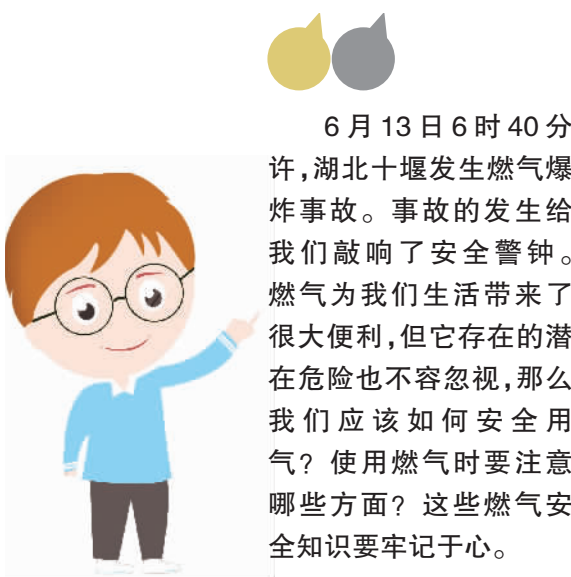




6月13日6时40分许,湖北十堰发生燃气爆炸事故。事故的发生给我们敲响了安全警钟。燃气为我们生活带来了很大便利,但它存在的潜在危险也不容忽视,那么我们应该如何安全用气?使用燃气时要注意哪些方面?这些燃气安全知识要牢记于心。

什么是天然气?

我们日常生活使用的天然气成分主要为甲烷,是一种无色无味无毒无腐蚀性的可燃气。但是,当空气中天然气浓度达到5%~15%的时候遇到明火便会发生爆炸,所以我们要注意安全用气。

燃气泄漏怎么查?

- 肥皂液查漏**
任选肥皂、洗衣粉、洗涤剂三者之一,加水制成肥皂液。涂抹燃具、旋紧阀、燃气表等地方,有气泡鼓起的部位就是漏气点。
- 气味判断**
天然气中含有硫化氢,闻起来是一种难闻的臭鸡蛋气味。如闻到类似味道,则可能是燃气泄漏。
- 燃气表判断**
在完全不用气的情况下(关闭灶具和热水器),查看气表的末位红框内数字是否走动。如走动可判断为气表阀门后有泄漏。

燃气泄漏怎么处理?

- 如果发现燃气泄漏请不要慌张,可按照以下步骤进行操作:
 - 1、立即打开门窗进行通风换气。
 - 2、关闭燃气具开关和燃气表前的阀门,杜绝一切火源。
 - 3、在室外安全地带拨打燃气公司24小时服务电话报告情况。

安全用气,这些知识要牢记

如何安全使用燃气?

- 一开三关**
使用燃气后,应当关好灶具开关、灶前阀,防止燃气泄漏。如果长时间外出还需关闭表前阀。
- 人不离灶**
在使用灶具过程中,人不能远离,防止因沸汤溢出或风吹引起灶具熄火引发燃气泄漏。
- 定期检查**
在日常使用中要注意检查,及时修理,防止燃气灶具漏气。最容易发生漏气的部位有:燃气表外壳、燃气管线上的各个连接点、气嘴旋塞、胶管等处。燃气泄漏达到一定浓度后,遇到明火就会发生爆炸。
- 经常通风**
如果长时间使用燃气,一定要注意通风换气。如果厨房通风不好,在使用燃气灶后就会使厨房中氧气不足,易造成一氧化碳中毒。在厨房内最好安装排风扇,使空气流通。
- 发现异味,立即开门窗**
如果发现燃气灶附近有异味,一定要立即开窗,并及时到安全地带拨打电话报警。同时,严禁各种火种进入室内,更不能开、关电灯,抽烟及现场拨打电话等,以防引起燃气爆炸。
- 使用符合国家标准燃气具**
应当使用符合国家标准的燃气具,严禁使用红外线灶具。红外线灶具会因燃烧不充分产生有害气体,极易造成室内人员中毒。
- 及时更换燃气胶管**
胶管应18个月更换一次,防止出现龟裂、老化、发硬发脆。胶管不宜超过2米,两端要用管箍卡紧。胶管不能高出灶台,以免被炉火烘烤引发事故。
- 建议选用金属波纹管**
金属波纹管优点:安装方便、连接可靠、防鼠咬、耐腐蚀、柔软性好、使用寿命长、可以任意弯曲而不变形、不阻气等,可以减少非人为原因造成的户内爆燃事故。

