

还有半个月就要过年了,年前每家每户都得来一次大扫除。最近,微博上一篇“教你如何洗邋遢”的文章被网友热转。不过,现代快报记者在请教了家政公司的工作人员后了解到,其中的一些方法并不准确。跟专业人士学几招,大扫除既省力又干净。



迎春大扫除 试试这些小妙招

厨房玻璃窗的油垢怎么洗? 喷上清洁剂,再用刀片刮!

厨房窗户油乎乎,要把它们清洗干净可不容易。微博称,其实只需要几张保鲜膜就行了。“在厨房窗户上喷清洁剂,再盖上一层保鲜膜,15分钟后把保鲜膜撕掉,再用干布将窗户擦一遍,原本油腻不堪的窗户会变得闪闪发亮。”

南京雪松家政服务有限公司总经理胡雪松说,这确实是一种有效的保洁方法,“也可以用报纸。报纸和保鲜膜都能将清洁剂除下来的污垢吸附干净。”不过,胡雪松介绍,这种土方法比较耗时间,现在常用的方法是喷上专用的玻璃清洁剂,然后使用双面擦,一擦就干净。

胡雪松还介绍了一个小窍门,“擦玻璃最好不要用抹布,会越擦越糊,最好是喷上清洁剂后,用裁纸刀或刀片,直接将油污刮下来,然后用洗车的那种麂皮巾卷成条状,再一刮,就非常干净了。”

清洁灶具要用碱粉 切菜板得用盐水泡

比起玻璃,煤气灶的油垢更难洗。用百洁布加去污液用力刷,都不见得能擦洗干净。微博上介绍的方法是使用面粉代替去污液,再用百洁布蘸着面粉去擦。

胡雪松指出,这个说法并不准确,“不是面粉,是工业用的碱粉。用开水把碱粉泡一下,然后用抹布蘸着,涂在油污处,一会儿油垢就化开了,这时再拿干抹布擦一下,灶具就会和新的不一样了。”

微博介绍,处理鱼、肉的切菜板切忌用热水清洗,因为肉类含蛋白质,用热水一洗,会让蛋白质凝固留住腥味,正确的方法是用盐巴刷洗,然后用冷水冲干净,最后放在阳光下暴晒,这样才能达到彻底杀菌的效果。

对于这个说法,胡雪松非常认同:“对的,用普通食盐就行。用盐水泡一下切菜板,能达到很好的去腥味的效果。”

大扫除有顺序 记住八字口诀

从上到下,从里到外

快要过年了,如果想自己动手彻底清洁家,该如何下手呢?

胡雪松说,首先要本着“从上到下,从里到外”的原则,“先把天花板、墙壁的蜘蛛网、灰尘掸下来,之后再擦沙发、椅子、床底下清理干净,免得擦完地板,天花板的灰尘掉落又弄脏。”

打扫的先后顺序,应该是先打扫卧室,再大厅,然后厨房,最后是卫生间。打扫完一间,就把门关上,“这样排序是因为在打扫其他房间时,一直会用到卫生间。”

胡雪松提醒,打扫厨房时,墙面和台面可以留到最后,因为污迹水迹可能会溅到墙面。另外,所有与水有关的作业都可以用温水代替冷水,一来双手感觉温暖,二来去污效果更佳。

现代快报记者 郝多

垫高枕头止夜咳? 吃瓣大蒜护嗓子?

感冒了,用这些“洋办法”真能“养”好吗?

近日,江苏进入感冒高发期。感冒多是由病毒引起,目前并没有特效药,还是要多休息、多喝水,让身体的免疫系统和病毒打一仗。美国《真简单》杂志曾介绍过国外专家关于“养感冒”的经验之谈。南京的呼吸科专家对这些“洋办法”进行了点评。

【一般原则】

国外专家认为,感冒后养病的一般原则为:喝足够的水或果汁(不要喝茶、可乐,以及含酒精的饮料),避免呼吸道干燥,并稀释痰液和鼻涕。如果鼻塞不超过1个星期,可以自行养护,比如淋浴时打开莲蓬头,坐在浴室里呼吸湿润的水蒸气。

南京市中医院呼吸科主任医师梁栋认为,国外专家的建议是有道理的。湿润的水蒸气可以缓解鼻塞,也可以用淡盐水冲洗。喝水能补充体液,也能加快体内毒素排出。但如果出现发烧、咳嗽等症状时,还是要去医院治疗。

【喉咙不舒服】

喉咙不舒服,怎么办?国外专家推荐了几种“宝贝”,南京市中医院主任中医师骆天炯一一点评(点评见括弧内)。

加湿器。适合嗓子发干时用。(有道理,但要适度。有人会添加各类精油,反而会破坏呼吸道的平衡。)

大蒜。嗓子发痒时,将一两瓣大蒜放入微波炉加热10到15秒,以减轻大蒜气味,然后将蒜瓣压碎食用,每天1次。(大蒜有杀菌的作用,但没听说过可以缓解咽喉不适。)

咽喉糖。根据需要每2到4小时含1片,可缓解嗓子疼痛。(大部分润喉片都加入了蔗糖、薄荷,服后口感舒适。但是,不要把润喉片当糖吃,含服润喉片前应先仔细阅读说明书,了解其适应症、注意事项及禁忌症等。)

温盐水。嗓子又疼又痒时,在500毫升温开水中加1茶匙食盐,每天含漱1次以上。(淡盐水对咽喉肿痛有一定的缓解作用。)

草药茶。可饮用含黄柏根或甘草等的草药茶,缓解嗓子疼痛。(黄柏一般用来治疗尿路感染、拉肚子等。缓解嗓子疼的草药主要有薄荷、甘草、胖大海等。)

