

换种方案,保温防火可两全

专家称,保温材料出厂前进行安全控制,最为有效可行

本报见习记者 王若松 刘志浩

18日本报A06版《保温材料沦为火灾帮凶?》报道了目前国内使用的外墙保温材料容易引发火灾的问题。既然这些保温材料具有如此严重的火灾隐患,有没有一种更好的保温材料可以替代?现有条件下,保温和防火的矛盾如何解决?

无机保温材料 防火好保温差

记者了解到,岩棉、玻璃棉等无机材料具有很好的防火、耐燃性,但目前使用无机材料作为保温材料的却很少。

对此,山东建筑大学保温材料专家孟扬教授解释说,除价格较高、相关配套细则和技术规程尚未成熟外,无机材料之所以没有被广泛使用的原因主要有两点,“一是无机材料具有很强的吸潮性,吸水后重量加大容易下沉,使得保温层形同虚设,节能和保温效果大打折扣。此外,这些无机材料会随风飘散纤维,而这些纤维会对人体的呼吸系统及皮肤健康造成不利影响,很容易引发哮喘、皮肤癌等疾病。”

外墙保温施工 尚无资质要求

据孟扬教授介绍,就济南本地而言,当前采用较为普遍的施工方案是薄抹灰施工方案,约占80%。按照这种方案,外墙施工至少要经过6道工序。而目前的施工现状是每

干完一道工序都要换一个施工队,这种交叉施工造成各个工种和环节之间相对分离,保温层有了裸露的时机,再加上有的施工人员缺乏防火意识,“电焊工就是管电焊的,他不懂什么是保温层,也不知道保温材料容易引发火灾。”在这种情况下,如果施工管理和监督不到位,稍有不慎就会引发火灾。

对此,资深工程师刘毅也指出,“目前外墙保温施工由于没有资质要求,很多单位和个人可以组织人员承包保温工程,发包方如果只看重价格,对产品的质量没要求的话,投标各方为了竞价,就可能采用质量差的产品,人员也是尽量从成本的角度来考虑,而很少按照安全施工要求使用专业的焊工。安全管理人员基本就不配备,从而在施工开始就留下了隐患。”

一体化板材施工 最为有效和可行

其实,除薄抹灰施工方案外,还有一种称为一体化板材施工方案。“这种方案仅占济南本地20%,济南天桥区政府大楼、无影山办事处等就是采用的这种施工方案。”孟教授说。

和薄抹灰施工方案相比,这种



居民举着起火大楼外墙的保温材料,认为它并没有阻燃性。

(东方早报)供图

施工方案制作工艺较为简单,相当于在工厂里把保温层做好,出厂后只需一道工序即可完成外墙施工,安装简单,一旦出现事故责任相对明确。“这种施工方案在厂内就对保温材料进行了安全控制,因此外墙施工过程中没有裸露和接触明火的可能。”

此外,孟教授还指出,受施工水平和材料本身性能影响,薄抹灰施工方案的建筑外墙容易出现一些裂纹、开裂甚至是墙体脱落,使用寿命较短,“最短的不到一年就会出现裂纹。”相比之下,由于一体化板材施工方案的一体性,不存在开裂问题,因此使用寿命更长。

“如果薄抹灰的外饰面为瓷砖的话,那两者成本基本相当。如果不是瓷砖而是涂料,那成本差距就很大,薄抹灰施工每平方米120元,一体化板材施工每平方米200元。”

据孟教授多年的经验分析,在最为重要的保温性和节能性上,两种施工方案的效果大致相同。“在防火效果上差距可就大了,薄抹灰稍有不慎就会引发火灾,而一体化板材施工就不会出现施工不当造成的火灾问题。因此,从整体系统方案上着手,使用一体化板材施工方案才是目前解决保温材料引发火灾问题最为有效和可行的办法。”

他山之石

美英等国禁止 易燃保温材料

由于涉及严重的防火问题,美国早已有20多个州禁止使用聚苯乙烯泡沫(EPS);英国18米以上建筑不允许使用EPS板薄抹灰外墙保温系统;德国则规定22米以上的建筑不允许使用该系统。很多保险公司禁止给EPS保温的建筑进行保险。

