二号里面还配备了专用的食品加热器。航天员的饮用水也是经过特殊方式消毒,能够长期保质。

睡 想怎么睡就怎么睡

在微重力条件下,睡眠不受姿势的限制,可以躺着睡、坐着睡、站着睡,甚至倒立着睡。宇航员只要在居住舱中找一个角落,没有噪声和振动干扰,便可舒舒服服地睡上一觉。

不过,宇航员在睡觉之前一定要用一根带子将身体

固定在某个地方,否则睡着后,由于呼气的推力会将他推到空中,在舱内飘来飘去,直到碰撞在某个物体上把你撞醒。而且,在宇航员脱掉衣服钻进睡袋之前,一定要将衣服和鞋子放进衣柜里,否则衣服会飘到舱内不知什么地方,鞋子则可能会撞到鼻子上。

大理石地板
有放射性致癌物吗?

最近腾大叔搬入了新居,朋友来参观,看到他家的地上铺的是大理石,就提醒说,大理石含有放射性的致癌物。腾大叔听了有点担心,那么这一说法正确吗?该怎么办?

的确,大理石存在一定的放射性物质。其实不止大理石,只要是存在物质世界,包括土壤、空气、水和人体本身等等,都含有一定的放射性物质。大理石、花岗岩等取之于自然,含有放射性物质是正常的。

大理石、花岗岩等究竟会不会对人体造成危害呢?研究发现,放射值要连续五年在20毫西弗时,才会对人体产生较大损害,而随剂量升高诱发癌变的几率更高。大理石、花岗岩等的放射性水平属低剂量辐射,不能也绝不可能短期内导致确定性效应。因为即使是超标的大理石、花岗岩等,其放出的射线被人体全部吸收,也属于低剂量照射,不可能是导致不育、鼻咽癌、喉癌的罪魁祸首。所以,大理石的放射性危害,只要是按照国家标准,正式厂家生产的大理石、花岗岩,并不比坐汽车、坐火车、家庭装修危险。

保持室内通风良好是消除一切辐射物质的最简单有效的方法。只要注意室内通风,保持室内空气新鲜,如每天清晨起床后和每晚入睡前各开窗半小时至1小时,许多污染问题就可以轻松解决了;其次,对于大理石的保养要按照相应的规定,例如不能用强酸清洗;此外,新房子刚刚装修好要晾放一段时间才入住,房间里如能种上一些花草,也能减少有害物质对人体的危害。

吕斌

洗澡 一般采用“海绵浴”

宇航员一般都采用“海绵浴”。每次洗澡备有两块海绵布,一块用于洗脸和头发,另一块用于擦洗身体。此外,还有一块湿布用于擦身上的水。

上厕所 担心“天女散花”

宇航员上厕所时,首先要将自己固定好,然后要切记把屁股贴紧马桶边缘,使马桶内部完全密封。太空马桶实际上是“抽气马桶”,如果马桶内部不能完全密封,气流不能将大小便带走,大小便就会在座舱中“天女散花”。

刮胡子 胡碴吸进处理箱

在太空刮胡子也不是一件乐事,因为刮下来的胡碴会悬浮在半空中,胡碴一旦不慎落在飞船内则很难清理。现在的航天员使用一种密封式刮胡刀,它可以通过一条密封管同吸尘器联起来,吸尘器能把胡碴吸进废物处理箱中。

洗头 用餐巾纸擦洗发液

宇航员使用的洗发液是免冲型的。它在失重的状态下能变为十分细小的颗粒。洗头时,它很容易带走头上的污垢。洗完后,用餐巾纸或毛巾一擦,洗发液就被清除得一干二净。

本报综合

三招解决
白色家具发黄

白色是简单、干净的颜色,许多人家都会选择白色家具,尤其是北欧或现代简约风格的装修。但是,白色家具用久变黄的问题也让人颇为头痛。不要烦心,下面就教你三招清洁白色家具。

家具清洁品擦拭 用小块海绵蘸着含有软性研磨成份的家具清洁蜡擦拭。每个月擦拭一次,就可以长期保持白色家具常亮常新了。如果是皮沙发,请先用清水洗湿毛巾,拧干后抹去沙发表面的尘埃以及污垢,再用护理剂轻擦沙发表面一至两遍(不要使用含蜡质的护理品)。

牙膏擦拭 用牙膏擦拭,效果不错,注意要用软质布,不能大力地擦。而且牙膏只能用一次,如果用两到三次,家具就没有光泽了,而且会越来越脏。另外划痕也会导致家具很快地附着灰尘,缩短家具的使用寿命。

避免阳光直射 日常生活中,一定要避免阳光的直射。阳光的直射会引起家具变形,同时也可能会使得白色家居泛黄。白色家具一定要远离阳光,可以装上窗帘,既美观了房间,同时又能起到遮阳的效果。

唐传兵