

# 掌握三招不让羽绒服失暖

气温走低,人们纷纷翻出羽绒服御寒。不少人发现,羽绒服穿了两三年,保暖效果大打折扣。在厦门经营干洗店12年的李师傅表示,羽绒服的保暖核心是内部的绒朵。通常鹅绒羽绒服使用寿命可达15年,鸭绒的也能有10年,很多羽绒服提前“失暖”,都是清洗和收纳的方式错了。



AI制图

## 干洗会导致羽绒变硬板结

关于清洗,李师傅给出了具体建议。首先,多数羽绒服标签明确标注“不可干洗”,干洗用的四氯乙烯溶剂会导致羽绒变硬板结,还会损伤面料防风涂层。其次,避免用洗衣机强力模式洗涤,若选择机洗,需先拉好拉链、扣好扣件,

选择羽绒服专用模式或轻柔模式,使用中性洗涤剂;手洗应使用不超过30℃的温水,浸泡不超过5分钟,轻轻揉搓即可,切勿刷洗或使用柔顺剂、漂白剂。减少清洗频次也能延长羽绒服寿命,小污渍局部清洁即可。

## 羽绒结团需从内向外拍打

“清洗后的干燥和拍打步

骤至关重要。”李师傅强调,洗后要轻轻挤出水分,切忌拧干或机甩,将衣服里外翻转后悬挂在通风处晾干。干燥后若羽绒结团,需用手或衣架从内向外反复拍打,让绒朵恢复蓬松。清洗后若有绒朵残留板结,长期积累会大幅降低保暖性。

## 不建议长期真空压缩

在收纳方面,李师傅明确反对长期真空压缩和折叠挤压。他建议,羽绒服收纳应选择清洁干燥的环境悬挂存放,避免挤压;若确实需要压缩,也只能压缩到原体积的2/3,且不要叠放其他衣物在上面。此外,若有绒丝钻出,应从内衬一侧轻轻拉回,避免扩大面料缝隙。(摘编自《厦门日报》)

### 相关链接

#### 旧羽绒服变身蓬松新被

日前,羽绒服“爆改”羽绒被的热潮兴起。“最麻烦、最费时的就是拆绒,要1个多小时。”杭州一家手工被店店主陈小宝介绍,拆出的羽绒要经过机器20分钟紫外线杀菌,再过滤掉灰尘杂质,才成为蓬松“原绒”。“3件羽绒服拆出的绒就够做1斤多的春秋款被子了,但冬被一般需要七八件羽绒服。”陈小宝介绍,不够的话,店内也提供羽绒购买。他们会根据顾客要求的被子尺寸和厚度,将这些“原绒”精准称重,再通过专用设备充入被壳中。从拆解到成品,一床被子需耗费约3小时,包含被套在内的费用在400元左右。目前一床品牌羽绒被动辄上千元,而改制费才几百元,还能回收利用旧衣服,一举两得。(摘编自《杭州日报》)



AI制图

## 煮菜汤水变色非染色

最近,有网友在社交平台发帖称,自己购买了一种“紫罗兰青菜”,在水里烧煮后,汤水变成蓝色。这位网友询问,青菜是否被染色了?社交平台上类似帖子还有不少,除了青菜,还有茄子、紫甘蓝、紫薯等。有的汤水呈绿色,有的呈蓝色,也有的呈紫色。

国家蔬菜改良上海分中心研究员谢祝捷介绍,大部分视频中煮菜汤水变色的现象,主要源自食材所含的花青素。花青素是一种天然水溶性色素,在不同酸碱度的溶剂中,会呈现出不一样的颜色——在碱性溶剂中,呈现深蓝色或蓝绿色;在酸性溶剂中,呈现红

色、粉红色或紫色。高温烹制时,蔬果中的花青素溶解在水里,由于不同汤水的酸碱度不同,会呈现出不同颜色。

除了花青素,蔬果还含有其他天然色素。比如叶绿素(菠菜、西蓝花)、番茄红素(番茄)、类胡萝卜素(胡萝卜)和苋菜红素(红苋菜)也会导致汤水变色。总之,消费者对这些汤水的颜色不必惊讶。采购自正规渠道的蔬果,经过常规清洗和烹饪,可以安心食用。

