



今夏风扇劲吹“内卷风”

“看脸”拼“智商”还要能“养生”

炎炎夏日，电风扇成为许多人抵御酷暑必不可少的家电。记者近日走访各大家电卖场及商超发现，今夏风扇劲吹“内卷风”，不但拼价格、拼颜值、拼智商，甚至还要拼健康，传统风扇被赋能“灵魂”，迭代升级玩出“新花样”。

■融媒体记者 康云

颜值控

吹风也要“看脸”

创意小风扇走到哪吹到哪

等可爱风。

销售人员告诉记者，小风扇的价位很亲民，从十几元至100多元不同价位的都有，很受顾客欢迎，有时一天能卖出上百台。据介绍，购买小风扇的以年轻人居多，他们在选购时更多考量的是小风扇的颜值，有的甚至把小风

扇当成装饰品，挂在脖子上或戴在头上凸显自己的个性。



养生控

降温健康一举两得

空气循环扇成“卷王”

看到，空气循环扇、无叶风扇等主吹“健康风”的风扇陈列在显眼位置。风扇卖场的工作人员介绍，今年推出的风扇新品多迎合健康的市场诉求。其中，最受欢迎的是空气循环扇，可以称得上是今年的“风扇卷王”。

据介绍，主打“健康风”的风扇除了有净化空气、除尘、除菌等功能，迎合健康养生的需求外，还搭配中药、精油、香薰等使用，让你在尽享清凉的同时也收获健康，可谓是一举两得，备受“养生控”一族的追捧。

智能控

不联网也能听懂“指令”

“听话”型风扇成畅销爆款

逾八旬，不习惯吹空调，平时就喜欢用电风扇，但家里老式的落地扇只能手动开关，老人家夜里要起来很不方便。“有了听话的风扇，不用起床，动动嘴就可以实现风扇开关切换自由，特别方便。”

音识别、学习功能、互联功能、AI人机互动等。如有的可以记住用户的使用习惯，自动调整风速和开关机时间；有的可以通过手机APP一键同时控制智能风扇与家里的其他智能家居设备。也正是凭借这些创新的人性化设计和便捷的功能，“听话”型的智能风扇脱颖而出，成为今夏风扇畅销爆款。



花样风扇如何挑

家电达人支招：实用最关键

相关链接

目前市面上销售的风扇琳琅满目，有落地扇、空调扇、无叶风扇、塔扇、循环扇、冷风扇等，型号繁杂且功能各异，给选购带来了不少困扰。如何挑选一款合适的电风扇？记者采访了十多位使用者以及有着近20年从业经验的小家电达人李经理，用他们最真实的经验和感受，综合整理出了这份各种款式的电风扇“选购指南”。家电达人同时提醒，选购电风扇前要先了解梳理好自身需求，实用、耐用最关键，不要过于崇尚外观时尚及高科技。

★落地扇 落地扇风量较足，转向角度也大，可以左右摇摆，适

合较大的空间。但落地扇风感较硬，网罩的间隙较大，容易伤到小孩。需要大风量、经济适用的，可选择落地扇。

★塔扇 塔扇占地小，送风较

为柔和，比较适合有老人和孩子的家庭使用。但塔扇噪声相对较大，而且不太容易清洗。追求性价比的，也可以考虑塔扇。

★空调扇 空调扇排出的风

的温度相比普通风扇略低几摄氏度，直接吹在身上感觉很凉爽，但又不及空调。小空间用，要求短距离大风量，享受冷风体验的，可以选空调扇。

★无叶风扇 无叶风扇风力

相对柔和，但送风距离较差。它比较环保安全，适合有小孩或老人的家庭使用。

★冷风扇 通过冰盒自身蓄冷和蒸发水分达到降温的效果，但噪声较大，另外使用时相对不便，需不断加水和提前冷冻冰盒。冷风扇可当加湿器、风力范围广，但易滋生细菌。

★空气循环扇 空气循环扇出风口比较宽，聚风效果好，风速高、送风距离远，还能促进室内空气循环。如需整屋循环空气，且希望风量大，吹风距离远，可选空气循环扇。

夏至后暑热为盛 护心养阳正当时

6月21日迎来夏至节气。中医专家提示，夏至是人体阳气最盛、阴气始生、阴阳交替的时节，这一时节气温升高、湿度增大，护心养阳是养生防病的关键。

中国中医科学院西苑医院老年病科副主任医师龙霖梓说，夏至时节，气候炎热易伤津耗气，暑湿困脾阻碍运化，人体容易出现睡眠质量差、食欲不佳、精神不振、头晕胸闷等不适症状。心通于夏气，夏天也是心脑血管疾病高发的季节；由于天气炎热，出汗增多，而“汗为心之液”，心阳随着汗液的排泄而损伤，人容易出现心悸气短、烦躁失眠等症状。

“人夏无病三分虚。”龙霖梓说，夏至养生防病需注意保护阳气、调养心阳，补养心阴、清心宁神，清暑祛湿、益气生津。

龙霖梓介绍，具体而言，饮食宜清淡、多食杂粮；可多食苦味食物以清心祛暑，如苦瓜、苦菊、马齿苋等；适当食用酸味食物以开胃固表，如山楂、番茄、柠檬等；适当食用解暑利湿之品，如丝瓜、冬瓜、西瓜、黄瓜；不宜食用肥甘厚味，宜少食生冷以护中焦脾胃。

在起居、情志和运动方面，要顺应自然界阴阳消长的规律，夏至时节宜晚睡早起，保证睡眠质量以使气血恢复，中午宜小憩以顾护心阳。夏至人体阳气亢奋，需要心平气和、保持心情愉悦，使气机宣畅。运动不宜剧烈，尽量在清晨或傍晚天气相对凉爽时进行，可选择游泳、慢跑等，老年人可选择太极拳或八段锦；运动后及时补充水分，切不可饮用冰水，更不能立即用冷水冲淋。

一些中医药适宜技术也能够在夏至养生中发挥重要作用。专家介绍，拔罐可以祛除瘀滞、行气活血；穴位按摩可选择按揉神门穴、极泉穴等，以养心强心；刮痧可沿足太阳膀胱经、足厥阴肝经的经络循行部位进行，发挥宣通气血、祛除湿热的功效。此外，通过艾灸任、督二脉可以升发阳气、调养气血、补充元气，贴敷三伏贴能够发挥冬病夏治、养生防病的作用。

（新华 田晓航）

LE HUO

LE HUO