【咳嗽厉害】

国外专家建议,如果咳嗽厉害,需要注意4点:1.不抽烟,同时远离抽烟者;2.如果是干咳,试试蜂蜜柠檬温水(1岁以下小孩不适用);3.夜咳厉害,可以垫高枕头;4.咳嗽有血,痰呈绿色或咖啡色,高烧不退,则需就医。

梁栋认为,咳嗽厉害,肯定是不能抽烟的;温柠檬水对干咳有缓解作用,也是可以的。垫高枕头因人而异。如果咳嗽是胃酸、胆汁反流入食管或咽部引起的,采用垫高枕头的方法是有效的,但对于老年人心功能不全引起的咳嗽,没有效果。

梁栋说,痰中有血一定要就医。如果痰呈绿色可能是铜绿杆菌感染,是传染性极强的感染,一定要及时治疗。

通讯员 钱文娟 现代快报记者 刘峻

安装便捷 5秒出热水

即热水龙头受市民热捧

快报便民服务推出的即热式电热水龙头5秒出热水,让您冷天洗澡不用愁。赶紧拨打96060预约即热水龙头安装服务吧。

这款龙头和热水器、小厨宝等加热电器相比,有什么区别呢?据了解,小厨宝和电热水器只有将水加热到一定的温度才能使用,所以它需要不断地加热来维持这个温度,但是反复加热极易生成水垢。这不仅浪费电能,而且长期食用或接触含有水垢的水有损健康。而即热水龙头采用德国“瞬驰”加热技术,5秒钟之内即可快速加热自来水,并将水温控制在30℃-60℃之间,电热转换效率高达98%。

这款即热水龙头的便捷性不仅在于它出水即热,且在安装和操作的过程中均有体现。日前,栖霞区的吴先生反映说

自家的水管是老式的,担心无法安装这种新型的即热式电热水龙头。实际上,该水龙头的黄铜接口按国家标准设计,可与市售常规管件配套安装,排除了由于接口间不合而无法安装的问题。它的专业节水的洒水式喷头不仅能够蓄热,而且做到24小时自动感温,360度无限旋转,使用起来更加方便和舒适。



装个“节水宝” 马桶不漏没烦恼

抽水马桶是居民家中的用水“大户”,据有关数据显示,55%的马桶存在漏水费水、水件故障等问题。

要想彻底解决马桶漏水费用问题,最有效的办法是给马桶换个节能芯——节水宝,它能匹配所有的马桶水箱,运用液压原理并使用轻巧点击的液压开关,只需简

单地更换水箱内原有的旧配件,无需更换马桶,就可以从根本上解决了马桶点击费力、马桶漏水、费水、故障等问题,达到节水的目的。

您可以拨打快报便民服务24小时服务热线96060预约马桶节水改造服务。

寒潮来袭,便民服务人员坚守岗位

空调故障请及时拨打96060

近日寒潮袭来温度骤降,很多读者家中的空调派上了用处。可不少读者来电求助,空调一到关键时刻居然“罢工”。快报便民服务提醒读者遇到空调罢工,及时拨打96060,专业维修工会及时赶到维修。

昨天徐女士给96060来了电话。原来寒潮刚到,徐女士家中空调就出了故障。“孩子上学,我们上班还好,关键家里还有一老母亲80岁了。现在空调不制热了,天气太冷怕

把老人冻着。”徐女士说。接到求助,便民服务维修人员陈师傅骑上电动车冒着严寒赶到了她家,经过检修,空调只是小毛病。在陈师傅的妙手维修下,空调很快恢复正常。徐女士万分感激:“这下再冷老妈也不怕了。”

如果您家中空调出了故障,或是家中电视机等家电“罢工”,随时拨打96060,快报便民服务会立刻派专业维修人员上门维修。

现代快报 Modern Express **便民服务 贴心到家**

24小时服务热线 96060

网络预约有优惠: www.xdkb.net

生活百晓 十分钟以内回复 约定时间上门 现场回访反馈 凭回执单保修 企业助理

★ 一站式服务 ★ 随叫随到 ★ 媒体监督 ★ 全城覆盖

家电维修

彩电维修、液晶维修、冰箱维修、冰柜维修、空调维修 **Hot** 空调移机、空调充氟、中央空调维修、DVD、音响、洗衣机、电/燃气/太阳能热水器、微波炉、消毒柜、电饭煲维修, 家电以旧换新, 台式电脑硬件维修、台式电脑系统安装、笔记本硬件维修、笔记本系统安装、显示器维修、传真机维修、激光打印机维修、一体机维修、现场酒鼓加粉、复印机维修、手机维修 **New**

家政服务

家庭保洁、开荒保洁、厂房/外墙清洁、管道疏通、木工、电工、钟点工、保姆、饮水机、灶具维修清洗、油烟机维修清洗、卫生间清洁、厨房清洁、地毯清洁、沙发清洗、窗帘清洗、管道改造、屋面防水、空调深度清洗 **New** 洗衣机清洗 **New** 纱窗安装 **New**

特色服务

马桶节水、开/换/修锁、搬家/货运、家庭装修、室内环境检测、家装污染治理、彩电空调回收、机顶盒伴侣、丁剂验房、家装监理、家具拆装维修、白蚁灭杀、灭鼠灭蟑、酒后代驾、专业催乳、节电改造 **New** 厨卫电器以旧换新 **New** 净水器安装 **New** 企业IT外包、数据恢复 **New**

扫二维码加微信 服务便捷更优惠

微信用户用智能手机,平板电脑等终端扫描下方二维码,成为快报便民服务微信好友,可了解最新生活资讯,彻底告别享受专业折扣。

专业空调快修

服务热线: 96060

96060是现代快报网便民服务唯一24小时服务热线www.xdkb.net 是唯一网络预约平台, 请注意鉴别, 谨防假冒!