

你穿的聚酯纤维到底是个啥

□ 科普时报记者 王文洁

近期,话题“一身塑料过冬”引发热议。不少网友翻看冬装水洗标时发现,羽绒服、棉服、摇粒绒外套等冬日必备单品,面料成分几乎都离不开聚酯纤维。

聚酯纤维的百变质感

聚酯纤维其实并非单指一种材质,而是包含细旦纤维、中空纤维等数十种细分品类的大“家族”。

庞大的“家族谱系”赋予了聚酯纤维优异的加工可塑性。郑州轻工业大学服装与服饰设计专业副教授魏玉龙介绍,通过调整纺丝工艺参数与纤维截面形态,聚酯纤维能呈现出挺括、垂坠、毛绒等多种质感。

“聚酯纤维像一块能任意塑形的‘黏土’,既能模仿丝绸的柔软光泽,也能复刻麻料的硬朗纹理。”魏玉龙解释,以长丝、短纤两大基础形态为核心,聚酯纤维能演化出丰富的产品体系——聚酯长丝丝线顺滑匀整,具备类丝质感;聚酯短纤纱线蓬松柔软,拥有毛绒与保暖特性。

聚酯纤维还具备结实耐磨、抗皱免烫、色牢度优异等特点,将其与棉、毛、丝、麻进行混纺,可有效弥补各类天然纤维面料的性能短板。

“除童装、常服(国家公职人员的日常制服)外,绝大多数类型衣物都会用到聚酯纤维面料。”魏玉龙表示,运动衣、瑜伽服等功能型服装,冲锋衣、防晒衣等户外装备,以及羽绒服、棉服等冬季外套,甚至家居服和睡衣



第四届进博会上展示的用再生聚酯纤维制为成衣的流程。视觉中国供图

中,聚酯纤维面料占比都很高。

聚酯纤维并非“低端货”

很多人认为聚酯纤维不够高端,这是一种常见误解。魏玉龙认为,是否高端不能只看原料,也要看工艺。近年来,纺织工艺不断更新,聚酯纤维的质感与性能随之提升。

聚酯纤维的纱支越细,价格越贵,纱支越粗,价格越便宜。以冬季羽绒服的外层面料为例,大多采用超细纱线织造,其实面料成本并不低。

魏玉龙还提到,聚酯纤维中藏着一位“环保新星”,即回收废旧塑料瓶等生产出的再生聚酯纤维,这种可持续面料如今正成为注重绿色理念的服装品牌的“香饽饽”。

穿聚酯纤维如何防静电

对于聚酯纤维衣物常伴随的静电

问题,魏玉龙推荐了几个化解小技巧:

一是洗衣服时加点柔顺剂,能让衣物纤维变得更柔软顺滑,减少摩擦产生的静电积聚;

二是出门前可以在衣物表面喷洒防静电喷雾,喷雾形成的保护膜能有效中和电荷,避免静电吸附灰尘或产生“噼里啪啦”的放电现象;

三是用湿毛巾擦拭衣物表面,利用水的导电性带走部分静电,缓解静电困扰;

四是可为聚酯纤维外套搭配纯棉、羊毛等天然纤维材质的毛衣或衬衣,天然纤维良好的吸湿透气性,可有效中和静电。



2262年为何有两个“春节”

□ 科普时报记者 王文洁

近日有网友发现,2262年竟有两个春节。据万年历,2262年1月21日是农历正月初一,2月20日又将迎来闰正月初一,这种“双春节”现象极为罕见。

中国科学院紫金山天文台科普部副主任王科超解释,所谓“两个春节”,准确说是两个农历正月初一,这与农历历法的置闰规则有关。我们常用的公历是阳历,以太阳运动为基准,太阳连续两次经过春分点的时间间隔为一回归年,平均时长365.2422天,因此采用平年365天、闰年366天的设置来调整;而我国传统农历是阴阳合历,既要兼顾月亮圆缺的29或30天月周期,又要贴合回归年长度。

“一个农历平年12个月,全年354或355天,比回归年大约少11天。”王科超表示,为了让农历年平均长度贴近回归年,使月份与四季对应,农历会通过设置闰月来弥补“时间差”。闰月安排与二十四节气相关:立春起的二十四节气中,偶数序列的12个节气被称作“中气”,农历年中若某月份没有中气,就被定为上个月份的闰月。2262年恰好出现闰正月,因此才有了两个正月初一。

为何闰正月如此罕见?王科超解释,农历正月时,地球离太阳较近,公转速度更快,导致两个中气的间隔相对较短,而农历月本身有29或30天,时间相对较长,因此正月里很少出现“没有中气”的情况。



