



消费观察

防热解暑降温 市民各有妙招

本报记者 黄珠慧子

近日,高温天气持续不断,尽管暴雨不时来袭,也难以缓解这恼人的三伏天给人们带来的高温酷热。在如此高温的天气下,屋外、室内同样难挡逼人的暑气。对付高温天气,做到降温防暑,市民们有小妙招。

室内降温

大多数人都有这样的感受,高温天气,电风扇会变成电风扇,风力再强也不能感到一丝凉意。其实,即使不是空调房,只要巧妙地注意开关窗户的时间,也能达到降低室内温度的目的。

对此,家住水果批发市场的梁女士就有降低室内温度的小妙招。“在上班之前,将家中所有的窗帘拉上,往地上撒适量的水,这样就避免了中午气温最高时,室外的热浪往室内窜。到了傍晚回家时,再打开窗户通风,这时吹风扇就凉快多了。”梁女士还做了一套遮光的隔热窗帘,她说:“这种窗帘在夏季能够有效隔绝室外高温,使用遮光窗帘室内温度会比普通室温低2到3℃,而且中午午休也能创造无光的睡眠环境。”据了解,隔热窗帘是遮阳布的一种,它能够有效地阻挡阳光和日照,具有阻挡强光和紫外线的功效,每平米价格在100元-200元。

其实,在家开空调来降低室内温度是多数人的选择,但是开空调也有讲究。市民叶先生告诉记者:“在上下送风模式中,最好是将扇叶朝上,让冷风向上吹,可让室内空气得到循环,整体环境会变得凉爽一些。空调的温度应与室外保持6℃、7℃的温差,一般在24℃—26℃之间为宜。”叶先生表示,长时间开着空调,室内的空气会变得干燥,可以使用加湿器增加室内湿度,在加湿器的水箱加上一白醋或者板蓝根,还可以杀菌和预防流感。

室外防晒

三伏天,出行成了大麻烦,尤其对无车一族来说,出门就像是蒸了一回桑拿,晒得人头晕眼花。但热归热,出行的装备不可少,尤其是女性,出门堪称全副武装。

在市中心广场的十字路口处,来往穿梭的骑车市民几乎每个人都采取了防晒措施。一位骑着电动车出行的女士,从头到脚裹得严严实实,帽子自带的遮阳布把脖子以上的部位全部遮住,还戴着墨镜,上身穿着蓝色的防晒衣,下身穿着牛仔长裤,只有脚上的凉鞋才显露出夏日的元素。她告诉记者,太阳直接照射皮肤很难受,她宁愿外出时穿得多一点,多出汗总比被晒黑要好。记者发现,女性的防

晒措施要比男

性的到位,这主要是因为很多女性怕被晒黑。

“我一般外出,除了涂抹防晒护肤品外,还会带上遮阳帽、防晒衣等,双重防晒。”市民谢女士向记者介绍:“遮阳帽15元、防晒衣90元、防晒霜235元……以前我觉得全副武装很麻烦,但是现在身边很多朋友开始长斑,皮肤老化得很快,严重的还得了皮肤病。”谢女士分享她的“防晒经”:“最好每隔两小时擦一次防晒霜,同时也要注意保湿,使肌肤保持滋润状态。各种品牌的防晒用品最好不要混合使用,因为成分都不一样,如果混合使用可能会因为护肤成分的不同产生排斥,达不到理想的防晒效果,还有可能会引起过敏反应。”

饮食解暑

食物是人体健康的供应源,夏季注意日常饮食,改善体质,加强抗暑能力,能够有效地防暑。“在夏天,出门工作我都会随身携带一瓶水,随时补充水分。”市民程女士是一位保险公司业务员,上班期间需要经常外出,她认为水是人体不可或缺的重要物质,尤其夏天天气热,排汗多,人体的水分极易流失,需要源源不断地补充水分,增强人体的新陈代谢。“有时我还会在杯子里放一些菊花、金银花等茶品,具有解暑排热的功效。”

“夏天要多吃点冬瓜、黄瓜、西红柿、绿豆……”市民李阿姨年近60岁,在饮食方面特别讲究,她告诉记者:“绿豆汤可清热解毒、止渴消暑,加些百合一同熬煮,有补中益气、润肺止咳、清心安神的作用;冬瓜和海带一起煮汤,不但营养,而且解暑;黄瓜的含水量很高,且纤维素娇嫩,对促进肠道蠕动和降低胆固醇均有一定作用,不仅可以清热解暑,还能增进食欲……”

