

挤牙膏别蘸水

大多数人刷牙时,习惯性地把牙刷蘸湿了再挤牙膏。但事实上,刷牙是不可以这样的。如果牙刷是湿的,挤上牙膏后,就很容易起泡沫,嘴里有了太多的泡沫,人就感到已经刷了很长时间了,认为可以结束了。而这时,牙齿还未真正被刷干净。

如果是让牙刷蘸水,泡沫一堆就很难慢慢刷牙了。牙膏本来不是用泡沫来洁净牙齿,而是靠里面的清洁成分和牙刷与牙齿的摩擦。摩擦越细微,时间越长,则刷得越干净。牙刷不蘸水,挤上牙膏慢慢刷,渐渐出些细微的泡沫,牙膏的清洁作用才能被发挥到最大。

面部最易衰老部位是前额

脸、眼部和嘴是大家公认容易衰老的部位。但据美国最新一份研究报告表明,人步入老年时,首先衰老的并不是上述这些部位,而是前额。专家说,人的脸皮就好像一块三维拼图板,脂肪分成小块分布在前额、眼睛、嘴和面颊等处。年轻时,人脸脸上各个部位的脂肪是变化的,进入老年之后,面部不同部位的脂肪发生变化的速度不同,于是出现了皱纹。大约从25岁起,就会有首批皱纹悄悄地爬上脸庞。不过,人脸面部首先衰老的是前额,然后是嘴和下巴,最后才是皮肤和面颊。所以,女性朋友们在今后的保养当中,千万不要遗漏前额这个重点部位。

让鞋干爽的小帮手

干鞋器也叫烘鞋器,一鞋一只,通过热效应,可以驱除鞋内的湿气,起到烘干目的,使人穿上后感觉干爽舒适。在干鞋的同时,也起到除臭杀菌作用。鞋尖是最难干的部位,而干鞋器的形状正好符合鞋子的造型,可以直接伸到鞋尖,并且鞋尖的温度最高,脚背和脚跟部温度稍低。

内湿气和臭味,使鞋保持干燥,并防止细菌滋生和繁殖。这种竹炭鞋塞在日本、韩国和东南亚一带非常受欢迎,咱们身边的大超市也很容易买到。晚上回家后,把竹炭鞋塞放入鞋里,第二天白天拿出来,放在太阳下晒一天,等到晚上就可以再次使用了,而且吸湿能力会更强。

陶瓷碗碟别用消毒柜消毒

有些颜色鲜艳的陶瓷碗碟,其釉质、颜料里含有铅、镉等重金属。平时这些物质是较稳定的,但遇到高温就容易析出。而消毒柜在工作状态下,内部温度可高达200℃。用这些经常被放进消毒柜消毒的彩色瓷器放置食品,会使食品受到不同程度污染。而且,搪瓷制品表面的珐琅在高温下会逐渐分解,对人体健康不利。所以,陶瓷和搪瓷碗碟都尽量别用消毒柜消毒。

消毒柜消毒的彩色瓷器放置食品,会使食品受到不同程度污染。而且,搪瓷制品表面的珐琅在高温下会逐渐分解,对人体健康不利。所以,陶瓷和搪瓷碗碟都尽量别用消毒柜消毒。

地热供暖最好铺地毯

地热比老式的暖气供暖要热很多,但是在健康方面存在着一些弊端。地热带来的最大麻烦就是地面问题,过热的地面会让粘帖不牢固的瓷砖起边,所以多数人都选择了地板做地面的装饰。家中是地热供暖的住户最好选择专业的地热地板,这样的地板厚度、强度大,耐热性强,散热透气性好,相对来说甲醛指标控制更加严格,不会释放过多的甲醛。如果家中已经安置了普通地板,那么可以在地板上铺一层地毯,这样可以在一定程度上阻止甲醛的挥发,有条件的话也可以选择有竹炭夹层的地毯,能对挥发出来的甲醛进行吸附。

地热供暖的房间内静电和灰尘的情况严重,这主要是地面蒸发了很多水分,异常干燥引起的。在使用加湿器的时候,不能依靠以往的经验,必须把湿度再调高一些,而且要始终保持空气的湿度标准在30%~60%左右,对于这个数值可以买一个湿度剂来衡量。家中绿色植物必须增多,一是防止静电,二是保持空气清新。

