

冬季安全行车指南

用好这些“超强辅助”

进入冬季,全国多地气温骤降。这给道路上行驶的车辆带来不少考验。针对低温对新能源车电池性能可能造成的影响,记者采访了相关专家,一起来了解一下。

良好用车习惯 降低冬季电池“续航焦虑”

很多车主都反映过,车辆的续航里程在冬季会变短,特别是与夏季相比特别明显。专家告诉记者,这是电池的特性,而且只是暂时性的,只要温度上来之后,电池就能恢复到正常状态。

中国汽研汽车指数“极北寒测”专家组新能源测评专家王鹏说:“根据我们几十款车的测试数据表明,在-20℃的情况下,电池的内阻将达到常温的3倍,充放电的效率会降低,同时电池的可用容量显著降低。”

记者了解到,除了电池本身的特性因素,在寒冷天气下,人们经常开启的车内暖风、座椅加热等功能,也是影响电池容量和性能的重要外在因素。怎样才能让怕冷的“电池”保持活力稳定运行呢?专家表示,良好的用车习惯是关键。

王鹏表示,在冬季,要避免猛踩油门,急加速急减速的操作,让电池放电,

保持相对平缓的状态,可以有效节省电量。如果有条件,建议大家把车辆停在室内,更好给电池保温。

此外,专家强调,只要保持良好的用车和充电习惯,并不会存在严重的“电池焦虑”,更不会对车辆行驶的安全性有影响。

防冻液 防滑链 应对极寒天气和道路结冰

冬季用车除了要关注电池,车辆的轮胎和内部系统也需要做好防护。特别是在极寒天气和道路结冰的时候,防冻液、防滑链等发挥着至关重要的作用。

防冻液,又称冷却液,是冬季用车中不可或缺的辅助用品,既可以防止新能源车的冷却系统结冰,又能保护传统燃油车发动机免受低温损害。除此之外,它还有密封、润滑以及清洁的作用。如此全能的“超强辅助”,日常使用中有哪些注意事项呢?

北京某4S店售后总监赵光辉表示,首先,看液位高度,上面有一个刻度,下面有一个刻度,液面只要在两个刻度之间就可以。检查的时候要注意车辆状态,如果车行驶一段距离之后,里边是有压力的,可能会产生喷溅或者烫伤,最好等车在冷却状态下,再打开



车辆轮胎上的防滑链

盖子检查液面。

如果说防冻液就像是给发动机穿上了一件“保暖内衣”,那防滑链就是在冰雪路面上给轮胎穿上的“防滑鞋”。可能有许多人觉得防滑链看起来很累赘,但现场的工作人员表示,可不能小瞧这些打辅助的配件。

赵光辉表示,增加车轮跟地面的摩擦力,从而保证良好的行驶性能,还能防止侧滑。

记者在采访中了解到,除了防滑链和防冻液,轮胎、雨刮器、电瓶等其他部件的保养也不可忽视。做好防护不仅是对车辆与乘员的保护,更是行车安全的一分责任。

据央视新闻客户端

“近视星人”摘掉眼镜 听力会“打折”吗

近期,“摘了眼镜后,听力下降”相关词条登上某社交平台热搜榜。不少“近视星人”在评论区称,自己不戴眼镜时,确实有时会“既看不清也听不清”。

那么,视觉真会影响听觉吗?记者就此采访了相关专家。

重庆医科大学第一临床学院眼科教研室主任、重庆医科大学附属第一医院眼科执行主任胡柯告诉记者,人类主要通过视觉、听觉、味觉、触觉、嗅觉等系统接收外部信息,各个感官系统并非孤立存在,而是相互关联的。不同器官获得的信息会传入大脑中各自对应的中枢,在经过动态、复杂的整合分析处理后,大脑最终会形成对事物的全面感知。

胡柯介绍,人在交流时,眼睛能看到对方的体态、表情、口型等,这些视觉信息可帮助人们更好地理解对方表达的意思。当近视者摘掉眼镜后,视觉系统接收信息的能力减弱,人们会不由自主地想努力看清。这时,大脑会将更多的注意力分配给视觉系统,对听觉系统的关注相对减少,所以会出现听力“打折”的感受。

“但这种感受只是短期的,不代表听力真的下降,不必过分担忧。”胡柯补充,随着眼睛逐渐适应不戴眼镜的状态,大脑会重新分配注意力给各个感官系统,以帮助人们听清外部声音。他以视觉障碍者为例进一步解释,当人的视力大幅度下降或彻底消失时,大脑中枢和各感官系统在经过长期的训练、适应和相互作用后,对听觉信号的处理效率会有所提升,听力反而会变得比以往更敏锐。

据《科技日报》

冬季养肾正当时 建议常吃这些“黑食”

改善双目干涩。

黑木耳

味甘、性平,有补气活血、清肺润肠等功效。

黑木耳枣汤

材料:黑枣30枚、黑木耳25克、红糖适量。

做法:黑木耳泡发后撕成小朵状,加水炖煮至熟烂,放入黑枣和红糖,煨煮至沸。

功效:补血养血,调理心悸治失眠。

黑枣

味甘、性温,有补中益气、补肾养胃、补血等功效。

黑枣蒸南瓜

材料:黑枣10枚、南瓜200克。
做法:所有材料洗净后,入锅蒸10分钟即可。

功效:开胃益气、补脾养血,调胃口改善贫血。

乌鸡

味甘、性平,有补肾养肝、健脾止泻等功效。

黄芪煨乌鸡

材料:黄芪50克、乌鸡1只。
做法:乌鸡洗净焯水后与黄芪一同投入砂锅,加水及少许姜、葱、盐,炖煮成汤。

功效:补精填髓,调胃肠功能改善血虚头晕。

据人民网



资料图片

中医认为,食有五色,各入五脏,“黑色食品”入肾经,可填精益髓、养血乌发、强腰膝增气力。

江苏省中医院肾内科主任中医师何伟明在接受人民网采访时表示,冬主收藏,重在养肾,黑色食物有助增强人体的“先天之本”。因此,在冬季可适当多吃一些黑色的食材,如黑豆、黑芝麻、黑米、黑枣、黑木耳、乌鸡等。

黑豆

味甘、性平,具有活血利水、祛风解毒等功效。

醋泡黑豆

材料:陈醋100克、黑豆300克。
做法:黑豆煮熟晾凉后放入玻璃罐中,加入陈醋没过豆子。等黑豆充分吸收陈醋即可食用。

功效:补肾明目,调血脂软化血管。

黑芝麻

味甘、性平,具有滋补肝肾、润肠燥等功效。

复合黑芝麻糊

材料:桑葚40克、黑芝麻60克。
做法:所有材料洗净后打碎加水,煮熟成糊状。

功效:补肾益气、通便秘,调治头晕目眩。

黑米

味甘、性平,具有滋阴益肾、明目活血等功效。

黑米莲子粥

材料:黑米100克、莲子20克。
做法:所有材料洗净后加水,煮至成粥。

功效:滋阴养心、补肾健脾,调胃口