李阿姨表示,夏季吃西瓜也能很好地缓解暑气,它具有清热解暑、除烦止渴、降压美容、利尿消肿等功效,但李阿姨认为,西瓜是生冷之物,多食易伤脾胃。她说:“从冰箱里拿出的西瓜,我会在室温中放置半小时后再吃。一般是在餐后两小时吃,因为西瓜中含大量水分,饭前或饭后立即吃,会影响食物的消化吸收,导致胃胀和胃痛。”

消费前沿

美容小家电走俏

本报记者 黄珠慧子 文/图



“追求美是女人的天性。”自古以来女性对美的追求是无法停止的,随着智能化高科技产品的普及,一些新颖、时尚的美容小家电越来越多地出现在公众视野。卷发器、蒸脸器、洁面仪、美容仪……繁多的品种让人看了眼花缭乱。尤其是这两年,越来越多的爱美人士购置这类美容小家电来包装自己。

平时被朋友们称为护肤达人的姬女士,试用过各种美容产品,更爱在自己的朋友圈里晒出使用心得。她告诉记者,她先后购置了蒸脸仪、洁面仪、黄金美容棒、离子导入仪等,多到洗漱台都放不下了,还专门买了一个梳妆台来放自己的美容用具。她说:“洁面仪我一般是晚上洗脸的时候使用,先将洗面奶均匀涂抹脸部,然后用洁面仪轻揉面部,每次停留3秒钟,整个脸洗下来才不过几分钟。”几乎每天都是大太阳,而皮肤经过一天的风吹日晒,脸部尤其需要深层清洁,使用洁面仪是不错的选择。当脸部晒伤严重或者不舒服的时候,姬女士就会使用黄金美容棒来按摩:脸部、颈部,甚至是手臂都能按摩”。最近,姬女士又在网上新添置了一款便携式纳米补水仪:“以前蒸脸仪个头比较大,只能放在家里使用,补水仪比眼镜盒还小,走到哪儿补水补到哪儿。”在她看来,美容小家电使用方便,价格基本也在可以接受范围内,最大的好处就是平时工作忙的时候,不用跑美容院,在家也能为自己做美容,比去美容院便宜多了。

不过,由于美容小家电直接作用于皮肤,因此,在选购时,产品质量、品牌可靠度显得尤为重要。那么,面对市场上品牌繁多、价格不一的产品,消费者该如何购买有价值的护肤小家电?姬女士表示,除了外形设计、科技含量等挑选硬指标以外,质量、品牌可靠度也要着重考虑。首先,在挑选时,要先观察产品有无3C认证标志,这项认证为强制性国家认证,期间,还应查看是否带有详细的产品使用说明书,一些山寨或者价格特别便宜的小品牌产品,往往不具有3C认证和说明书。其次,要检查产品外观是否整洁,做工是否精致,比如外壳连接处是否平整严密,铭牌印刷是否清晰。另外,还可多方咨询了解所选购品牌的产品口碑、评价。

姬女士告诉记者,一些号称能在短期嫩肤、美白皮肤的美容小家电,大多是通过添加弱酸性腐蚀性成分的美容品,去掉皮肤表面的一层角质层,露出里层较嫩的肌肤,让人看上去更白更嫩,实际上却会对皮肤造成损害。因此,消费者看到标榜“迅速”或效果立竿见影的产品一定要谨慎选择。

消费资讯

手机流量漫游费取消
你的套餐变了吗?

本报记者 黄珠慧子

跨省工作时需蹭Wi-Fi、外出旅游时购买流量包、一上火车就关闭4G……流量漫游着实令人烦心。但自本月1日起,移动、联通、电信都取消了流量漫游费,这意味着,之前的本地流量、省内流量、国内流量的资费将全部取消,统一为国内流量。这是继去年取消长途漫游费后,运营商实行提速降费的又一重大举措。而且取消流量漫游,并不需要用户提出申请,比如上饶的移动用户,如果之前的套餐是本地流量或者省内流量,那么移动公司会自动将你的流量资源统一调整为国内流量(不含港澳台),调整后的流量结转规则跟原来保持一致,两个月内仍然不会清零。

