



## 爱美女性

# 如何挑选衣柜?

随着人们生活水平的提高,衣服也越来越多,特别是爱美的女性,小小的衣柜已经满足不了需求,她们纷纷把目光投向了大衣柜。那么在挑选衣柜的过程中,有哪些需要注意的地方呢?怎样才可以挑选到一款更好更适合自己的衣柜呢?

### 衣柜常见的三种类别

市面上常见的衣柜形式主要分为L型整体衣柜、隔断式整体衣柜、嵌墙式整体衣柜。

**1. L型整体衣柜** L型衣柜适合放在成直角的两面墙边,这样空间很大,能够按照衣物的面料、适合不同的季节进行分类储藏,甚至可以鞋、被子等收纳进去。

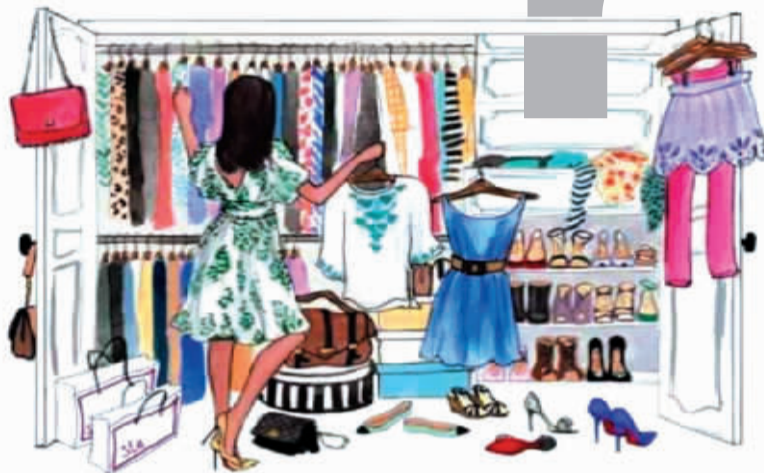
**2. 隔断式整体衣柜** 隔断式的整体衣柜适合大空间的户型,既能储存衣物,又能分割区域,形成一定的私密空间。

**3. 嵌墙式整体衣柜** 嵌墙式的整体衣柜一般都放在卧室或是玄关处,拿取衣物方便。

### 七招选购衣柜

**1. 风格很重要** 如今很多爱美女性在选购衣柜的时候,都非常注重颜值,但同时衣柜风格要与整个卧室的风格相搭配,衣柜的大小、样式也要和空间相融合。

**2. 看板材质量** 正规厂家生产出来的衣柜大部分采用环保三



聚氰胺贴面板,它的工艺经过了高温和高压处理,因此拥有很高的强度和耐磨性。而有些厂家生产的衣柜虽然表面看起来很光滑漂亮,但是只要用指甲轻轻划一下,就会看到很明显的划痕。

**3. 看衣柜材质** 衣柜的材质有很多种,因此价格也有高有低。消费者在购买衣柜时,要看看材质是实木还是板木的,实木的价格比较贵,可以根据自己的实际需求和预算来购买,而不是一味地跟风或被导购忽悠。

**4. 看防伪标志** 正规的厂家都会使用防伪标志,确保产品的品质。厂家防伪标志一般贴在衣柜的滑轮、封边条、柜门版型,甚至是板材贴面上,让消费者可以放心使用产品。

**5. 是否环保** 我们在选购衣柜的时候要先闻一下,柜体是否有明显的刺激性气味,然后要求

商家出示证明,看甲醛含量是否符合国家规定。

**6. 衣柜门板厚度及高度** 衣柜门板的厚度和高度直接决定了衣柜使用寿命的长短,正规的板材厚度要达到18毫米以上,若是太薄,衣柜很容易变形;衣柜高度最好达到2.8米左右,这样悬挂会比较便捷。

**7. 衣柜滑轮辅件** 滑轮的质量影响着衣柜门的使用寿命。因为一般整体衣柜的柜门门扇比较宽,也比较重,如果滑轮的承重力不够会直接影响到衣柜门的使用寿命。现在市场上滑轮的材质主要有金属、玻璃纤维和塑料滑轮。金属滑轮强度大,但是和轨道接触时容易产生噪音;玻璃纤维滑轮滑动顺畅,有韧性,耐磨性也比较较好。

山东省平阴县卫生局  
副主任医师 朱本浩

## 家庭消毒误区多

**消毒剂越浓越好** 消毒剂都有一定的毒副作用,浓度过高会刺激人的口腔、呼吸道、肺部,时间久了可能导致器官和组织受损,使其变得脆弱,反而容易感染。因此,在使用消毒剂前应根据说明书适当稀释。

**消毒就是灭菌** “消毒”和“灭菌”两个词在生活中常被混用,其实两者含义不同。消毒是杀灭微生物,但不能杀死芽孢等还在“休眠状态”的微生物;灭菌是杀灭包括芽孢在内的所有微生物。也就是说,灭菌的要求比消毒更严格,通常用在食品工业和医药领域,生活中很难实现。所以平时只需要消毒,将致病微生物的数量减少到不会引起人发病即可。

