

# 炎炎夏日,小心车内这些“隐形炸弹”

近日,台湾一辆小客车起火导致挡风玻璃当场碎裂,驾驶座前方完全烧焦,而起火源头竟然是两支普普通通的矿泉水。调查发现,司机随手将两瓶矿泉水放在仪表盘上的防滑垫上,正午时分车内密闭空间温度达到70摄氏度,光线经过矿泉水的折射将焦点聚集到防滑垫上,温度最飙升到120度,加上防滑垫的燃点低和发票的助燃,最终导致起火。

近年来,夏季车内物件起火事件时有发生,一些车内不起眼的小物品都有可能成为发生意外的隐形炸弹。今天笔者化身“拆弹专家”,提醒大家及时清理车内的这些隐形炸弹:

撰文/整理 见习生 麦玮忻

主人,再不降温,我要自燃了!



## ● 车载香水

车载香水可以使车内空气幽香,但夏天在车内放香水实在太不明智。香水的主要成分是易燃易爆

发的酒精,高温下香水瓶内产生气体容易撑破瓶玻璃造成“爆炸”,一旦碰上明火,香水更成为助燃器。

## ● 碳酸饮料

夏天喝可乐雪碧等碳酸饮料解渴又消暑,但是把碳酸饮料长时间放置车内也会成为一个“隐形炸弹”。高温下,碳酸饮料里的溶解气体会挥发出来,容易造成饮料瓶的爆裂。

## ● 老花镜

不少司机会放一副老花镜在车内以备不时之需,但是老花镜是凸透镜形状,容易因阳光折射而聚光引燃车内物品,正确做法是将老花镜放置在盒内,使用完及时收放好。

## ● 打火机

不少车主都有吸烟的习惯,但是普通的打火机随意放在车内也会成为安全隐患。打火机多以液化丁烷气为燃料,属易燃易爆物。夏季车辆暴晒后,车内温度会高达六七十摄氏度,打火机受热迅速膨胀从而容易发生爆炸。

## ● 充电宝

现在很多人出行都离不开充电宝,实际上充电宝的危险系数较高,不恰当使用或使用劣质充电宝容易酿成大祸,尤其夏季车内温度高,若充电宝受到长时间阳光直射容易造成自燃,甚至爆炸。

除了以上提及的物品,还有罐瓶喷剂、塑料玩具等都不宜放在车内。夏日出行,不仅留意路上的危险情况,更要注意车内安全指数。快快检查你的车内有没有这些“隐形炸弹”吧!

# 熬夜看球好伤身 送你健康补救攻略

四年一度的足球盛宴世界杯快进入高潮阶段,紧张的赛事牵动不少球迷的心,不惜熬夜看球也要为喜爱的球队呐喊助威。但是,经常熬夜看球你是否感觉身体快要被掏空?熬夜往往会加速皮肤老化、肠胃受损、精神萎靡、免疫力下降,感冒等症状也会随之而来。怎么把熬夜带来的伤身程度降到最低呢?请看笔者给大家带来的一份世界杯熬夜补救攻略。



## A 护眼

熬夜看球除了有“熊猫眼”,还容易得干眼症,长时间盯着电视,眼球得不到充分湿润,容易产生疼痛、干涩、视力下降等问题。有的球迷担心影响家人休息在熄灯的在黑暗环境中看球,对眼睛的伤害更为严重。

### ● 措施

#### 眼保健操不能少

享受球赛的同时也要注意对眼睛的保护,不要再黑暗环境中看球,与电视屏幕保持适当距离,不要连续几场球赛不间断地观看,多做眼保健操,按摩眼部周围,舒缓眼睛疲劳。另外,枸杞菊花茶、决明子茶、桂花绿茶等能够明目养神。

## B 护颈椎

很多朋友都喜欢用“葛优瘫”的姿势看比赛,颈部肌肉处于放松状态,这时突然的兴奋动作容易造成颈部肌肉扭伤,甚至颈部关节错位。如果平时就有颈椎病、腰椎间盘突出,长时间以不佳姿势看球,有可能加剧病情,触

发病症。

### ● 措施

#### 调整姿势多伸懒腰

保护颈椎,首先要保持正确的看球姿势——坐姿,其次,每隔一段时间要起身活动筋骨,伸懒腰以及摇头晃脑的动作最能放松颈椎的肌肉,放松时要注意呼吸动作放慢。

## C 护肝

熬夜伤肝,每晚11点至第二天凌晨3点是最好的排毒时刻,熬夜会干扰肝脏的正常工作,导致肝脏血流不足,不利于肝细胞的夜间修复,从而出现疲劳、头痛、脸上长斑等情况。

### ● 补救措施

#### 多喝菊花茶和果汁

多喝水能有效预防因熬夜引起的阴虚火旺,泡一点菊花茶效果更佳,菊花茶可以清热去火,缓解疲劳。不爱喝茶的朋友可以尝试鲜榨果汁,尤其是番茄、橙子、猕猴桃等蔬果富含维生素C,有较好的抗氧化力,能有效地修复受损的肝细胞,保护肝脏。

## D 护肤

现在,不少女性朋友也加入了熬夜看球大军,但是长时间熬夜,会破坏人体内分泌系统和神经系统,会出现皮肤暗黄、干燥、缺乏光泽、黑斑等问题,对皮肤造成巨大伤害。

### ● 措施

#### 多吃水果美白又补水

不少水果都有美白养颜的功效,有利于缓解皮肤变差问题,柚子中含丰富的维生素C、维生素A以及维生素B1,不仅能美白,还能减少皮肤炎症的产生。吃苹果、柠檬还可以促进身体排毒,改善肤质。葡萄含有较多的维生素C和维生素E,多吃葡萄能起到美白、抗衰老的效果。

最后,熬夜过后要及时补眠,医学研究表明,中午30分钟的小睡,可以弥补夜间缺失的1小时睡眠呢。

以上的攻略只能降低熬夜对身体的伤害,还是要奉劝各位球友,球赛虽精彩,但身体更重要,还是合理安排时间享受足球盛宴吧。

撰文/整理 见习生 麦玮忻