

简单几招 让家里冬暖夏凉

自己给房子做节能改造,花万把块钱,每月能省100度电

六月的天气忽冷忽热,有些人开空调睡觉,也有些人吹电风扇都嫌凉,这与房子是否节能有关系。记者了解到,2006年以后的新建楼盘都要求节能了,但以前的大量普通住宅节能却不到位。于是,一些精明的市民开始自己找施工队,为房子做节能改造。简简单单的几招,不仅让家里用电量大降,舒适度也会上升一大截。

方案一:门窗大换血

说起住宅节能,很多买房人都格外重视外墙保温。然而南京臣功节能材料有限公司总经理张成功却告诉记者:最重要的是门窗。

首先要用双层中空玻璃,最少也要用5-9-5的,也就是两片玻璃5mm厚,中间间隔9mm;如果能用5-12-5的就更好了,因为中间间隔越大,节能效果就越好。当然,后者的价格也更高。

“如果家里原来是单层玻璃,窗子密封性还可以,那么也可以贴龙膜,这样的效果也差不多能赶上中空玻璃;如果家里是老式钢窗,那就非换不可了。”张成功说,最好的玻璃门窗应当是用镀了LOW-E膜的中空玻璃,加上断桥的型材。一般改造用国产货200~300元/m²就可以了,贵的、进口的可以达到700~800元/m²。

方案二:外墙穿棉袄

“门窗做好了,节能改造就完成了一半。”张成功说,下一步就是外墙保温了。

如果是别墅或新建楼盘,可以在外墙外侧用聚苯板、挤塑板围上,这叫“给房子穿棉袄”,花费大约是80~

100元/m²(连人工费在内)。

但市民住的普通住宅,要改外墙就不那么容易了。因此一般是在外墙内侧用保温砂浆做“内保温”,花费30~40元/m²就差不多了。刷保温砂浆的第一步,就是把原来墙上1.5~2cm的粉刷层扒了,然后刷上2.5~3cm的保温砂浆,直接上漆,这样墙比原来厚度多出1cm,不至于使家里的使用面积“缩水”过多。

方案三:搞个遮阳帘

门窗、外墙都做好了,住宅比原来节能50%的标准就基本达到了。但要想达到江苏“十一五”规划要求节能65%的标准,还有一招:外遮阳。

所谓外遮阳,就是在有阳光直射的窗户外做遮阳帘,但遮阳帘的好坏、造价大有差别。好的自动遮阳帘,要用德国的电机,一个就1000多元,一扇遮阳帘两个电机,再加金属帘,总的大约要3000~4000元;而普通的手动帘大约只要500~600元。有的遮阳帘一放下来房子就黑了,居民很不习惯,但有的遮阳帘做成百叶窗式,既遮阳又透气,非常好用。

其实,遮阳帘看起来

贵,但实际上家里一般朝南、朝西的窗子只有两三扇,不用所有窗子都装。

方案四:封个阳台

南京许多居民都喜欢封阳台,大半是为了防灰尘,但记者了解到,这对于节能也大有好处。

“如果是冬天,封的阳台室温能达到摄氏20多度,就像家里的小暖房。即使里面的推拉门开着,也能有效提高家里的温度。”中国建筑学会建筑分会理事、清华大学建筑学院教授陈衍庆告诉记者,这个小暖房的运用关键在于“该开就开、该关就关”。比如夏天,就得开着,否则就热坏了。有些市民认为有框阳台比无框阳台封闭性要好,但陈教授告诉记者,实际效果差不多,只不过无框阳台造价要高一些。

据了解,对房子做个节能改造,一般是1万元/套。可家里的电费每月能省100度。

“节能改造不仅是省电费,更重要的是人体舒适度会提高。”家里改造过的李先生告诉记者,别人家夏天要开两个月空调,而他家只要开十天半个月就可以了。电风扇吹出的凉风,可比用空调舒服多了。快报记者 孙洁 裴文彬