**用消毒剂洗内裤** 很多人会用消毒液浸泡、清洁内裤,但这样不仅不能有效杀灭内裤上面残留的有害细菌,还有可能因为清洁不到位,造成化学物质的残留,从而引发私处各种问题和病症。一些以对氯间二甲苯酚为主要原料的消毒液,在使用过程中由于其杀菌成分不溶于水的特性,极易在使用过程中形成苯酚,危害身体健康。

**在家中喷洒消毒剂** 要想让家中空气保持新鲜,最好的办法并不是在家中喷洒消毒剂消毒杀菌,而是开窗通风。家里毕竟不是医院,细菌量有限,如果有消毒液水汽滞留在空气中,被人吸入后反而会损害呼吸道。

**每天都使用消毒剂进行清洁** 除非是需要预防传染病,否则不必频繁使用消毒剂,更不必每天使用。

兰小英

## 五种厨房用品应常换

厨房是居家烹饪的地方,要保持清洁卫生,同时,有些用品还常需更换。

**不粘锅** 不粘锅的表层涂料如果被划伤和损坏,在低温时会释放出无色、无味的有毒气体。所以,如果不粘锅的涂料损坏了,应赶紧换个新的为妙。

**烧烤用具** 烧烤时我们经常用到小刷子,给食物刷上烧烤汁或者蜂蜜。有些刷子很容易掉毛,如果出现刷毛脱落的情况,最好换一把新的。

**菜板** 菜板,无论是木材的还是塑料的,都需要定期更换。肥皂和水可以清洁其表面上的细菌,但频繁使用菜刀时导致的擦伤和割伤,留下的缝隙里仍会藏有大量细菌,故用了一段时间后要换新的。

**海绵** 洗碗用的海绵因为多孔,很容易长期处于潮湿状态,这会令海绵成为细菌生长基地。所以,除了用消毒液漂洗或用热水烫洗,最好定期更换。

**抹布** 如果你在擦菜板、灶台的同时,还拿抹布来擦手,那么你很容易因感染细菌而生病,所以最好分类使用抹布并定期更换新抹布。

山东省平阴县人民医院  
副主任医师 博恩



### 巧用电冰箱

**1. 衣物上粘有口香糖难以除去**,可将衣服放入冰箱。口香糖经冷冻后变脆,用刀片很容易刮掉。

**2. 家中收藏的书籍**,时间长了会生虫。把书用塑料薄膜包好,放入冰箱内冷冻12个小时,蛀虫会全部冻死。

**3. 如果书籍不慎被水浸湿**,不论晒干还是晾干,都容易变皱变黄。可将湿书抚平,放入冰箱冷冻室内,两天后取出,书即恢复原样,既干又平整。

**4. 因受潮而软化的肥皂**,放入冰箱冷藏室内,数小时后可恢复坚硬。

**5. 绿豆、黄豆、赤豆等豆类**一般不易煮烂,但只要先煮一下,待冷却后放入冰箱冷冻室,半天后取出再煮,就容易煮烂了。

**6. 栗子煮熟后不易剥壳**,只要冷却后在冰箱里冷冻几小时,就可使壳肉分离,栗子肉剥出更完整。

泽川

## 冬天健康用暖气

冬天用暖气,大家都希望暖气能烧得热些,但暖气在驱寒的同时也会给人们带来身体的不适,需要健康使用。

首先要控制好居室温度和空气湿度。一般情况下,室温保持在18℃~24℃之间最适宜,湿度50%~60%为宜。多开窗通风,最好早晚各开一次窗,每次通风时间不少于半小时。当空气湿度低于40%的时候,空气相对干燥,各种细菌繁殖速度会加快。



其次,供暖后,随着室内温度上升,一些灰尘、细菌等过敏原容易随着温度的升高飘浮在空气中,引起咳嗽、哮喘等呼吸道疾病。因此,供暖前一定要来一次家庭大扫除,尤其是一些卫生死角,更需要及时清理,不给病菌留下滋生繁殖的机会。

再次,除了使用加湿器或在床前摆盆水来增加空气湿度,在室内多养些绿色植物,也是一个不错的办法。最好选绿萝、吊兰,这些植物叶面蒸腾的水分比较多,既可以调节室内空气湿度,同时还有吸附空气中有害物质的作用。

山东莱州市慢性病防治院  
郭旭光