虽然“蔬菜染色”“蔬果催熟”已成为热门帖,但在专业人士看来,这些视频的内容完全违背农产品生长规律,大家不必担心。(摘编自《解放日报》)

## 网购过滤网遇计量欺诈

2025年12月25日,辽宁大连的李女士通过电商平台购买水槽过滤网时,选购商品标注为“1012只”,收货后实际清点仅220只。电商平台给女士退了全款。李女士将此问题发布到社交媒体后,引发关注。李女士表示,希望给广大商家提个醒,无论商品价格高低,商家都要诚信经营,足量售卖。

修订后的《定量包装商品净含量计量检验规则》于2024年10月12日正式实施。规范所称定量包装商品是指以销售为目的,在一定量限范围内具有统一的质量、体积、长度、面积、计数标注等标识

内容的预包装商品。规则允许实际含量存在合理负偏差,但不得超过规定的允许短缺量。以计数商品为例,计数标注定量包装商品的净含量小于等于50时,不允许出现短缺量;大于50时,允许短缺量为净含量的1%。

辽宁宏都律师事务所的赵新城律师表示,此次事件的实际短缺量,已远超国家标准允许范围,涉嫌严重计量欺诈。消费者应积极维护自身权益,注意留存商家、商品的信息以及开箱视频来固定消费证据,通过协商、投诉以及司法程序,主张赔偿责任。(摘编自《半岛晨报》)

## 优先选择赋码充电宝

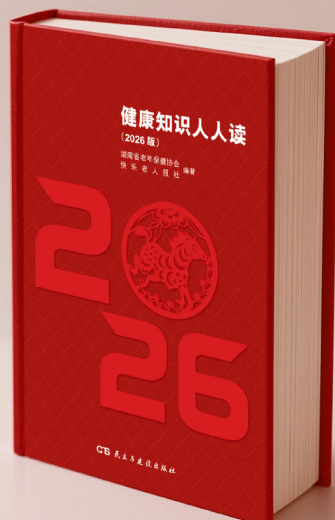
近日,湖南省市场监管局提醒消费者,在选购和使用充电宝时,优先选择带有二维码或商品条码等数字化标识的赋码产品。扫描产品包装或本体上的码,可方便地核验产品的名称、生产者、CCC认证证书编号、生产日期等关键信息,实现“一码溯源”。

充电宝在使用过程中应避免高空跌落,避免在高温、潮湿环境使用,充电时远离床铺、纸张等易燃物。若出现鼓胀、漏液、发烫严重等异常情况要立即停用。(摘编自《中国消费者报》)

快乐老人报  
www.laoren.com 快乐伴一生

定价 88 元  
读者优惠价 39.9 元  
包邮到家

请扫码订购



书名:《健康知识人人读(2026版)》  
作者:湖南省老年保健协会  
快乐老人报社 / 编著  
出版社:民主与建设出版社  
书号:ISBN 978-7-5139-5028-2

# 天天读不够 人人读起来

### 2026 健康新读本

- 专家领航 每月播撒健康真知
- 精编赋能 每日萃取养生精粹
- 七维矩阵 全域守护生命质量
- 音频畅听 晨昏浸润健康能量
- 诗韵养性 身心共筑年轻状态
- 档案智记 日积月累长寿资本

汇款人需详细附上姓名、地址和电话  
汇款订购地址:长沙市香樟路225号红星国际酒店7楼快乐老人报410018收款人:刘舒芹 电话:18229802056

咨询电话 400-998-1832 工作时间 周一至周五 上午9:00-12:00 下午14:30-17:30

辽宁、吉林、黑龙江、海南、内蒙古、甘肃、青海、宁夏、新疆、云南、西藏  
以上地区不包邮,邮费10元起,每加购一本加5元邮费

广告