■相关新闻

节能建筑验收合格率86%

快报讯(记者 裴文彬)昨天,在东南大学举行的全国低能耗建筑研讨会上,记者了解到去年江苏省新建建筑节能验收合格率仅为86%。

清华大学建筑学院教授陈衍庆在会上表示,他考察了南京的建筑节能方面的工作之后,发现南京的建筑节能方面的工作还是走在全国前列的,有很多示范点值得全国推广,但他认为政府有关部门还是要加强监管力度,杜绝良莠不齐的现象,北京有关部门在节能工作上就抓得很紧,效果也很突出。

江苏省建设厅副厅长顾小平表示,虽然离100%新建建筑节能合格率还有一定差距,2006年86%的合格率还是有了长足的进步。顾小平表示要进一步加强建筑节能落实的监管工作,并提醒相关开发商不要在建筑节能方面偷工减料、不得使用不合格节能产品。

据了解,江苏省从去年6月1日便开始对节能建筑专项验收,验收不合格的工程,不予备案,不得交付使用。建筑节能专项验收不合格的工程必须进行整改直至合格。

国土部门新推三幅土地 城南小户型公寓价格要“奔万”

快报讯(记者 尹晓波)今天下午,国土部门将拿出三幅土地,其中栖霞区的两幅纯住宅用地面积超过8万平方米,秦淮区宏光路北侧的酒店式公寓地块7000多平方米。

记者了解到,位于秦淮区宏光路北侧的地块规划为商业、酒店式公寓用地,限高80米以内,用地总面积14419.3平方米,市政配套设施面积就有1万平方米,实际出让面积7000多平方米,容积率不大于4.8。按照4600万元的起拍底价,平均地价达到6363元/平方米。

未来这一地块房价会定多少?一名开发商认为,按照

北方光电拿地的10589元/平方米的平均地价来测算,楼面地价为4200元/平方米左右,再把土建、规划设计等各项成本计算进来,房价成本价在7000元/平方米以上,开发商要保持项目30%总利润的话,房价过万很正常。由此推算,宏光路公寓地块未来的房价也要“奔万”。

另外,在今天的土地拍卖中,两幅位于栖霞区尧化街道的住宅用地分别为:尧辰采石场地块,出让面积为57969.2平方米,底价7600万元;原洗涤剂厂地块,出让面积为29758.9平方米,底价4300万元。

降门槛的同时还要增加房源 经适房今年新开工量猛增87.8%

快报讯(通讯员 苏统记者 郑春平)记者昨天从江苏省统计局获悉,申请经济适用房门槛一降再降,房源也一增再增。根据今年1~5月份的统计,全省经济适用房建设力度加大,主要开发指标明显上升。

6月15日,南京放宽了经济适用房、中低价商品房的申购标准,使得困难家庭圆“住房梦”的门槛明显降低。不过,门槛降低虽然好,但更要紧的是要有房,否则好政策也会“落空”。所以,该市同时加大了经济适用房的建设力度,今年江南八区新开工经适房由去年120万平方米增加到150万平方米。

就全省来看,经济适用房开发投资步伐明显提速。

1~5月份,全省经济适用房开发投资29.95亿元,同比增长69.0%;施工面积也显著扩大。1~5月份,全省经济适用房施工面积达到749.14万平方米,已经超过去年全年(647.80万平方米)的水平;同比增长82.2%,比去年同期高出37.3个百分点。另外,新开工面积比重提高。1~5月份全省经济适用房新开工面积283.64万平方米,同比增长87.8%,比去年同期的增幅提高45个百分点。



“2007’ 男性生殖健康免费普查”活动

让七千余名男性走出“难言”的尴尬

中国性学会公布 2007’ 男性生殖健康免费普查(江苏站)诊疗活动详情(截至 2007 年 6 月 18 日):

前列腺疾病 2650 例;泌尿生殖感染、病毒感染 1652 例;男性功能障碍、不育 1503 例;包皮包茎手术 1248 例;男性性功能重建,阴茎延长、整形 287 例

国家专项资金援助 引发就诊高峰

近期,在南京引发就诊高峰的“2007’ 男性生殖健康免费普查(江苏站)”活动(4月20日—6月30日)已接近尾声,昨天,此项活动组织者中国性学会在江苏站活动举办地——建国男科医院举办了诸项统计数据,共有七千余名男性患者参与了本次活动。根据就诊人数、发病几率以及临床实际情况,结果显示江苏省的男性健康状况不容乐观。

