

风扇怎样吹才最凉快?

一个物理实验告诉你答案

夏天,人们思考最多的问题之一,就是怎么才能凉快一些。

吹空调容易引起头晕、鼻塞等“空调病”,吹风扇的降温效果稍差一些,到底该怎么选?

其实,风扇用对了方式,不仅能让人更凉快,还能加速空气流通。专家告诉你夏季如何健康消暑。

风扇对着窗外吹更凉快

今天的内容开始前,我们先来了解一个物理知识点——伯努利定律。

1738年,被称为“流体力学之父”的丹尼尔·伯努利发现“伯努利定律”。这个原理可以这样理解:在一个流体系统,比如气流、水流中,流速越快,流体产生的压强就越小。

再简单些来说就是:在一般的空气流动中,流速越大的地方,则压强小。这个原理也可以运用在生活中,闷热的夏天晚上,把电风扇对着打开的窗户吹,屋里的空气被吹出去了,室内变成了低压区,而窗外那些相对静止的空气,就会因为压强高而流进屋子里来。外部新鲜凉爽的空气不断进入室内,促进了空气的循环流通,带来凉爽轻透的感觉。

也可以同时打开房子阴面的一扇窗户,同样能把外面凉爽的空气吸进来。

需要提醒的是,风扇不要紧贴着窗户,要往后拉一点距离。当室外温度低于室内温度时候,才能有明显的降温效果。若室外温度高于室内温度,这样做可能会让室内温度越来越高。

空调和风扇,到底怎么选?

空调是通过其内部的一系列处理,把蒸汽变成冷风吹出来,使室内温度降低。风扇则是带动空气流动、循环,借助水分蒸发带走热量从而降低温度,让人感到舒适。

这两种降温方式各有利弊:

空 调

◎需要一个相对密封的环境才能达到降温的要求,易让人感觉憋闷;

◎使室内空气变干,容易让人鼻塞、喉咙干、打喷嚏等;

◎除了过滤网之外,其内部的除湿装置、蒸发器等也需要清洗,操作更加复杂;

◎空调是每个家庭的“耗电大户”,一到夏天就会成为电费主力。

风 扇

◎酷热难耐、空气湿度大时,会感觉风扇吹出来的是热风;

◎大风对着面部长时间吹,导致面部神经炎,可能引起口眼歪斜,对着身体吹还易引起伤风、感冒、腹痛、腹泻等疾病;

◎空气流动加快,容易导致体液丢失快。

若气温不是很高时,如早上或傍晚,可选择电风扇。此外,对于不喜欢吹空调的人以及房间较闷等情况,建议使用风扇,既有利于空气循环,还能降温。

若气温较高,比如室内温度超过32℃,并且空气湿度较大,选择空调较好,不仅能降低室温,还能除去室内湿气。

夏天这样做科学降温

平时可以尝试做到以下几点,让你在享受凉爽的同时,避免被“凉气”伤害。

屋内26℃就好

夏天室内温度最好不低于26℃,室内湿度保持在60%左右,室内外温差最好不要超3℃~5℃。不同人对温度的耐受度不同,可以做适当调整。

避免被风直吹

空调或风扇都要避免直吹或对着一个方向吹,离出风口较近的人,备件长袖衣服或披肩,注意保护颈部、肩部和腕部,避免被风直吹。

护好重点部位

颈椎病、腰间盘突出、关节炎、痛风、受过外伤的位置,受凉会诱发症状,比如疼痛和僵硬,要注意这些部位的保暖。

睡凉席,尤其是竹制凉席,可以吸掉部分热。但如果空调房里睡凉席,会更凉,可能加速骨骼疼痛或其他症状。

衣物保持干燥

夏天湿度大,衣服要保持干燥,出了汗最好及时换,若穿着潮湿的衣服被风吹会更加伤身。

注意补充水分

经常待在空调房内,容易导致水分流失,而吹风扇更易造成体液损失,因此需要多补充水分,水温不宜过冷或过热,35℃~40℃的温水是最佳选择。

多开窗通风

使用空调时,每隔2~3个小时给室内通风一次,每次通风10~15分钟。此外,开空调的同时,可以把远离空调的一扇窗户开个小缝,保证室内空气流通。

给眼睛一点温暖

眼睛干涩是种常见的“空调病”,戴隐形眼镜或有慢性结膜炎的人更易受困扰。除了适度滴眼药水外,还可以拿条温毛巾敷眼,有助于减缓症状。

设备要定期清洗

空调内部会聚集大量的灰尘,如果使用时不及时清理,可能会导致过敏、咳嗽、肺炎甚至慢性病。风扇的扇叶也需要定期清洗。

可以在夏天使用前、使用过程中及不再使用时,各清洗一次。

