

## 核辐射挺远 日常辐射挺近

# 生活中应该如何防辐射?

日本海啸引发的核泄漏事件牵动了人们的神经,一时间,人们谈辐射色变,围盐、关门窗、穿白衣、扎好袖口、领口,一条条如何应对辐射的短信后面不忘附上“发给你关心的人”……关于核辐射对健康的影响及各种预防手段成为民众目前尤为关注的问题,那么,那些“防辐射手段”有多少可信度,如何科学防范辐射危害?

### 家居辐射无处不在

其实,与核辐射相比,电磁辐射也同样危险,如果使用不当,您家中的电器,也有可能成为“隐形杀手”。在日常生活中,我们常用的电器在工作的时候,都会释放出辐射来。比如电视、电冰箱、空调、微波炉、吸尘器家用电器,比如手机、电脑、复印机等办公设备。另一部分,还来自家装装饰,比如大理石、复合地板、墙壁纸、涂料等。另外,周边环境,比如高

压线、变电站、电视(广播)信号发射塔等也有辐射产生。

### 家电辐射有大有小

“微波”、“辐射”这样的词总能引起许多人恐慌,关于家电辐射的“可怕”传说也就格外受关注。

据专家介绍,电视、电冰箱、空调、微波炉等家电一般属于非电离辐射,对人体危害较小。而微波炉和阳光、手机、收音机、电报所用的电波、红外线等本质上相同,差别在频率,微波的频率比可见光低,不会让食物产生致癌物质。

“而且家电的辐射有大

有小,比如微波炉的门缝辐射最大。”专家说,因此在按完启动开关后赶紧离开,等它结束运转后再来取食物。也可以考虑买一个防辐射围裙。

“还有一些人说吹风机的辐射是所有家电里面最大的,因为吹风机个头虽小,但那瞬间的高温和风速,让许多人担心它里面电机的辐射‘魔力’。”专家介绍,虽然电吹风机的辐射较高,但是辐射距离却很短,所以在吹头发时只要离开五六厘米就足够安全了,而风筒本身距离电机的距离大概就有五六厘米,所以没必要担心。

## 防家居辐射实用三招

### ●实招一:

多跟水“打交道”。很多人都会采取放置绿色植物来降低辐射强度,但是专家建议与其放仙人掌等绿色植物来防辐射,还不如用水,因为水是吸收微波最强的材料,但是必须是塑料瓶和玻璃瓶的才行,不能用金属杯盛水。

另外一个预防辐射的秘诀是多喝水,因为喝水多了会加速人的新陈代谢,使得放射性核素随尿液、粪便排出。

### ●实招二:

专家认为,乐观愉悦的心情对预防辐射同样重要,别因为恐慌而导致生病。同时还要多运动强身健体,辐射具有选择性,遇上大的核辐射,我们可跑不掉;但是遇上小辐射,身体强壮的才不会被选择。

### ●实招三:

专家建议,多吃海带蔬菜喝绿茶、多吃海带、卷心菜等食物,经常喝些绿茶,茶叶能改善造血功能。(专刊记者 李诗源)



## 安全应对家电辐射

人人家里都有家电,家居辐射越来越得到人们重视。但是你知道你身边都有哪些家居辐射吗?这些家居辐射有多大?如何防止家居辐射带来的危害?现在整理一些日常家电的防辐射小窍门,帮您注意身边电器带来的辐射。

### 超低频家电(额定50赫兹)

电动剃须刀、吸尘器、洗衣机、电熨斗、咖啡机、加湿器、电吹风、空调、电饭煲、电磁炉、搅拌机、电热毯、日光灯、电冰箱等。

●安全提示:使用时间越短越好。一般情况下,这些电器不会对人体造成太大威

胁,但其中有一些电器,如果不注意控制使用的频率、每次使用的时间以及方法,也可能引起一系列健康问题。电动剃须刀、电吹风这些与人体接触较为紧密,又会经常使用的小家电,每次使用时间越短越好,开启和关闭电源时尽量离身体远一些,最好将电吹风与头部保持垂直。

