

买冰箱：多大容量合适

电冰箱作为生活中所必备的家用电器，大家一定都不陌生。但是如何选购一台适合自己家使用的电冰箱，却让许多消费者感到困惑，下面就简要地介绍一下购买电冰箱注意事项。

在购买电冰箱之前，大家不妨事先做一些功课，比如要购买多大立升的？要买什么价位的？冰箱摆放的位置？冰箱外观的颜色？可以说，如果我们事先把这些功课都做好做足，在选购冰箱时就会做到有的放矢，事半功半。

我们首先估算一下要购买冰箱的立升数，也就是容量，或者说要买多大个儿的冰箱。这里就包含了很多因素，也是与个人或者家庭的生活习惯密不可分的。一口人和五口人的家庭成员所需要购买的冰箱立升就不一样。有的家庭习惯每天都去市场采购新鲜的蔬菜；有的家庭习惯周末去超市集中采购一周的生活用品；有的家庭喜欢将剩饭剩菜留到下顿吃；有的家庭不吃剩饭。所以不同家庭不同的生活习惯，决定了所需冰箱容量的大小。

由此可见，冰箱的容量并不

是越大越好，而是应该根据需要购买。有的新潮家庭很喜欢购买超大的双门冰箱，理由是看起来很气派，实际上冰箱里放不了什么东西，白白浪费了电。

专家建议，三口之家选购250立升左右的电冰箱就足够了。另外尽量选择“大冷藏，小冷冻”的冰箱，也就是冰箱冷藏室要大一些，冷冻室要小一些型号的冰箱。因为你如果仔细观察的话，就会发现在我们日常生活中，冷冻室的利用率实际上是很低的。过去那些冷冻的肉制品已经不多见了，因为现在市场上很容易就能买到新鲜的肉制品。

那什么比例的冰箱算是“大冷藏、小冷冻”呢？专家认为冷冻室的比例占冰箱总容量的25%左右比较合适，也就是说250立升的电冰箱，冷冻室容量在50~60立升左右比较合适。冷冻室过大，除了浪费冰箱储物空间外，也增加了耗电量，所以大家在选购的时候一定要看清楚。

目前，正规卖场里的冰箱样机都会在面板上张贴一个标签，注明了冰箱的总立升容量，冷冻



室和冷藏室的容量，大家可以根据这个标签来判断该产品的立升容量。另外在冰箱背后下部的位置，有一个产品铭牌，上面标明了冰箱的立升容量、耗电量等参

数。这个铭牌上的数据比面板标签要准确得多，大家不妨也可以根据铭牌上的参数来参考购买。

(新华)



健康生活

躲开身边危险 避免家电辐射

在我们的生活环境中，辐射无处不在！如家用电器：电视、电冰箱、空调、微波炉、吸尘器。家庭装饰：大理石、复合地板、墙壁纸、涂料等。在辐射源集中的环境中工作、学习、生活的人，容易失眠多梦、记忆力减退、体虚乏力、免疫力低下等，其癌细胞的生长速度比正常人快24倍。

国内外医学专家研究表明：长期、过量的电磁辐射会对儿童的生殖系统、神经系统和免疫系统造成直接伤害。

1. 卧室少放电器

不要把家用电器摆放得过于集中或经常一起使用，特别是电视、电脑、电冰箱不宜集中摆放在卧室里，以免使自己或孩子暴露在超标准辐射的危险中。

2. 电脑背面辐射强

尽量别让屏幕的背面朝着有人的地方，因为电脑辐射最强的是背面，其次为左右两侧，屏幕的正面反而辐射最弱。

3. 电器不待机

当电器暂停使用时，最好不让它们长时间处于待机状态，因为此时可产生较微弱的电磁场，长时间也会产生辐射积累。

4. 及时洗脸洗手

电脑、电视的屏幕表面存在着大量静电，其聚集的灰尘可转射到脸部和手部皮肤裸露处，时间久了，易发生斑疹、色素沉着，严重者甚至会引起皮肤病变等，因此在使用后应及时洗脸洗手。

(津报)

卖场导购

低碳生活

从选购节能家电开始

对于居家之中无所不在的家电选购与使用，低碳生活更像是一种良好的习惯，是一种自然而然地去节约身边各种资源的习惯，只要你愿意主动去约束自己，从生活的点点滴滴做到多节约、不浪费，低碳生活同样可以过得舒适而潇洒。

低碳家电 从“小”做起

尽管像色彩斑斓的电视、打开门就喷出嗖嗖凉风的电冰箱、轰轰滚动的洗衣机这些大家伙一直被看做是家用耗电的主力军，可实际上像豆浆机、电热水壶、电饼铛这些看似不起眼的小家电却是真正的

