

日常生活中,不少出租屋由于建筑物本身达不到消防安全标准,存在堵塞消防通道、违规使用明火等隐患,给居家安全造成不小的威胁。如何避免这些隐患呢?如果发生火灾,租客们应该怎么办?昨天,记者采访了北京消防专家,分析常见的出租屋火灾隐患以及解决办法。

【相关链接】

十招杜绝办公室火患

饮水机、电脑、打印机、复印机及各式充电器等在给我们工作带来方便快捷的同时,也埋下了种种的火灾隐患……如何预防办公室里的火灾呢?

一、因办公室电器多用插板供电,使用时切忌插用电器过多,以免插板用电超载发热失火。

二、不能只使用最方便顺手的某些墙体插座,闲置其他墙体插座,造成该插座电线加速老化,甚至因电流过载导致不测。

三、碎纸机、封口机等办公常用的体积较小电器,散热性差,不使用时应及时脱离电源。

四、需长时间离开座位,不用电脑时设置自动“休眠”降低电脑功耗避免产生火灾隐患。

五、办公室有设置双连总开关的,下班时随手切断室内电源(有鱼缸和冰箱的办公室不宜按此操作)。

六、关闭电脑时,必须同时关闭显示器电源并且关闭插板的每个独立开关。

七、下班后,要将饮水机、空调等电源插头拔掉或将电源开关关掉,这样既安全又省电。

八、手机、相机等电池充电时间不能过长(最好不要超过六小时),下班时应拔掉正在充电的电池,以防止电池爆炸。

九、不应在办公室内焚烧纸张、物品。

十、不准在办公室内吸烟,如需吸烟可到楼层通道吸烟区,吸完烟请注意务必将烟头完全熄灭,预防火灾隐患。

违规停放电动车

安全隐患:电瓶车停放在屋门口或楼道口,随意搭电线进行不间断充电,线路一旦起火,门口或楼道口等安全通道会被浓烟封死,影响逃生。

解决办法:应设置室内电瓶车集中停放,充电区域,采用实体墙与其他区域进行分离。

明火使用不当

安全隐患:由于出租屋地方小,承租人将液化气罐及炉灶等放置在室内采用明火煮饭,使一间房子既当厨房又当卧室,极易引发火灾。

解决办法:设置独立房间(厨房)集中使用;厨房与其他房间采用实体墙进行分隔。

违规将出租屋分割为商用及居住用空间出租

安全隐患:用三合板、木板等易燃、可燃材料分隔的房间并不能形成有效的防火分隔,一旦失火,易造成火烧连营。

解决办法:居住出租屋与生产经营场所必须采用实体墙分隔,不得开设门窗孔洞。

出租屋火灾隐患多 消防专家来支招

□本报记者 周美玉



全出口等是火灾发生时最重要的逃生路,若堆放杂物或设闸上锁,会导致被困人员不能安全迅速通过,从而危及性命。

解决办法:疏散通道、安全出口不应堆放杂物,安全出口严禁上锁。

防盗网没有开设逃生窗

安全隐患:出租房窗户设置防盗网,却没有开逃生窗。一旦发生火灾,窗户将妨碍人员安全疏散,变成夺命铁网。

解决办法:三层以上房间的窗户最好不要设置铁栅栏或者防盗窗;较低楼层可安装可开启式防盗窗,意外发生时,可迅速打开逃生窗逃生。

缺少常用的逃生装备

居住出租房必须配备消防安

全四要件,(灭火器,逃生绳,手电筒,防毒面具)和烟感报警器,以及安装应急灯,安全逃生标示,设置简易消防设施(消防软管卷盘),张贴消防宣传标语,挂图。

温馨提示:起火该如何逃生?