吸尘器、加湿器在使用中要远离身体。实验表明,与吸尘器保持70厘米以上、加湿器为1米以上的距离,辐射量最小。电热毯孕妇和孩子尤其不适合。在使用时,最好在预热后将电源断开再入睡。

### 中频家电(3兆赫以下)

电视机、电脑:电视机的工频在几百到几千赫兹不等,而电脑则相对较高,尤其是台式电脑。(1

兆赫=100万赫兹)

### ●安全提示:离得越远越好。

台式电脑主机的后、侧面辐射较大,最好不要敞开机箱使用。笔记本电脑辐射集中在键盘上方,最好使用外接键盘。

液晶电视和等离子电视,虽然比传统老式电视的辐射小很多,但仍存在一定隐患,建议看电视机时,至少离电视一米远。

●安全距离:其实,只要与这些电器保持至少半米的距离,其辐射强度在一定的标准范围内,不会有太大问题。

### 微波频段(30~30000兆赫)

手机、微波炉:手机使用频率非常高,其辐射强度也很大,工作频率在1800~2000兆赫。微波炉的工频在915~2450兆赫之

间,辐射较大。

手机在使用时,应尽量长话短说,电话通后再接听,建议多用耳机。

微波炉的微波辐射,会扰乱中枢神经系统,所以在使用时,人体一定要距离其半米以外,眼睛不要直视,同时平时还要注意清洁炉内卫生。

### 简单易行的防辐射方法

推荐:对付电脑辐射,可以在电脑边放瓶清水,因为水是吸收电磁波的最好介质。

警惕:金属眼镜框会明显导致电磁场增强,令使用者对辐射的吸收率增加。如果长时间戴着金属框架的眼镜打手机,电磁场的辐射有可能会通过金属眼镜框传导到大脑及眼睛四周,造成伤害。

高新科技 国家专利 核心技术 国际首创

101自动充气补胎液

## 诚招三区九县代理商

补胎不扒胎,随用随补好,礼遇几百个,车辆路特途,有囊补漏,无漏防漏,适用于各种汽车、轿车、农用车、摩托车、电动车、自行车轮胎及真空胎,最大能补6厘米以内的洞孔,该产品为中性、不伤胎,具有灭火功能,环保性能、发明专利拥有独立自主知识产权。

招商电话:15562941700 15563257039

## 罗庄农联社中小企业服务中心营销服务出成效

本报讯 今年以来,罗庄农联社中小企业服务中心认真落实罗庄农联社的各项措施,牢固树立营销意识,转变传统思维,变“等客上门”为“主动上门”,取得了很大成效。

该中心科长积极带头,率领全科员工在做好本职工作的前提下,利用业余时间,积极拓展服务渠道,做好营销工作。在开拓新市场的同时,该中心实施了巩固老客户,带动

新客户,客户之间相互带动客户的策略,并根据中小企业服务中心的需求展开工作,为其提供优质、快捷的信贷服务,深得客户好评。

罗庄农联社中小企业服务中心现拥有企业流动资金、第三方监管动产质押贷款、信用共同体信贷业务、仓单质押贷款、应收账款质押贷款、社团贷款、存款积数贷款、企业联保贷款、银行承兑汇票等业务。

(李珊珊)

**劲霸男装**  
品牌价值148.77亿  
全国男装市场销售额第一、销售品第一  
总店:临沂解放路与沂蒙路交汇西50米路北

编辑:李诗源 组版:朱雪天

## 喜庆三日瘦 五周年惊喜不断

# 3天减3-8斤 缩腰2-6公分

瘦脸  
臂背  
腰腹  
提臀  
美腿

倍丝特三  
日瘦特色

不打针、不吃药、不饥饿  
不腹泻、不吸脂、不点穴

## 轻松享瘦

1.信用承诺,不减退款 2.健康安全,轻松“享受”  
3.纤形紧肤,功效显著 4.一步到位,永不反弹

地址:银雀山路西苑小区南门倍丝特三日瘦 电话:0539-8237315

**临沂独此一家**  
198万无痛永久脱毛仪独家上市

治疗范围

腋下、小臂、小腿、比基尼、前后发际线,全脸脱毛,一次见效

特价脱毛进行中……

电话:0539-8237315