日本政府出台法规,将耐热性能好、燃烧后发烟量低的酚醛泡沫作为公共建筑的标准可燃物。耐燃烧性能低于酚醛泡沫的,不允许在公共建筑上使用。在我国仅有“水立方”、北京地铁等高档公共建筑施工中使用酚醛泡沫。

目前,岩棉和玻璃棉作为保温材料,在国际市场被广泛采用,岩棉耐高温,最高使用温度能达到650℃,玻璃棉也可以达到300℃。德国法律中明确规定,超过22米以上的建筑严禁使用有机可燃保温材料(如聚苯乙烯等),大部分使用岩棉做外墙及屋面保温。瑞典及芬兰等西欧国家80%以上的岩棉制品用于建筑节能。

据《新京报》

保健酒+美食,不止吃喝那么简单

我们身边永远有吃不完的美食,就像永远有喝不完的好酒,大江南北、东西上下、天上人间……美食与养生相结合,出现了“食疗”;好酒与中医中药相结合,出现了“保健酒”。

美食食疗+保健酒养生,已是很多人喜欢的生活方式。尤其是张裕三鞭酒等“老字号”的保健酒,与各种美食互相搭配,成为很多消费者的最爱。

不过,现实的养生当中,美食与保健酒之间,还有着很多的讲究,绝不止吃喝那么简单……

保健酒有三六九等,美食分为寒凉温热

随着人们生活水平的提高,保健酒的消费越来越普遍,但保健酒也有三六九等、质量优劣之分。

好的保健酒往往采用好的中药配方和货真价实的地道药材,如上面提到的张裕三鞭酒,就是我国最早的专业生产保健酒的品牌之一,采用“国家保密配方”,将酒的酿造与传统的中医中药相结合,通过有效的进补,实现对身体的滋养、强壮、调节和改善,补充人的营养物质及功能性成分,达到延缓疾病、强身健体、延年益寿的目的。

张裕三鞭酒的配方源于“至宝三鞭丸”的中药药方,含有多味动植物药材成分,如狗鞭、产狗鞭、鹿鞭、人参、海马、蛤蚧、鹿茸、首乌等等,这些药材经过配方搭配引入到酒的酿造当中,具有非常好的保健功效。

而很多普通的保健酒,有的配方经不起中医的推敲,有的没有上等地道的药材,有的仅仅含有植物成分而不含保健功能卓越的动物成分,各种差异使得不同品牌的保健功效有优有劣。

保健酒搭配美食,这是中医养生的好法子,但需要特别注意的是,不同的食物有着不同的属性,中医称为“四性”或“四气”,指的是食物有寒、凉、温、热等不同的性质。

与不同的食物属性相对应,人体的体质也不一样,有的对身体的滋养、强壮、调节和改善,补充人的营养物质及功能性成分,达到延缓疾病、强身健体、延年益寿的目的。

其实,人体最喜欢的是湿润的环境,现在沿海的许多城市,人们在吃海鲜的时

候喜欢喝几杯张裕三鞭酒,就是因为它具有很好的“温补”功效,酒水进入体内犹如暖流慢慢地滋润肠胃器官,不但让身体感觉舒适,还非常利于营养成分的吸收,就是这个道理。

有句老话说“大碗喝酒,大口吃肉”,说的是吃与喝畅快,但吃喝的事情到了中医养生的角度上,还真是有许多的讲究……

什么样的保健酒 适合更多美食?

我们说保健酒加美食,不是吃吃喝喝那么简单的事情,有很多不为人知的道理藏在其中,那么,什么样的保健酒能适合更多的美食?

