



乐康居家护理服务

Loving Care Home Services

私人订制:
将根据您的需求和您共同制定最好的护理计划
每项计划都是为专门为您设计。

训练有素的护士和护工
器材培训
家庭成员和客户培训
陪伴
日常锻炼计划及培训
洗浴及卫生护理
护士监管

服药提醒和帮助
个人协助
安全监督
行动上协助
饮食计划及监控
杂货店购物
餐饮准备
基本家务
翻译
晨间常规协助
洗衣

**自由地居住
舒心地生活...**

最好的居家护理服务

·由政府健康护理质量管理办公室颁发执照
·公司护理人员的资格审批及培训接受政府监督,并定期更新。
·为确保您安全无忧,我们直接和您及您的家人一起努力,并协同您的医生、日间护理机构、养老院和医院做好护理工作。每一步,我们都将和您在一起!

办公时间:
周一至周五
10:00am ~ 4:00pm

410-358-4415 301-358-1514 (国语、粤语分号请按2) 443-538-1082 4-098
传真: 410-358-4417 Email: LCHS.SDMS@gmail.com 汉语、英语、韩语、越语、乌兹别克语、俄语、菲律宾语

巴尔的摩总部: 25 Hooks Lane, Suite 200, Pikesville, MD 21208 蒙郡办公中心: 481 N. Fredrick Ave. Suite 215, Gaithersburg MD 20877

洗衣凝珠、柔顺剂、防染色片,“洗衣三件套”真的有用吗?

在我国古代,长长地长在皂荚树上的果子——皂角,是人们洗衣服不可缺少的东西。

而随着现在工业的发展,现代洗衣有点像是魔法炼药,有各式各样的洗衣辅助柔顺、防染色,连洗衣液都进化成了一颗一颗的洗衣凝珠,被称为懒人的福音。

与此同时,也有不少质疑,洗衣凝珠、柔顺剂、防染色片,这些洗衣辅助用品难道不是消费陷阱吗?

洗衣液 VS 洗衣凝珠

洗衣凝珠是一种用水溶膜包裹的新型浓缩洗涤剂。使用时,可以直接和衣物一起放入洗衣机。接触水后,洗衣凝珠的水溶膜能在一定时间内溶解,释放包裹的洗涤剂,达到衣物洗净和护理的功能。

上海市质量和标准化研究院(以下简称,上海质标院)官方公众号发文表示,一般来说,洗衣液中活性物含量越高,清洁效果越好。根据QB/T 1224-2012《衣料用液体洗涤剂》,洗衣液的总活性物含量应不少于15%,浓缩型产品的总活性物含量应不少于25%。

相比之下,洗衣凝珠的去污力显得十分能打。2017年国家洗涤用品质检中心曾收集了市场上销售的14个品牌的洗衣凝珠产品,进行质量对比评测。样品的活性物含量均超过了65%。

清洁力强、使用方便是洗衣凝珠的优势,但是由于它一般色彩鲜艳,体积小,也存在着幼儿误食的安全隐患。

QB/T 5658-2021《洗衣凝珠》对凝珠的产品大小、pH值、破膜速度等技术参数作了具体要求,对防止婴幼儿误食的安全指标也进行了规定,要求单颗最小体积不低于10ml,产品需增加苦味剂;此类产品还应具有需双手协同作用力开启,防止幼童开启功能。该标准将在今年4月1日开始施行。

柔顺剂如何顺滑衣物?

根据QB/T 4535-2013《织物柔顺剂》,柔顺剂是在洗涤过程中配合洗涤剂使用,起到使织物柔软、蓬松、消除静电作用的洗涤护理用品。

上海质标院表示,一般来说,洗涤类用品多为阴离子型表面活性剂,而柔软剂、护理剂等产品的成分多为阳离子型表面

活性剂。衣物在洗涤过程中,少量的阴离子残留在织物上,容易使纤维缠绕、纠缠在一起。经多次洗涤后,衣物纤维固有的光滑性、延伸性及弹性就会受到影响。

柔顺剂作用的过程实际上就是阳电荷、阴电荷得到了中和。有点像护发素,柔顺剂将一层润滑薄膜覆盖衣物纤维的表面,令纤维间的摩擦系数降低,衣物便会变得柔滑了。

虽然柔顺剂可以顺滑衣物,但其化学成分有机会影响某些布料的特性,以下三类衣物就不宜使用:

