太阳“照”顾不周，让除螨机来

本报记者 叶 易
实习生 王炜敏 文/图

夏季，多数人都有睡凉席的习惯，一觉醒来发现后背、腰部长满了小红疙瘩，有时鼻尖也痒痒的。小心了，螨虫可能正与你“共眠”。螨虫身板小，喜欢潮湿、高温、有粉尘的环境，夏季正是它们横行的季节。

众所周知，除螨最简单的方法就是等到艳阳高照的日子，把被子晒一晒，紫外线和高温可以杀菌消毒。铺开被子适当拍打，阳光下还能看到被子上飞扬的粉尘皮屑，冷不丁会被呛得打几个喷嚏。这些皮屑中有可能夹杂着螨虫的尸体。

晒太阳最“简单粗暴”，但是你能把庞大的沙发、床垫、藤制床、布艺床搬到阳台上吗？太阳“照”顾不周，才让除螨机走进了我们的视线，它的工作原理是通过高频震动、强力吸尘，来清理床褥表面和深处的尘螨，有些还配有紫外线消毒和高温消毒的功能。

除螨机仍是小众产品

记者在电器店和家纺店随机采访了30位市民，只有2位市民用过除螨机；有25位市民觉得完全没有必要购买除螨机，多晒晒太阳就行了；还有5位市民愿意尝试购买使用除螨机。

记者走访了苏宁易购温岭店、胖子家电、三和超市，都没有找到除螨机的身影，只在苏宁看到了一款价值2000元左右的吸尘器，标注有除螨的附加功能。可是，用来清理地面灰尘的机器怎么可能老往床上抹呢？

“温岭来买除螨机的客户几乎没有，所以门店才没有进货。不过，在我们的官网上有售卖，有需求的客户可以在网上下订单，从温州调货。”苏宁易购温岭旗舰店经理方正说。

小记在网上搜索发现，不同于实体店，除螨机在线上卖得挺火。据淘宝数据显示，55%的用户会选择280元以下的产品，38%的用户会选择280元~560元的产品，7%的用户会选择560元以上的产品。

“我们卖的进口除螨机，价格在6000元到1万元之间，温岭的客户虽然不差钱，但是除螨的意识还不高，觉得购买意义不大，真正下订单的不是很多，整个台州一个月只能卖出100台左右。”德国福维克温岭区域业务主任刘启立说。

床垫是隐藏螨虫的重灾区

20多岁的“海归”小李说：“前年，在德国留学时，卧室不朝阳，宿舍也没有阳台能晒被子。一赶上闷热、潮湿的天气，被子上就会冒出一股发霉的味道，有时候鼻尖还痒痒的。无奈之下就花50欧元买了个二手除螨机，发现吸出来的东西挺多的，也不知道是不是心理作用，身上也不怎么发痒了。”

究竟是不是心理作用呢？记者和好家园家居的工作人员在太平街道小河头村的江先生家，一起做了个实验。他家的床垫是半年前买的，床垫上铺了一层床罩和一层床单，他们通常半个月换一次床单。工作人员在除螨机集尘箱里垫了一层干净的布，打开了除螨机“呼呼呼”地在床垫上来回吸了一遍。当他将尘桶盖取下，就能看到刚刚还干净的布上沾满了灰尘，这其中不乏螨虫的尸体。

“因为床垫又大又重，我买回家后就放着没处理过。没想到隔着两层床单还有那么多脏东西，原来我们平时睡在这么脏的地方。”江先生的妻子很惊讶。

“据我所知，晒被子的方法并不完全靠谱，因为被子和床垫中还会残留螨虫的尸体，有些埋藏得很深。而且在夏季，螨虫本来繁衍得就特别迅速，如果任由螨虫尸体堆积，它们将繁衍得更快。要常晒被子，还需要狠狠拍打。”好家园家居总经理蔡新利说，“我们在上门除螨服务的过程中发现，床垫是螨虫隐藏的重灾区。被子还能晒，床垫却很难处理。”

“如果吸第二遍还能吸出粉尘，说明效果不好”

为了大家的身体健康，除螨的重要性不言而喻，如何选择一台专业的除螨机倒是个头疼的问题。

“有的产品价格虽然便宜，但是效果不明显，很快会被市场淘汰，我建议尽量选购进入市场久、口碑好的品牌。很多消费者以为吸力越大越好，其实这是误区。因为噪声会变大，而且过大的吸力会吸附寝具，使操作变得困难。所以，专业的除螨机会在功率、电机转数、主机重量及外形间找出一个平衡点，比如，我们的机器吸力最大负压175百帕，电机6200转/分钟。最简单的辨别方法就是，吸第二遍时，如果还能吸出很多粉尘，说明效果不好。”刘启立说，螨虫及其尸体质量非常轻，容易飘散，选购有一次性的集尘盒的除螨机，免去了清洗集尘盒的过程，也免去了二次污染。若不是一次性的集尘盒，要选密封性好，能整体水洗的。