整理/珠江时报记者 刘浩华 来源/湖北消防

燃气安全热点问题解答

- 问题1:使用天然气时对环境有什么要求?**
答:燃气设备应设置在具有耐火、防火性能的厨房内,厨房不得堆放易燃易爆物品,不得有第二种火源,要保证用气环境的通风换气。
- 问题2:燃气管道、设施为什么不能封闭起来?**
答:天然气的管道、阀门、计量器等设施,需要经常检查、定期保养。如果将这些设施封闭起来,会给检查和维修带来不便,出现漏气情况也不能及时发现。
- 问题3:连接灶具的软管有哪些规定?**
答:胶管使用时间长,容易老化裂口而漏气,发生事故,所以使用胶管应尽可能短,一般规定不宜超过2米,且不能穿墙,要定期更换。应随时检查胶管情况,如有老化现象,要及时更换新管。
- 问题4:为什么燃气管道设施经统一安装验收后不能任意改动?**
答:燃气管道、设备的安装都是严格按照国家有关技术设计、安装、检验后才投入使用,以确保供、用气设备的严密性及使用安全性。未经天然气公司专业人员现场勘察、整改、检验,用户私自移动管线、设施的安装位置,其严密性、安全性和耐用性都无法保障。所以,用户的用气环境改变或需要对天然气设施进行整改,必须按照程序在天然气公司办理,用户不得擅自移动天然气设施及扩大用气范围、改变用气性质。
- 问题5:使用天然气会中毒吗?**
答:天然气的主要成分是甲烷,它本身是一种无毒可燃的气体,同其它所有燃料一样,天然气的燃烧需要大量的氧气。如果居民在使用灶具或燃气热水器时不注意通风,室内的氧气会大量减少,造成天然气的不充分燃烧,会产生有毒的一氧化碳,最终可能导致使用者中毒。
- 问题6:为什么天然气管道通过的房间内不能住人?**
答:使用天然气的房间集表、灶、燃气管道于一室,一旦出现漏气,燃气含量过高时,由于氧气不足会使人窒息,遇火星还会导致爆炸燃烧,因此厨房等有燃气设施的房间不能当作卧室使用。
- 问题7:为什么在使用天然气时必须要有有人看守?**
答:1、在煮饭、炒菜过程中,火力大小要求不一,必须视实际需要调节火力大小,才能做到节约用气。2、在煮饭、烧水时,沸水可能会溢出来浇灭炉火;在使用小火时,火易被风吹灭,此时如果没有人及时处理关闭灶上阀门,天然气会从灶具燃烧器的火孔中不断散发出来,极易引起人员窒息、火灾甚至爆炸事故。

夏至养生有妙招 养护心脏调情绪

6月21日是夏至节气。夏至前后天气炎热,容易出现中暑和心脑血管问题,此时自我保健尤为关键。专家介绍,夏至养生应顺应夏季阳盛于外的特征,留心守护阳气,着重养护心脏调节情绪。此外,夏至空调已普遍开启,市民夜间睡眠要注意调节温度,避免患上“空调病”。本期盘点夏至养生的注意事项,以及推荐几款食疗方,一起来了解。

夏至阳气达最盛

夏至是二十四节气的第十个节气,自太阳黄经达90° 时始。这天太阳直射北回归线,是北半球一年中白昼最长、黑夜最短的一天,夏至之后,标志着盛夏的到来,高温酷暑天气时常出现。

专家介绍,从中医养生角度,夏至是 人体阳气最旺的时节,这一时节的养生保健一方面要顺应夏季阳盛于阴的特点,注意保护阳气;另一方面,正如俗话说说的“夏至阴生”,尽管天气炎热,可阴气已开始生长,此时盛阳覆盖于其上,阴气始生于其下,阴阳交替,人体容易患各种疾病,所以合理的养生保健非常重要。

适度运动调情绪

嵇康在《养生论》中说:夏至“更宜调息静心,常如冰雪在心,炎热亦于吾心少减,不可以热为热,更生热矣。”意即在炎热的夏天,不当被炎热扰乱心神,使心境烦躁,否则会使身体感到更炎热。

