

社区科普

春节自驾归来后,对车辆进行一次全面的检查和保养,不仅可以消除安全隐患,也能让爱车保持良好的状态。

春节自驾归来

爱车保养



停不住很恐怖 刹车系统重点关注

旅途中,频繁地刹车和充满砂石的恶劣行车环境势必严重磨损刹车皮。如果刹车皮的磨损超过了出厂下限限度,或是在踩刹车时出现了“嘶嘶”的异响,那说明刹车皮必须检查更换。刹车系统良好的性能是安全行车的必要保证,车主对于刹车系统千万别凑合了事。

“三液”不能忽视 勤查勤补充要记住

在春节高强度的用车之后,汽车的机油、冷却液、制动液可能损耗比较大。如有缺少要及时补充,机油过脏的话,需要换新油和新滤芯。冷却液水位应该在冷车时,以防冻液加至上限与下限的中间即可。如果要自我检查,千万不要在引擎运转时或停止运转1小时以内打开水箱盖。以免因高温的水箱水喷出而被烫伤。特别要提醒的是制动液的检查,长假归来后,制动液一旦缺少,将会造成刹车困难,带来非常大的安全隐患。(企鵝)

象,就说明底盘已经受损。这是因为路面障碍物刮伤底盘后,可能导致底盘的一些零件变形,特别是上下摆臂、左右方向拉杆等容易发生变形。一些轻微刮伤同样会引起机油底壳等发生轻微渗漏,而这些都是车主自行检测无法及时发现的问题。

轮胎劳苦功高 需要多费点心

长途驾车磨损最大的就是轮胎,自驾归来务必全面检查胎压、四轮平衡,以及是否出现老化裂纹或者创伤,还要注意一下轮胎的磨损程度。如果轮胎花纹已经低于车轮上的磨损标记,就不能再继续使用,必须更换新胎;如果还未磨损到刻度标记的位置,但使用时间较长或已经出现龟裂,为了安全起见也应及时更换,而且四只轮胎最好同一品牌、同一规格、同一花纹。最后也要清理下胎纹内的夹杂物,小石子也要一一剔除,以免造成轮胎花纹的变形和降低摩擦系数。

天,恐怕必须要来一次大洗了。首先要对汽车底盘、轮胎钢圈、前后灯、保险杠、门窗玻璃等外部部位进行全面清洗。清洗车身后还要观察一下车身有无划痕,许多车主在回老家或自驾途中,由于对路面的不熟悉或者路面状况较差,导致车辆的外部产生明显刮伤、撞凹的痕迹,特别是在前保险杠位置。多数车主认为没有影响到车辆的美观,对它熟视无睹,而等到油漆底下的金属开始生锈时,内部的金属层已锈蚀得很厉害,再处理恐怕就大费周折了。

底盘很关键 勤于检查没坏处

春节期间走亲访友出游自驾,难免走了很多不熟悉的路,复杂的路况很可能造成底盘的轻微刮伤,所以出行回来后检查底盘很有必要。首先,车主可以回忆行驶过程中是否有刮过底盘的经历。同时,对比爱车假期前后是否有明显的变化。如果出现底盘异响、方向盘抖动、车辆的停放位置出现油渍等现

春节自驾归来,经过全面保养,你的爱车也会跟你一样,摆脱节后综合征的困扰,重新焕发光彩。但是,节后也是维修保养的高峰,建议大家提前进行预约,从而省去排队等候的时间。

清洗爱车是首要 检查漆面更重要

不管是开车回家还是外出游玩,爱车免不了身上一身灰,如果是运气不好碰上大雨



书香天府 SHU XIANG TIAN FU 全民阅读

《一本书读懂互联网思维》

王旭亮 著



阿里巴巴、腾讯、百度、小米已经用互联网思维大获成功,你完全可以站在巨人的肩膀上

一本书读懂互联网思维

王旭亮 著

- 走好第三步,教你如何借用6大互联网思维卖出更多产品
- 用互联网思维了解用户需求
- 用互联网思维设计产品
- 用互联网思维做营销方案

推荐理由:

《一本书读懂互联网思维》通过简单朴实的语言详细介绍了互联网思维的6大特点,能让你快速轻松地掌握互联网思维的精髓,了解互联网时代的新型商业模式。除此之外,该书也会指导你如何利用互联网思维调查市场需求,如何根据需求设计产品,以及如何针对需求进行精确营销。



高铁上为何没有安全带?

赛先生的背影

SAIXIANSHENGDEBEIYING 栏目协办: 四川省科学技术普及服务中心

于高铁速度快,设计者会在时间和区间上进行科学精准的计划和控制,保证高铁列车不会出现紧急制动。因此,即便是在短时加速或是高速行驶中,乘客们也能在车厢里来回走动,不必采用安全带进行固定。



高铁的稳定还得益于我国高铁的车身及座椅设计。与传统的火车相比,高铁车身设计更加现代化,更加富有科技感,这因为其采用的是流线型设计,这种设计不仅让高铁列车的颜值更高,更主要的是考虑到了不同的气动效应。因为在高速行驶的运行当中,第一点要考虑的是阻力问题,当它的速度达到350、380公里每小时的时候,普通的机械阻力是次要的,最主要的是气动阻力,必须要考虑如何降低阻力。