市一院皮肤科副主任医师林世庄说：“天气变热后，因为螨虫诱发的荨麻疹变多了，我门诊时每天能遇上二三十人。螨虫属于节肢动物，肉眼很难发现，也很难根除。除了保持家里清洁、干燥、通风，更重要的是定时清理、暴晒被褥、枕头、沙发，将棉麻织物表面的粉尘清理干净也是有必要的。”

除螨机试用过程 ❯

1 工作人员在除螨机集尘箱里垫了一层干净的布。

2 工作人员打开除螨机在床垫上来回吸了一遍。

3 刚刚还干净的布上沾满了灰尘。

清热解毒的苦瓜卖得俏

肠胃不好，得少吃

本报讯（记者**叶易** 实习生**王炜敏**）美容、减肥、养生这些词向来都是女生扎堆聊天时的热门话题。近几年，市面上猛然间出现了一股吃苦瓜之风。苦瓜一般5月到7月上市，现在价格一般在两三元一斤。小记从市区二菜场了解到，苦瓜现在销量比较好，到了下午有些摊位早早就卖完了。

正在二菜场买苦瓜的陈女士告诉记者，初尝苦瓜是因为前几年流传苦瓜能排毒、减肥，但她吃后体重并没有减轻。“不过，苦瓜炒蛋这道菜苦里带香的味道还真不错，现在是我家的家常菜。”

苦瓜，又名凉瓜，在古时被称为锦荔枝、癞葡萄，起源于亚热带地区，由于品种差异，表皮主要呈现淡绿色、绿色、绿白色、白色。“不要以为苦瓜是近几年我们才接触到，其实，我们小时候常吃的荔枝瓜也是苦瓜中的一种。”蔬菜办工作人员小王说。

一位卖蔬菜的中年大叔说：“买苦瓜的以年轻人居多，老年人很少买。苦瓜也是分等级的，好一点的苦瓜一般细、直、长，卖得比较贵。形状怪异的差一点，卖得便宜些。老苦瓜一般卖不出去，但它的核有鲜红的果肉包裹，这层果肉是甜的，我觉得扔了可惜，常常拿来吃。”

蔬菜办主任林燚说：“起初我们当地人吃苦瓜的不多，随着外地人增多，尤其是四川人，带动了苦瓜的销量，温岭人也开始吃苦瓜了。”

网上早就开始流传苦瓜有减肥、美容、降血糖等作用，靠谱吗？市中医院的营养师王敏惠说：“苦瓜这东西味苦，但能清热解毒，苦的东西，就具有凉性，有人就认为它可以降火。其实，有的人肠胃寒性，有的人肠胃热性，所以吃它能不能降火也因人而异。至于它能美容、减肥的说法，其实是不当的。减肥应该是要摄入的总能量小于消耗的总能量，才可达到效果。而苦瓜减肥没有科学依据，只能说苦瓜作为一种蔬菜，热量少、纤维素多，助消化，利于减肥。至于美容一说也不妥，其实它只是能清热解毒。苦瓜，属寒性，比较滑，肠胃不好的人，应适量少吃。经常拉肚子的人，最好不要吃。另外，孕妇也不该吃。”

如果受不了苦瓜的“苦”，可以试一下“吃货”小朱分享的这个小妙招。“苦瓜最苦的部位应该是籽与瓜肉连接处的白瓤，将白色海绵体切除，把苦瓜切薄一点，用沸水焯一下。捞出苦瓜，加入盐凉水浸凉，将苦瓜中的水分捏掉后再下锅翻炒。你会发现这样处理后，苦味比之前小了很多。”小朱说。

空心菜很少喷农药 价格还很“亲切”

本报讯（记者**叶易** 实习生**王炜敏**）在夏日炎炎的季节里，你是不是对油腻食品心生厌恶了，想吃些“小清新”的东西呢？七八月，一大拨空心菜来袭。记者在市区二菜场一些摊点上看到刚摆出来的空心菜，还带着点点水珠，嫩绿嫩绿的，在光照下，会反光，长得有点像番薯藤梗。

空心菜又名“蕹菜”，早在晋嵇含《南方草木状》中就对它有详细的记载，千百年来被人称为粗菜，但“菜”不可貌相，它的营养丰富。金庸在《连城诀》中为男主角取“空心菜”作别名，平凡而幸福，他凭借顽强永不放弃的精神收获了爱情。

空心菜主要分白梗与绿梗，从口味上来说有点儿区别，但不是很大。小记走访后发现，本地的一般绿种居多，颜色鲜绿，根茎比较粗大。而白种的空心菜，颜色偏黄白色，叶子稀疏，茎像芹菜一样细，广东较多，在本地比较少，近几年才有引进。

还记得在“灿鸿”来袭前后，空心菜受到台风的影响减产，价格涨到了3元一斤，而现在又恢复到了2元一斤。

小记发现在二菜场内，卖空心菜的还比较少。因为空心菜喜欢高温、多湿的环境，菜场的电风扇一吹就会降低空心菜的水分，干瘪的空心菜不仅卖相变差了，口感也受了影响。卖菜的商贩会在空心菜旁放上冰块，能储存一两天。