答案是“温补型”的。世界当中,最合适我们身体的就是湿润的环境,生活中有许多好的习惯都与“温”字有关系,比如说刷牙,最好能一年四季使用温水,这对牙齿的保健非常有利,再如一个防治颈肩病的简单方法,用热水泡过的毛巾敷在疼痛的位置,会很快减轻。

由此可见,我们的身体,从外在到内都有喜温暖和的环境。

话说回到张裕三鞭酒,它采用的是“国家保密配方”,这个配方是我国“首批国家中药保护品种”,与云南白药、片仔癀和北京同仁堂安宫牛黄丸齐名,并称“中国

四大出口名药”,是典型的温补型配方,多味的动植物药材通过酒性的作用向人体输送着丰富的健康养分;

主药中的“三鞭”能够补肾养元,改善肾气,强筋活络;

辅药中人参能大补元气,提高免疫功能;

鹿茸性温不燥,能够提高机体功能,调节体虚气弱;

蛤蚧能改善肺气,具有通络顺气的功效;

首乌能够扩张冠状动脉血管,降血脂,可以缓解冠心病、高血脂症状;

茯苓具有抗炎、抗氧化化的作用,能调节免疫,提高抵抗力……

1995年,张裕三鞭酒被国家贸易部授予“中华老字号”的称号,是行业当中公认的、品质最好的老牌保健酒。

这样的配方,使得张裕三鞭酒更适合与多种美食搭配,上文提到了属性为凉性的海鲜,进餐之后饮用张裕三鞭酒,能够通过酒的温补属性中和海鲜的寒性,从而避免腹泻、拉稀的现象。

而与海鲜属性大不相同的美食如麻辣的川菜火锅或者油腻的烧烤,这些食物的属性和烹饪方式非常容易使人上火,而张裕三鞭酒“对付”它们也很有办法,湿润的酒质能很好地调和燥热性食物对人体肠胃的刺激,健康又对味。

肉、狗肉等,这些食物与张裕三鞭酒搭配就更加相得益彰了,保健的功效相当了得。

因此,食物虽然有寒、凉、温、热之分,但温补属性的张裕三鞭酒与大部分美食还是能和谐共处的,“张裕三鞭酒,中华老字号,国家保密配方”;“张裕三鞭酒,好喝又保健,送礼有面子”;“张裕三鞭酒,全面适合各种人群”……有口皆碑的功效也使得它越来越走进寻常百姓家。

“吃喝”出来的毛病,吃喝回去

曾经流行过一种说法,说“把吃出来的病吃回去”,现实中的确有其中的道理,人体的不少毛病,就是吃出来的。

当然还有喝喝喝出来的,所谓的食疗养生,就是把这吃与喝搞出来的毛病,再通过吃与喝的调理回去。

可在现实的生活当中,“酒”字还往往承担着交际应酬的“职责”,不少人因此而酩酊大醉伤身劳神,不过也有人开始把张裕三鞭酒这样的保健酒端上了酒桌,既有养生保健的功能,又能用来应酬,这里需要特别提醒的是,无论是普通的酒,还是保健酒,都要适量饮用,尤其对养生而言,再好的东西,也是过犹不及。

其实,人体健康需要各种营养的充足和供给,我们通过摄取不同的食物用来满

足身体所需,现在的很多人,由于生活方式、工作压力等方面的原因,出现了“亚健康”的状态,如失眠乏力、没有食欲、容易疲劳、心悸易怒、抵抗力差、经常性感冒或口腔溃疡、便秘等等,这些都可以用吃与喝的调理来改善的。

简单的说,“吃”就是调节饮食,“喝”便是选择一款好的保健酒。

有的人总结了一套“酒粥汤”的养生食谱,有着非常好的普及意义,就是“每天一酒加一粥,三天一汤养营养”。

这“酒”指的是每晚一到两小瓶张裕三鞭酒;粥指的是每天早上一份热粥,“汤”指的是羊肉、牛肉、狗肉等温性食物的汤类,注重蔬菜营养的搭配,这样的吃与喝对身体非常有益。

好的保健酒里往往含有养生保健的中药成分,如张裕三鞭酒的多味动植物中药材,互相搭配进入人体之后,它们的药性在酒性的带动下充分地发挥出来被人体的肠胃等器官消化吸收,有了这样的作用,身体的各种营养就跟上了,体质也会变得越来越越好。

把吃喝出来的毛病,通过吃喝调回去,养生中吃与喝的调理,就在其中,而健康的生活方式,不止吃与喝那么简单,或许选了一款合适的保健酒,我们的美食生活能更加惬意些。