干鞋电热片

干鞋电热片和干鞋器原理相似,便于携带,电热片发热比干鞋器温度更高。但是主要是针对鞋尖的局部干燥,不够全面。干鞋电热片只能用于一般的皮鞋,对于一些很柔软皮鞋是不适用的,局部加热会改变高档鞋的皮质,造成破损。

干燥剂

很多人都见过食品袋中的食品干燥剂,里面的成分大都是生石灰,它的吸水能力很强,不管外界环境湿度高低,都能保持大于自重35%的吸湿能力。其实,生石灰干燥剂也可以作为鞋用干燥剂使用。平时,吃完零食或一些糕点后,袋中的干燥剂别轻易扔掉,把它们收集起来,放入鞋中,就能帮鞋“干身”了。

巧用护膝小妙招

秋冬季节,为了保护膝盖不受风寒,不少人习惯使用护膝。然而,戴上护膝后经常会因行走摩擦而偏离膝盖。为此我采取了如下的小妙招将其固定,既方便又实用,老年朋友不妨一试:将护膝直接缝在春秋裤的膝盖部位即可。缝时针脚不要缝得太密,以便于拆洗,固定点可以缝在膝盖上。北方地区天气寒冷,膝关节增生者可将护膝直接缝于毛裤或棉裤的膝盖部位,此举既省事又牢固。

护膝直接缝在春秋裤的膝盖部位即可。缝时针脚不要缝得太密,以便于拆洗,固定点可以缝在膝盖上。北方地区天气寒冷,膝关节增生者可将护膝直接缝于毛裤或棉裤的膝盖部位,此举既省事又牢固。

居家中是地热供暖的住户

家中是地热供暖的住户最好选择专业的地热地板,这样的地板厚度、强度大,耐热性强,散热透气性好,相对来说甲醛指标控制更加严格,不会释放过多的甲醛。如果家中已经安置了普通地板,那么可以在地板上铺一层地毯,这样可以在一定程度上阻止甲醛的挥发,有条件的话也可以选择有竹炭夹层的地毯,能对挥发出来的甲醛进行吸附。

干鞋器

干鞋器也叫烘鞋器,一鞋一只,通过热效应,可以驱除鞋内的湿气,起到烘干目的,使人穿上后感觉干爽舒适。在干鞋的同时,也起到除臭杀菌作用。鞋尖是最难干的部位,而干鞋器的形状正好符合鞋子的造型,可以直接伸到鞋尖,并且鞋尖的温度最高,脚背和脚跟部温度稍低。

干鞋电热片

干鞋电热片和干鞋器原理相似,便于携带,电热片发热比干鞋器温度更高。但是主要是针对鞋尖的局部干燥,不够全面。干鞋电热片只能用于一般的皮鞋,对于一些很柔软皮鞋是不适用的,局部加热会改变高档鞋的皮质,造成破损。

干燥剂

很多人都见过食品袋中的食品干燥剂,里面的成分大都是生石灰,它的吸水能力很强,不管外界环境湿度高低,都能保持大于自重35%的吸湿能力。其实,生石灰干燥剂也可以作为鞋用干燥剂使用。平时,吃完零食或一些糕点后,袋中的干燥剂别轻易扔掉,把它们收集起来,放入鞋中,就能帮鞋“干身”了。

Real estate listings for various areas including 二套房专版, 国山, 翔云, 利众, and others. Includes contact numbers and addresses.

Large advertisement for '六合康家花园' (Liuhe Kangjia Garden) featuring '双联别墅 32万/栋' and '约230m²'. Includes phone numbers and address.

Advertisement for '标的首置业 现金购房:82091148' with phone number 86681639.

Grid of small real estate listings for various districts like 尧化门, 太平村, 五塘村, etc. Includes property details and prices.

Advertisement for '免费评估七天包售 热线 84704801' and '东鸿房产' with phone numbers.

Large grid of real estate listings for various areas including 应天, 朝天堂, 双塘里, etc. Includes property details and prices.

Advertisement for '现金收购 当日付款 13813385266' with phone number.

Large grid of real estate listings for various areas including 鼓楼区, 应天, 皇册, etc. Includes property details and prices.