专家指出,夏至时节运动场地宜选择在河湖水边、公园庭院等空气清新的地方,运动以散步、慢跑、太极拳、广播操为佳,不宜做过分剧烈的运动。若运动过激,可导致大汗淋漓,汗泄太多,不但伤阴气,也易损阳气。在运动锻炼过程中出汗过多时,可适当饮用淡盐开水或绿豆盐水汤以补心,切不可饮用大量凉开水,更不能立即用冷水冲头、淋浴,否则会引起寒湿痹证等多种疾病。

晚睡早起调室温

夏至日长夜短,专家称,为顺应自然界阴阳盛衰的变化,一般宜晚睡早起,但晚睡也不宜超过晚上11时,并要利用午休来弥补夜晚睡眠的不足。老弱者则应早睡早起,尽量保持每天有七小时左右的睡眠时间。

值得注意的是,随着空调的广泛使用,盛夏“空调病”在这个时节较为常见,尤其是体质较弱的儿童、老人以及职场上打拼的女性白领,容易因室内外温差较大或空调风口直吹头脸、颈肩、四肢关节等部位而引起不适。

专家提醒,空调温度不宜太低,最好为27~28摄氏度。儿童晚间睡眠应穿着轻薄透气的长衣裤,重点保护肚脐、肘关节、膝关节等部位,免受风寒。女性白领要根据个人体质穿衣保暖,勿过分贪凉。女士和老人也要注意踝关节保暖,避免足跟疼痛。

预防中暑多饮水

夏至时节,天气酷热,人体消耗过多容易感到全身困倦乏力,严重者会出现头痛头晕甚至中暑的症状,影响日常生活和工作。究其原因,首先是由于这一时节气温高,人体只能通过排汗来散热,使人体内的水分大量流失,此时若不及时补充水分,就会使人体血容量减少,大脑会因此而供血不足,进而造成头痛头晕,而人体出汗时体表血管扩张,更多的

血液会流向体表,这种血液的再分配也容易引起低血压。

专家指出,市民在中午前后高温时应减少户外活动,做好遮阳、降温、通风等防暑措施,避免过度疲劳,不要等口渴时才记得饮水。出汗过多时不妨多吃钾含量丰富的食物,并适当在饮水中加少量盐,以补充体内微量元素。

饮食调养尝点苦

专家介绍,夏至时节气候炎热,人体的消化功能相对较弱,因此,饮食宜清淡不宜肥甘厚味,要多食苦味食物或杂粮以寒其体,不可吃过热性食物,以免助热。中医认为“苦入心”,苦瓜、芹菜、莴笋等具有清热解毒、健脾

开胃的功效,可以多吃。也可多喝点苦丁茶,有清心降火的功效。

此外,食用生冷水果、喝饮料要适量,应尽量少吃,以免损伤脾胃。如果胃口不佳,可适当以粥品代替主食,达到生津止渴、补助阳气之功。

夏季养生食疗方



冬瓜荷叶汤

功效:清热解暑,利尿除湿,生津止渴。民间用来治疗暑期口渴心烦、肺热咳嗽、口疮等症。

材料:冬瓜500克,新鲜荷叶一张,盐适量

做法:将荷叶洗净切丝,冬瓜去皮、去瓢及籽,切成块状,再把荷叶和冬瓜一起放入汤锅中,加5碗水,大火煮沸后改小火熬煮,再放入盐等调味料即可。

荷叶茯苓粥

功效:清热解暑,宁心安神,止泻止痢(对心血管疾病、神经衰弱者亦有疗效)

材料:荷叶1张(鲜干均可),茯苓50克,粳米或小米100克,白糖适量

做法:荷叶煎汤去渣,茯苓、粳米或小米加入药汤中,同煮为粥,出锅前入白糖。

薏米赤豆汤

功效:清热健脾,利湿轻身。

材料:薏苡仁、赤小豆各30克,红枣5枚,白糖1匙。

做法:薏苡仁、赤小豆洗净入锅,加水2大碗,小火慢煮1小时后,加红枣、白糖,再煮30分钟至豆烂即可食用。

整理/珠江时报记者 刘浩华 来源/佛山市中医院微信公众号 图片来源于网络