1. 棉毛巾、经特别处理的人造纤维例如超细纤维(microfibre)及排汗快干布料所制成的衣物,柔顺剂会在纤维表面形成薄膜,使其吸水能力降低。
2. 防风、防水透气的功能性风衣,由于衣物附有经特殊处理的薄膜,使用柔顺剂可能会影响到薄膜的防水透气功能。
3. 经阻燃处理的衣物,例如经防火处理过的儿童睡衣,使用柔顺剂后防火能力或会下降,家长须特别留意。

另外使用柔顺剂时,注意不要将洗衣液

和柔顺剂混在一起,一股脑的倒进去,这样会让两者的电荷打架,使洗涤效果和柔顺效果都大打折扣。

正确的做法是将它们投入各自适用的洗衣格中,洗衣机会在不同的节点释放它们。

如果没有这样的柔顺剂槽,可以在洗到一半的时候手动加进去。

防染色片真能防止串染色?

深色衣服、浅色衣服分开洗,是很多人不能打破的洗衣守则之一。有时为了聚起一缸,还得连着穿上几天的浅色衣服。洗衣时放入防染色片陪洗,就可以有效防止衣物的串染色,简化洗衣流程。

防染色片主要依靠吸附染料来防止染色,多为无纺布材质,有疏松多孔的结构,类似活性炭。这种结构也可以让它吸附染料和一些小颗粒污垢,防止污垢二次沉积到织物上。不过,上海质标院建议,防染色片集纳颜色的能力有限,如果饱和了,那衣服还会有被染色的风险,有必要及时替换使用过久的防染色片。如果想达到更好的防染色效果,还可尽量选择冷水洗涤。

女性常见的低血压,对健康有影响吗,要怎么办?

一、什么情况是低血压

血压在达到或是超过140/90mmHg时,是高血压。而在血压低于90/60mmHg时,就是低血压。低血压按照形成因素,可以分为生理性低血压与病理性低血压。

生理性低血压,指的是虽然血压偏低,但是没有任何不适的症状。这种情况属于健康人群,而且可以称为“神仙体质”,因为血压偏低的人,心血管负担小,患心脑血管疾病的概率会更低。

病理性低血压,指的是血压偏低者,会出现头晕、心悸、乏力的症状,或是因为其他疾病造成的血压偏低。

二、产生病理性低血压的常见因素

没有症状的生理性低血压,不需要干预,也不会影响健康。我们需要关注的,是病理性低血压。大多数人的低血压找不到原因,可能与遗传、体质有关,称为原发性低血压。

某些疾病也会导致血压偏低,比如说出血(外伤出血、消化道出血、女性月经过多等)、各种原因导致的腹泻、过敏、严重感染、肿瘤、营养不良等原因,会导致继发性低血压。

高血压患者如果服用降压药过量,也会导致低血压。

三、什么样的低血压需要治疗

原发性低血压所导致的症状通常不严重,

多数为偶发、一过性的症状,一般不需要治疗。有原发性低血压的人,多数为偏瘦弱的女性,通过运动锻炼、增加营养,提高身体素质,低血压就可以得到明显的改善。

血压偏低的人,容易出现体位性低血压。表现为在卧姿、坐姿或是下蹲的时候,如果突然站立,会出现头晕、乏力、心慌的表现,严重者会晕倒,有可能摔伤。所以血压偏低的人,要慢起、慢动,避免自己受伤。在低血压发作的时候,需要尽快采取坐位或是卧位。

食盐摄入过多会诱发高血压,所以低血压的人,增加食盐摄入量、同时多喝水,也可以帮助升高血压。不过食盐摄入过多,对心

脑血管不利,所以这个方法需要谨慎使用。中药里的甘草、参麦也有升高血压的作用,但可能会带来一定的副作用,需要在医生指导下使用。

如果是继发性低血压,则需要对原发疾病进行治疗。而诱发低血压的疾病,通常较重,无法自行治疗,需要及时就医诊治。

总结一下,体型瘦弱的人,尤其是女性,容易出现低血压的情况。但没有症状的低血压不会影响健康,不必干预。如果是无原因的原发性低血压,通过多运动、增加营养、改善生活方式等方法,可以有效干预,缓解症状。