而对于车厢较大、车身和车窗坚固的高铁来讲,乘客被甩出车厢的概率非常之低。因此,在“防撞”安全座椅的保护下,让乘客在碰撞发生后,能够第一时间撤离才是高铁设计者的第一选择。欧洲铁路安全与标准委员会通过大量调查发现,在动车发生重大事故时,乘客被束缚在座椅上受伤的几率更大,主要是因为被安全带束缚在座椅上的乘客,更容易受到车厢结构坍塌所造成的伤害,因为他们无法进行有效躲避。从这一角度看,高铁列车上使用安全带,已经是弊大于利。(星华)



更多科普知识请关注“赛先生的背影”公众订阅号

破除谣言 以示



春节期间,亲朋好友相聚时间多,人们往往忽视了自己的肠胃健康,以致于出现肠胃不适。所以春节过后,养胃就成了首要任务。网上流传着各种养胃知识,但是如果你听信了那些错误的方法,可能会造成不良后果。那么,关于养胃的谣言究竟有哪些呢?让我们一起来了解一下吧。

别让养胃变伤胃

谣言一 少食多餐养胃

北京中医医院脾胃病科副主任医师刘赓表示,医生给予一部分人少食多餐的建议,是针对那些胃肠功能减退的老年人,以及一些特殊人群,比如做过胃肠道手术或胃大部切除的病人,因为他们的胃肠功能下降,需要少食多餐,降低胃肠排空的负担,否则将出现消化不良,甚至更严重的消化疾病。但他同时指出,如果是胃、十二指肠溃疡、急性胃炎、急性肠炎的患者,每天少食多餐,反而会增加胃酸分泌量,对于胃黏膜修复、炎症消退都是不利的;再就是糖尿病患者,基本都是需要定时定量进餐的,这样与药物配合,才能更好地控制血糖。因此少食多餐,需要听从医生针对不同个体的具体建议。在湖北省中医院脾胃病科副主任医师胡运莲看来,人们如果进餐次数太多而且又不定时定量,胃得不到休息更易出现问题。所以,胃不好的人,也要一天三餐,最多四餐,而且要定

时、定量。

谣言二 胃不好要长期喝粥

很多人都认为粥清淡易消化,因此喝粥可以帮胃部减轻一些压力,所以长期喝粥能达到养胃的目的。“粥与其他食物相比较软烂,对胃的刺激性较小,因此胃病病情较重者和胃炎急性期患者喝粥有益处,但长期喝粥就另当别论了。”胡运莲说,粥中的水分较多,会稀释胃液,而且粥常常所占容积大,易导致胃部膨胀,二者都会使胃的消化功能退化或弱化。此外,唾液中含有淀粉酶,能将粮食类食物中的淀粉变成麦芽糖等。除了淀粉酶外,唾液中还有粘蛋白,它可使食物润滑,易于吞咽入胃。但唾液的分泌是需要咀嚼刺激的,如果经常喝粥没有咀嚼动作,会抑制唾液淀粉酶的分泌,不仅使得食物在口腔内消化率降低,增加胃的负担,而且也影响食物在胃、肠的消化吸收。

谣言三 胃不好的人只能吃素

“你胃不好,少吃点肉,肉不好消化,多吃蔬菜。”生活中胃不好的人经常会听到这样的劝诫,但是事实真的如此吗?“并不是所有的肉类都不好消化,肉类好不好消化一是与烹调方法有关,煎炸的就不如煮蒸的容易消化;二是与吃的量多少有关,一次吃的多就不容易消化;三是与肉的种类有关,鸡、鸭、鱼肉就比牛、羊肉易消化。”胡运莲说。而蔬菜也不是所有的都好消化,比如芹菜、韭菜等根茎粗、纤维素多的就不容易消化。而且这些蔬菜纤维比较粗糙,更易磨损胃黏膜,使胃更加不舒服。此外,只吃素食,一方面营养不均衡,另一方面,素食比荤食在胃内留存的时间短、排空快,易使人感到饥饿,从而导致多次进食,打乱了胃的工作规律,反而容易导致胃病或加重胃病等。所以,胃不好的人,宜进食易消化的、较软的食物,而且要荤素搭配、选择适合的烹调方法,吃七八成饱就好。

如何科学养胃

1. 一日三餐最多四餐,进餐时间固定,不能有很大变动。
2. 细嚼慢咽有利于食物在口腔内进行较充足的初级消化,同时减轻胃的负担。
3. 营养均衡,荤素搭配,不迷信任何单个食物的作用。
4. 避免食用刺激性食物,如太辣、太咸、太苦、太酸、太甜、太冷等的食物。
5. 远离烟酒,规律作息。
6. 保持良好的心态和情绪。
7. 选择适合的烹调方法。
8. 每餐只吃八成饱,避免进食过量。(付丽丽)

遗失声明

李昌杰(父亲:李强,母亲:周兰)出生医学证明(编号:H510706587)遗失,特此声明作废。 2019年2月15日

注销公告

成都圣地金方科技有限公司(统一社会信用代码:915101007559586983)经股东大会决定注销,请公司相关债权债务入自本公告见报之日起45日内向公司清算组申报债权,逾期责任自负,特此公告。 2019年2月15日

遗失声明

房屋产权所有人曹原玲(身份证号码:511127197111080049)遗失中华人民共和国房屋所有权证(房屋地址:洪川镇下正街1栋2层2号,证号:旧证00133392),因以上声明不属实发生的一切经济、法律等责任,概由本人负责。 声明人:曹原玲 2019年2月15日