不少消费者关心,漫游费取消后到底能省多少钱?其实取消流量漫游费,只是扩大了优惠范围,由原先套餐的仅限本地、省内使用扩大为全国范围可以用,所以资费虽然不会变化,但性价比却大大提高了。比如上饶本地套餐用户A,原有套餐内不含免费的全国流量,以前出差去外省后使用了1GB流量需要支付额外的费用,但取消之后,原来套餐的本地流量全部自动升级为全国流量,在外省出差使用的漫游流量费用就可以节省下来,更省心、更划算了。对于经常出差的市民姚先生来说,这一举

措让他得到了很大的实惠。“之前办理的家庭宽带计划,捆绑了手机套餐,原本含本地10G流量+600M全国流量,在本地是够用了,但只要一出差,流量就会‘告急’。”姚先生说,现在流量漫游费取消后,原来套餐里的流量不仅已全部升级为全国流量,而且流量不限量,出差再也不怕流量不够用了。可以说,像姚先生这样“本地流量用不完,全国流量不够用”的用户都将是受益者。

此外,一些定制卡,如微博V卡、米粉卡、腾讯王卡等等,也全部升级为“全国流量”。作为中国电信和小米联合推出的明星互联网卡,米粉卡全部卡品类型,套餐内外所有流量免费升级为全国流量。同时,腾讯王卡、百度圣卡也已宣布,套餐内外所有流量,全部自动免费升级为全国流量。

但是,记者了解到,并非所有流量套餐都能享受“本地”升“国内”的待遇。校园套餐、地铁流量包、机场流量包等均不在本次调整范围内,依然在原有范围内使用。也就是说,想要升级为全国流量而在调整范围内的手机用户仍然需要换号。如果觉得更换手机号太麻烦,还可以使用“双卡”,在保留原有账号的同时,增加一张流量无限套餐。

消费案例

商家夸大其词 女子为瘦身花掉4万

本报讯 朱文新 李金端 记者黄珠慧子报道:消费者徐某英今年46岁,断断续续在万年县某美容店做了几年美容,是该美容店的老顾客。2017年8月份左右,有一段时间没有联系的某美容店老板突然打电话给消费者徐某英,让徐某英给她捧捧场,去她店里做美容,照顾一下她的生意。消费者徐某英经不住该店老板隔三差五的邀请,碍于情面,也就去过几次。

起初几个月都属于正常的做脸部美容,到了11月份左右,该店老板开始不断地叫消费者徐某英买她店的塑身衣。说能治好腰酸、便秘、有内湿、内分泌不调等情况,是国内大品牌,可以治疗很多疾病。有一天徐某英就随口问了一句,塑身衣多少钱呐,一定很贵吧?老板说不贵,差不多1万元钱。消费者徐某英嫌贵了,后经老板娘多次纠缠不放,她就说“好好,我买一件吧”于是就先转了5000元押金(微信转账)。一段时间后,该美容店来了个40多岁的女性工作人员,自称美容、美体老师。她告诉徐某英:你买1万元塑身衣是不能祛除身体的毛病的,必须要买到4万元(也就是5件套),否则押金也不退。”消费者徐某英感到莫名其妙,就说:我说不买,你偏要我买,买就买吧,我说买件1万的吧,现在你偏要我买到4万

元。”那个女老师说这是公司的规矩,消费者徐某英又说没有钱。老板娘就说“没钱不要紧,我借给你”。这时那个老师就拿了纸笔过来让消费者徐某英打借条,没办法,消费者徐某英用该店的POS机,又刷卡转账2.6160万元,合计已付给该店老板娘3.1614万元。还欠下老板娘1万元。通过穿了一段时间该塑身衣,消费者发现根本没有什么治疗保健作用,反而穿得很不舒服,消费者徐某英感觉被欺骗了,于2018年1月4日投诉到万年县消费者协会,希望能讨个公道。

万年县消费者协会受理了消费者徐某英投诉后,非常重视,展开了调查核实。确认,该美容店存在对产品夸大其词,误导消费者。违反了《中华人民共和国消费者权益保护法》和《江西省实施〈中华人民共和国消费者权益保护法〉办法》第二十条和第一十四条第(三)款、第二十四条等规定,应当担责。经万年县消费者协会出面调解,该店与消费者徐某英达成如下协议:一是该店一次性赔偿消费者经济损失1万元,由于消费者原还欠该店老板娘1万元,可作抵缴,经销商退还消费者原借条;二是消费者还有一件塑身衣没开封,标价为3000元,退回给该店,该店退还现金3000元。