楼道有烟不要往外乱跑;不可乘坐电梯逃生。避免断电被困在电梯内;

火小,无浓烟可以将棉被打湿,披在身上逃离到安全出口;要用湿毛巾捂住口鼻。湿毛巾可过滤部分有毒烟气;

在烟气还没有蔓延过来或很少的时候,就应快速逃离火灾现场,但逃生时必须弯腰;

一定要保持冷静,不盲目求生,不盲目跳楼,清楚判断火情,选择科学的逃生方法才是最重要的。

电器线路私拉乱接

安全隐患:承租人私拉乱接电线,违章使用大功率电器,易造成短路,超负荷等情况,从而引发火灾。

解决办法:电器线路敷设应采用金属或阻燃套管保护;电表应安装空气开关和漏电保护器。

逃生通道楼道被封堵

安全隐患:楼梯、通道、安

生活资讯

苏打饼干。苏打饼干是发酵和高度加工的产品,对牙的危害比糖还大。但很多人并不知道苏打饼干的升糖指数比较高,更容易生龋齿。而且咀嚼时会越来越黏,有不少残留在牙缝中,导致细菌分解的时间更长,牙齿被酸腐蚀的时间也就更长。

水果干。水果干比水果更脆,吃起来很方便。但当水果变干或脱水后,糖分就会很浓缩。这就意味着,水果干也会像糖果一样黏黏地胶着在牙齿上,增加酸腐蚀牙齿的风险。

硬糖。含化水果硬糖或者止咳糖片时,糖果在口中停留的时间比吃一块蛋糕的时间还要长,含化的过程中,也会残留不少糖分在牙缝中。

葡萄柚。不少人把葡萄柚当作健康又营养的早餐,但是它酸性很强,被嘴里的酶分解后,对牙釉质的伤害会更大。

咖啡。咖啡中的鞣酸会让牙齿变得黄渍斑斑,在口中停留的时间越长,鞣酸对牙齿的伤害就越大。所以不要每天喝太

吃太多糖就会满口蛀牙的说法从孩童时起就被深深地嵌入脑海。其实,导致我们蛀牙的元凶并不只是糖,还有酸。美国“问牙医”网络社区的马克·布尔亨内医生说,当你吃甜食时,牙齿里的天然细菌也会分解糖分,但排出的酸会腐蚀牙釉质,导致龋齿。生活中其实有很多比糖还毁牙的食物。

这些食物比糖还毁牙

多咖啡。

苏打饮料。苏打饮料比苏打水更伤牙,因为它们号称无糖,所以酸味不足,于是会加入磷酸。磷酸对牙釉质的伤害也不可小觑。

布尔亨内建议,为了牙齿健康,可以购买酸碱度(PH)测试条,用来检查日常食物,尽可能吃接近中性的食物和饮料。建议儿童多吃有益健康的果蔬、杏仁或黑巧克力。根据得克萨斯州的谢尔顿牙科诊所提供的图表,牛奶、无糖或不加咖啡因的茶不会伤害牙齿。

(王慧鑫)



皮肤不好可能是气的

皮肤是可以因为生气而变坏的,心情不好,皮肤就不好,这是个必然的连锁反应,因为心情不好的时候属于肝郁,肝郁就要克脾,脾是主黄色的,被肝“欺负”了的脾,就要出现病色,包括萎黄的皮肤和黄色甚至更深的斑点。

医学把人体的胃肠称为“第二大脑”,意思是胃肠消化系统受情绪的影响最敏感,即便你坐在美味前面,一句不痛快都能破坏食欲,给人添堵,即便这个时候勉强下咽,吸收仍旧会受到影响。如果你长期情绪低落,对消化吸收的影响肯定也是长期的,这就是中医说的肝气郁结,郁结久了克伐脾气,脾气虚了,消化功能被坏心情损伤了,营养自然到达不了皮肤,所以,气色不好就是非常自然的了。

此外,还会有黄褐斑,就是青春期之后长出的,主要在鼻子和颧骨周围,这也是肝郁脾虚所致,所以中医称之为“肝斑”,

可见肝郁对它的致病性多确定,而一个消化吸收不好的人,按中医推理血虚的可能也很大,黄脸色与此有关。

因此,如果说有什么保养方法的话,首先是要舒畅心情,这个不解决,吃药也无济于事。

如果长期情绪低落,又无明确的原因,比如确实有摆脱不了的烦心事,那就要看看神经内科,排除抑郁症的可能,也许不至于是抑郁症,但有抑郁倾向,针对这种倾向也是有药物可以治疗的,抑郁问题解决了,消化问题也就解决了,体质和皮肤也就自然好起来了。(佟彤)

咨询电话:400-004-0525 网址:www.bj525.com

心理培训·企业EAP·职工心灵驿站建设

心理健康 专业服务 北京五二五科技有限责任公司