据了解,中国性学会在全国范围内举办“2007’ 男性生殖健康免费普查”活动,首站江苏站活动于2007年4月20日至6月30日在建国男科医院展开。为此,中国性学会申请了国家专项资金援助免挂号费、手术费、治疗费按国家定价下调50%。并调选一批治疗男性疾病的名医教授汇同建国男科医院的专家坐镇活动现场。从活动开始首日,即出现排队就诊情景,平均每天就诊人数达100余人次。之后,原定于5月31日结束的江苏站活动,也基于活动中,许多专家预约号已挂到6月中旬,活动主办方中国性学会决定追加资金补贴,将活动延期一个月。但就诊人数始终居高不下,仍有无数患者从各地赶至长乐路238号活动现场,引发了一波波的就诊高峰。中国性学会有关专家得以充分的调研、统计了有关数据,为进一步规范和指导我国

男性健康的诊疗水平起到了重要的参考作用。

对此,中国性学会副理事长崔以泰教授认为,江苏站活动现场连续出现的就诊高峰,一方面说明当前男性健康意识大大提高;另一方面也说明,承办单位建国男科医院精心准备和组织一流的专家队伍,让每一位患者满意而归。每次中国性学会在建国男科医院举办活动都会取得极大的成功,建国男科医院已成为中国性学会在江苏乃至全国最好的活动基地之一,同时也能反映出江苏地区男科疾病的科研医疗水平和男科专家队伍的储备,是走在全国前列的。本次活动达到了预期的调研目的,为今后中国性学会指导男科工作,提供了实际依据,是非常成功的。

然而,对于就诊高峰反映出来的众多问题和隐患,本次活动医疗总监、南京建国男科医院男科专家黄卫国主任医师认为,从近两个月的活动过程中分析男科疾病病种和就诊人群不难发现,江苏省的男性健康状况堪忧,男科医生的责任任重道远。今后,建国男科医院将一如既往地致力于男科事业,为男性患者服务。

认知男科疾病任重道远

作为“2007’ 男性生殖健康免费普查(江苏站)”活动的医疗总监、建国男科医院男科专家黄卫国主任感慨万分,他告诉笔者,很多男性疾病是完全可以避免的,问题在于男士

们太漠视自己的身体了。

黄主任说,仅以前列腺疾病来说,普查中就发现这部分患者存在三大误区。一是认为前列腺炎是“终身性”疾病;由于前列腺炎临床症状表现复杂,加上一些医疗机构缺乏准确诊断能力,导致一些患者误认为前列腺炎是“终身性”疾病。临床证实前列腺炎并不可怕,只要精确诊断、科学规范治疗是可以治愈的。二是认为前列腺炎熬得过去,临床统计表明,到目前为止,尚未有一例前列腺炎病是自然而愈的。三是乱投医,乱用药,“走马灯”似地更换医院,随意更改治疗方案,并不是明智之举。黄主任强调,前列腺炎属于一种身心疾病。帮助患者消除焦虑情绪,针对性治疗,才能切实提高慢性前列腺炎的康复率。

再则,许多患者来参加普查之前就自行购药服用,结果不对症反而耽误了病情。还有不少中老年人对自己的性功能不自信,造成功能障碍,其实性功能障碍并非衰老的必然结果,性功能没有失效期,应与配偶多交流,同时接受专业治疗,不要听信广告,购买所谓增强性功能的药物和保健品,否则可能越补越糟。总之,认知男科疾病任重道远。

普查显示,三大疾病仍居男科疾病发病率前列

中国性学会现场统计显示:截至6月18日,本次活动

共接诊各类男科疾病患者7340人次。其中各类前列腺疾病、泌尿生殖感染、性功能障碍患者这三大男科疾病患者占总人数的79%。这些数据反映出目前男性疾病的发病特点。笔者就此走访了黄卫国主任。