“要选茎条均匀，没有黄叶、病斑的，失去水分的空心菜会蔫掉、软趴趴的。”一位卖空心菜的阿婆这么说，只要菜没有烂掉，都是好吃的，如果它干瘪的时间不长，只要放在水里浸一下，就又能恢复原样了。

夏季是虫子横行的季节，哪有少打农药的蔬菜呢？空心菜就是一种少打药的蔬菜，只在7月虫子最多的时候才打些药。因为空心菜常长在大棚里，虫子比较少。而且空心菜的生长速度很快，虫子还没有生长好时，空心菜就可以摘了。螳螂特别爱吃空心菜，菜上的洞洞基本上都是螳螂闹的。”种了多年空心菜的老陈说。

小记在常吃的一家小饭馆的主厨王师傅那儿，打听到一种“入门级”的美味烧法。锅中加点油、蒜、姜，在锅里爆炒几下后，再放上空心菜，还可以按个人口味放些辣椒。不过，炒菜时，盐的用量要特别注意，因为是空心的，稍有不慎就偏咸了。

浙江省百强旅行社 浙江省首批、台州首家四星品质旅行社
台州东亚国际旅行社有限公司 L-ZJ-CJ00078
出境线路
1. 日本本州双古都温泉美食六日游 9月1日、6日、13日、15日、20日、22日 5780元/人
2. 日本本州半自由行七日游（东京+大阪两天自由活动） 9月11日、25日 9300元/人
3. 韩国釜山济州六日游 8月7日、14日、19日、21日、26日 3299元/人
4. 韩色长廊高清新浪漫之旅六日游 8月28日 5880元/人
5. 泰国曼谷芭提雅小清新六日游（无自费） 8月天天发团 3780元/人
6. 泰国+新加坡+马来西亚全景十日游（升级2晚国五） 8月24日 4299元/人
7. 浪漫普吉岛无限凯越七日游 8月6日、7日、12日、14日、15日、19日、20日、21日、26日 7399元/人
8. 南亚深呼吸印度+尼泊尔七晚九日游 10月1日 10999元/人
9. 法意瑞+瑞深度典藏十一日游 9月8日、10日、15日、18日 16500元/人
10. 东欧奥捷匈斯德（含柏林）+波兰十四日游 9月7日、17日 17600元/人
11. 北欧四国+俄罗斯十二日游 9月7日、14日 18900元/人
12. 希腊+阿联酋十日游 9月6日、10日 17800元/人
13. 土耳其+希腊十二日游 9月2日、13日 19500元/人
14. 西班牙+法国+意大利+土耳其黄金地中海沿岸十四日游 9月6日、16日 24000元/人
15. 美国东西海岸+大瀑布+夏威夷+加拿大赏枫十八日游 9月6日、13日、17日、22日 27300元/人
16. 阿联酋迪拜+阿布扎比全景五日游（五星） 9月3日、4日、10日、11日、18日 8499元/人
17. 蓝色土耳其十日游（洞穴酒店）体验之旅 9月7日、10日、12日、14日、19日、21日 12999元/人
18. 办理各国签证：欧美澳非东南亚签证+高端海岛私人定制蜜月

国内线路
【专列】9月2日宁夏沙坡头、内蒙通湖草原、敦煌、莫高窟、鸣沙山、月牙泉、乌鲁木齐天山天池、大漠、交河故城、坎儿井、葡萄沟、西宁青海湖、塔尔寺、西安兵马俑、华清池、大雁塔、洛阳龙门石窟 十四日游 硬卧:上铺:4480元/人 中铺:4780元/人 下铺:5080元/人 软卧:5780元/人
长江三峡新世纪系列挂五星豪华游船(温州往返) 一卧一飞:2860元/人 一动一飞:2980元/人
泰宁世界“地质公园、自然遗产地”大金湖、上清溪漂流双动车周末三日游 1198元/人(10人成团)
厦门鼓浪屿、平潭岛双动三日游 1688元/人(16人成团，温岭起止)
泰宁、厦门、平潭岛双动五日游 1980元/人(16人成团，温岭起止)
宁波罗蒙环球乐园休闲一日游 258元/成人 188元/儿童 238元/学生（送1箱加多宝）
横店古彩泼水节，冰凉水世界特价二日游 598元/成人 498元/学生 238元/儿童（送1箱加多宝）
临安青山湖水乐园、太湖源、锦绣风水洞二日游活动（促销价） 399元/成人 219元/儿童
宁德白水洋、鸳鸯溪亲水避暑二日游（促销价） 399元/成人 299元/儿童
昆大丽香格里拉三飞六日游 1480元/成人 3580元/儿童
成都、九寨、黄龙、乐山、峨眉金顶双飞七日游 4580元/成人 3780元/儿童
青岛、威海、蓬莱、大连、旅顺双飞五日游 3200元/成人 2180元/儿童
呼伦贝尔大草原双飞六日游 6290元/成人 5190元/儿童
贵州黄果树景区、西江千户苗寨、荔波小七孔双飞五日游 4460元/成人 2960元/儿童
■地址:温岭大厦B单元一楼 电话:0576-86144326 86198339 86115701 86198337