电老虎。使用电磁炉烹饪半小时就会用掉一台冰箱全天的用电额度，一台普通油汀电暖气的能耗丝毫不比柜式空调低，豆浆机的耗电量是液晶电视的2~5倍……

看来，不好好管管这些小东西，一味地少开空调、少看电视，也无法真正做到节能减排。

首先，要重视小家电的使用习惯，包括不要輕易让它们处于空载状态；及时清理电水壶内的水垢、榨汁机内的残渣、电磁炉表面的油污，以避免过多的能耗；选择合理的低能耗家电（如加热熟食时，微波炉会比电磁炉能耗低得多，长时间使用电热水壶比电保温壶更耗电）等。



在选购时，关注小家电的能耗水平也十分必要。目前，关于小家电能耗水平的国家标准还在制定中，届时，包括饮水机、榨汁机、吸尘器等都会像空调、冰箱一样贴上能效等级标志。低等级的产品将逐渐被市场淘汰。

低碳空调 自有“变”数

虽然，每年只工作不到百天，但动辄几千瓦的空调一直被人们看做是家中最耗电的电器之一，特别是当天气渐渐热起来以后，选择什么样的空调才更划算成为许多人开始考虑的问题。

简单来说，选择空调最重要的是分清定速和变频的区别。这二者是指两种不同的空调压缩机种类。定速空调是根据遥控器上设定好的温度，每隔固定时间就会启动压缩机，使得室内温度保持在一个区间内波动；变频空调则是在启动后迅速达到设定温度，并保持压缩机持续工作状态，使空间内的温度在设定温度附近轻微波动。

虽然，变频空调被许多企业冠以“发展趋势”的高帽，但据专家介绍，究竟何种空调更节能还是要根据消费者的使用习惯：如果习惯连续使用（比如连续使用8~10个小时或更长），变频空调会更省电；如果每次只是短时间使用一两个小时或者更短，定速空调反而更节能。

(张华)

温馨提醒

要“量房购空调”

许多消费者在购买空调的时候，首先都会遇到一个问题，那就是要买多大功率的空调，按照一般情况来换算功率与面积的关系，每平方米对应的制冷量约为180W，制热量则为220W。对于面积狭小的房间，选择匹数大的空调就是一种浪费，对于空间较宽敞的房间，匹数不够则达不到理想的制冷制热效果。

适合 10~15 平方米：1 匹空调

对于10~15平方米面积较小的儿童房、客房、书房等环境，从节能省钱的角度来看，1匹左右适合的功率才不会造成资源浪费。

适合 15~25 平方米：1.5 匹空调

对于15~25平方米面积较大的主卧、面积较小的饭厅等环境，从舒适的角度看，要选择比小面积房间稍大功率的空调，没有必要选择功率太大的空调，1.5匹左右适合的功率才不会造成资源浪费。

适合 25~35 平方米：2 匹空调

对于25~35平方米面积较大的饭厅、面积较小的客厅等环境，从舒适的角度看，要选择比主卧稍大功率的空调，2匹左右适合的功率才不会造成资源浪费。

适合 35 平方米以上：3 匹空调

对于35平方米以上面积较大的客厅、会议室等环境，因为人流量大，需要更大的空调才能保证制冷效果。

(小丽)

洗衣超重 洗衣机“折寿”

很多品牌都是有意无意地将洗衣机容量当做是洗衣机洗涤容量来标注，因此很多时候容量5公斤的洗衣机很可能在洗涤超过4公斤时就会出现

问题。洗涤容量代表了洗衣机的洗涤能力，主流的洗涤容量区间5~7公斤。一般三口之家选购洗衣机洗涤容量为5~6公斤左右，四口之家选择6~7公斤左右即可。另外带有烘干功能的洗衣机其“烘干容量”也很具有参考价值。

在商场里售货员介绍洗衣机时，都要提到你要买多少公斤的干衣重量的洗衣机。事实上，洗衣机的干衣重量没有多大的实际参考价值。

对波轮洗衣机来说，内桶的直径，还有波轮和内桶的形状更为重要，实际上，因为专利的限制，各个品牌之间的主要差异是在这里，而不是在什么控制程序和外观上。对滚筒洗衣机来说，内桶径是必须那么大的，能减少的只能是深度，这是由滚筒洗衣机的洗衣原理决定的。这种洗衣机如果衣物放得过多的话，根本就没办法洗衣，因为它是靠洗衣桶内的三根凸起条把衣物带到高处，然后自由落体来洗衣的，如果塞满衣物，根本就洗不了。

选购洗衣机，首先要了解洗衣机的种类。目前市场上的洗衣机主要有滚筒型、波轮型和搅拌型三大类。其中搅拌型洗衣机目前在市场上所占份额极小。就滚筒洗衣机和波轮洗衣机而言，两者在衣物的洗净度、用电量及洗衣所花费的时间等方面区别很大。

(焦文)