扫描二维码,了解“双春节”现象是咋回事儿。

冷空气频繁,警惕“情绪感冒”来袭

□ 科普时报记者 陈杰

冬至一过,冷空气就开始在各地频繁“打卡”。气温一降,不少人会莫名变得情绪低落、懒得社交,这其实很可能是季节性情感障碍在作祟,和冬季的气候特点密切相关。

解放军总医院第一医学中心医学心理科主治医师董彦彬解释,季节性情感障碍(SAD)俗称“情绪感冒”,与抑郁症的核心区别在于“季节性”。“抑郁症发作多无规律,持续时间长且诱因复杂;而季节性情感障碍像设了‘季节闹钟’,天冷发作,天暖缓解,症状也相对轻微。”董彦彬介绍,其典型表现为情绪低落、嗜睡、偏爱甜食,极少出现严重的自我伤害想法。

这个病为何冬季易高发?董彦彬解释,关键在于“晒太阳少了”。“冬天白天短、光照弱,会导致大脑中的‘快乐激素’血清素分泌减少,而‘睡眠激素’褪黑素分泌增多,一少一多的失衡直接引发心情沉重。”此外,天冷时户外活动减少,运动和社交频次下降,进一步加剧了情绪低落。

针对这种情况,董彦彬给出了改善建议:多晒太阳,每天中午出门走路20分钟;坚持运动,促进血清素分泌;多吃鸡蛋、坚果、深海鱼,这些食物中的营养可以帮大脑对抗坏情绪;主动疏解情绪,避免情绪堆积。

董彦彬提醒,若情绪低落感持续超过两周,且影响饮食、睡眠等正常生活,务必及时就医。“情绪感冒”和普通感冒一样,及时干预即可痊愈。



扫描二维码,了解如何应对“情绪感冒”。

南极磷虾油真是“黄金保健品”吗

□ 科普时报记者 史诗

近日,南极磷虾油事件备受关注。商家在宣传时说它富含珍贵的Omega-3脂肪酸,堪称保健品界的“黄金液体”。

什么是南极磷虾油

南极磷虾油,是以生活在南极海域的小型甲壳类生物磷虾为原料,经过提取制成的一种红色油脂。科学科普博主云无心介绍,南极磷虾又称南极大磷虾,躯体几乎透明,有红褐色斑点,脊背呈红色,成虾体长45-60毫米,总蕴藏量预估达6-10亿吨。纯净无污染的南极环境,让南极磷虾直接跻身天然养生“顶流”。

“南极磷虾油的主要成分是鱼油,富含Omega-3多不饱和脂肪酸二十碳五烯脂肪酸(EPA)和二十二碳六烯酸(DHA)。因为它们是和磷脂结合在一起的,所以吸收率比常规鱼油更高。”云无心介绍,此外,磷虾油中还富含虾青素,其不仅让南极磷虾及磷虾油呈红色,抗氧化能力也在试管实验中远超胡萝卜、维生素E等常见抗氧化剂,理论上对关节、皮肤及抗炎有一定益处。

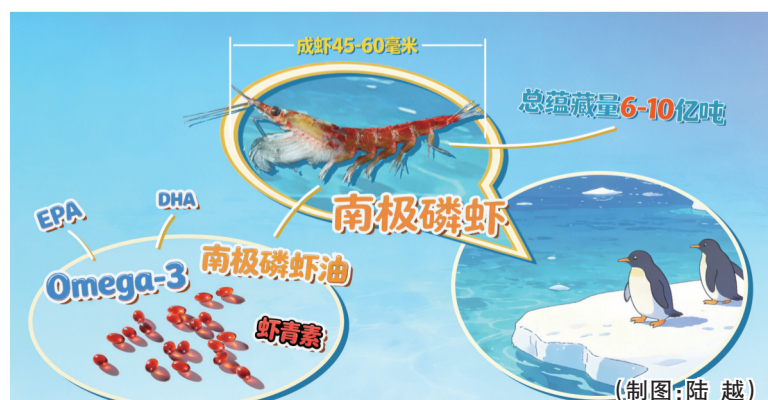
南极磷虾油真有保健功效吗

靠着Omega-3和虾青素两大卖点,磷虾油被商家包装成“护心

血管、防关节炎”的“神药”,收割了大批消费者。但云无心表示,目前欧盟、美国食品和药物管理局(FDA)虽认可Omega-3与心脏健康相关,但并未证实磷虾油能预防心血管病,相关研究证据不足;欧洲食品安全局也明确,磷虾油能控血脂、护关节的说法,缺乏足够的科学支撑。

南极磷虾油属于普通营养补充剂,主要用于日常营养补充和健康维护,适量食用并无坏处,但不能替代药物治疗疾病。云无心提醒,心血管病、关节炎患者切勿迷信其功效而擅自停药,需遵医嘱治疗,且健康的儿童青少年及无明显基础疾病的成年人,一般不必刻意补充磷虾油。

此外,由于磷虾油来源于海产品,所以对海鲜过敏人群不建议服用;正在使用抗凝药物的患者在服用磷虾油前应咨询医生,因为Omega-3多不饱和脂肪酸可能导致出血。



扫描二维码,了解南极磷虾油的真实功效。