黄主任说,社会压力及人们生活方式的改变,造成人体免疫力下降,引起生殖感染的病原体更容易经尿道上行感染,从而表现出尿道炎、龟头炎、睾丸炎、附睾炎、前列腺炎、精囊炎等的症状。男性泌尿系统感染治疗有五大原则。一是及时,早发现、早治疗;二是规范,去正规医院就诊;三是彻底;四是系统;五是夫妻同治。

有一位在6月初通过网络得知本次活动,慕名而来的宁波的蒋先生婚后好几年都没有孩子,男性不育诊疗中心洪伟明主任在检查中发现,蒋先生是因为患了前列腺炎而导致精子质量低下。洪主任给蒋先生开了很成熟的中药处方,再结合西药治疗,目前已有了初步疗效。另外,某长途汽车司机徐师傅,开车已有10年时间长了,半年前发现自己上厕所时很不舒服,不仅伴有刺痛、尿后滴白,且时有小腹坠胀感,后来是尿频、尿急症状特别严重,时不时地就要停车找厕所,给日常工作带来了很大的不便,可是又不好意思开口跟领导请假。徐师傅知道有免费普查之后,立即来检查,前列腺疾病诊疗中心严泽承教授在了解了徐

师傅的病情之后,给他制定了个性化的诊疗方案,在接受HAI00腔内场消融系统治疗之后,徐师傅已经康复,他激动地对严教授说,“在建国男科医院,我终于走出了‘难言’的尴尬,谢谢你们”。

普查活动开展以来,建国男科医院共开展各类生殖整形手术1000余例,体现了江苏男性对私密整形的关注度有了极大的提高。黄主任介绍,自江苏首个中韩生殖整形基地成立以来,医院已经成功实施了阴茎延长术、早泄部分神经分支切断恢复功能术、阴茎增粗术、鞘膜积液翻转术、精索静脉曲张高位结扎术、阴茎系带过短整形术、阴囊肿物切除术、睾丸肿瘤切除术、附睾切除术、睾丸下降不全固定术、经尿道前列腺电切术、阴茎重建成形术、阴茎假体置放术、包皮包茎环切术、嵌顿包茎松解术等私密整形手术2800余例。此外,值得一提的是江苏省首例早泄手术也是在建国男科医院成功进行的。这不仅给江苏早泄患者带来了福音,也填补了江苏医疗界早泄手术治疗的空白。

普查总结 六类人群易患男科疾病

中国性学会本次活动还有一项统计数据表明,就诊人次最多的是私企企业主、的哥、老年人、白领、教师、打工者这六类人群。实际上,这些人也是最容易受到男性疾病侵袭的,比如

白领男性大多数都有这样的“职业习惯”:早起上班,坐在电脑前工作8—10小时,回家后又坐在电脑或电视前数小时;工作时顾不上喝水,有尿也没时间上厕所;常常熬夜。这种生活方式让男性常常处于久坐、憋尿、接触辐射等状态中,使睾丸局部温度增高,易发生前列腺炎、泌尿生殖感染及不育。私企企业主由于生活无规律、烟酒过度、应酬多等情况,极易引发病毒感染。由于的哥特殊的工作性质,长时间处于开车、久坐不动、饮水不足、憋尿、卫生差、性生活不规律、嗜烟酒等诸多不利健康的环境下,导致尿频、尿急、尿线分叉等症状的出现。许多哥长期饱受前列腺炎、泌尿生殖感染、性功能障碍等疾病的困扰。许多老年人出现排尿不畅、尿等待、尿线细、尿滴沥等现象是不会引起重视的,通常会认为上了年纪,这都是自然的事。其实不然,这一般是前列腺增生所致。打工者由于卫生条件差、不洁性生活等情况时常会引发泌尿生殖感染。在这几类人群中,除了老年人之外,尤其以30—45岁年龄段的男性居多,他们长期处于亚健康状态的“透支”状态中,外似强壮,实际上抵抗力很差,长期处于无规律的生活、久坐、憋尿、不节制的酗酒和抽烟、饮食无度、嗜辛辣、环境污染以及来自家庭和工作的压力等因素,使他们的健康极度透支,成为亚健康男人。

通讯员 王佳