

6 类常见消防产品，你选对了吗？

消防产品是火灾发生后的第一道封锁线，产品质量关系着千家万户的安全。我们不仅要学会操作使用，而且要学会甄别消防产品。以下 6 类常见消防产品，你选对了吗？

灭火器



1. 灭火器的仪表盘：指示针只有在绿色压力范围内才算合格。

2. 厂家钢印和生产日期：灭火器的底圈或颈圈等部分，应有该灭火器的水压试验压力值、出生年份的钢印，钢瓶的使用寿命为十年。

3. 3C 认证编码、消防产品身份信息标志：登录“中国消防产品信息网（<http://www.cccf.com.cn>）”或“消防产品合格评定中心”，输入瓶身上贴有两张认证标志贴纸号码，可以查询信息。

4. 消防合格标签：正面为消防合格标签，背面为出厂合格标签。

应急照明灯



1. 销售方要提供相应的型号认可证书和检验报告，断电后持续发光时间不少于 90 分钟。

2. 灯体上明确标有：①身份标识②充电信号灯③实验开关按钮④合格证⑤出厂日期⑥生产厂家。

3. 灯内所用的电池应明确标注型号、电压、容量等内容。

防烟面罩



1. 防烟面罩（即过滤式消防自救呼吸器）应具有 3C 认证、消防产品身份信息标志检验报告及合格证，一盒一码。

2. 身份信息皆可登录“中国消防产品信息网”消防产品的“真假面目”一查便知！

3. 打开具有刺激性气味的、拨开滤毒罐前面的橡胶塞没有滤烟层或不是波浪状的，肯定是假冒伪劣产品。

逃生缓降器



1. 逃生缓降器应具有强制性认证报告、型号检验报告及合格证。

2. 身份信息皆可登录“中国消防产品信息网”查询。

3. 逃生缓降器外包无破损，并且产品应与报告信息一致。

灭火毯



1. 从外包装鉴别：包装袋正面清

（下转第 78 版）

别让“情绪波动”伤害身体

◎文 / 刘怡然

“生气”或“愤怒”，是比较通俗的说法，医学上通常用“情绪波动”来形容这种状态。

生气最直接危害的就是我们的心血管。当人暴怒时，肾上腺素和去甲肾上腺素分泌增多，血管收缩或冠状动脉痉挛，血液黏稠度增加，因而容易导致心肌缺血、缺氧，引起心绞痛和心肌梗死，甚至会出现心律失常，严重者可导致心脏骤停、引发猝死。经常性情绪波动还会引起一些其他疾病或症状，比如胃肠疾病，当人的情绪长期处在压抑及应激状态下时，会导致交感神经兴奋，导致消化道黏膜组织缺血缺氧，影响消化功能；比如肝脏疾病，肝脏内分布着丰富的交感神经，气恼忧愁会直接导致肝细胞缺血，影响肝细胞的修复和再生。

虽说情绪是人类进化的“必需品”，但我们应该学会用更合理的方法来管理我们的情绪。我们在生气时，总会有各种各样的原因，比如“前面那辆

车开得太慢了”。但是，并不是这些刺激让我们生气，而是我们对于这些原因的感受和理解。比如，同样是遇到前面开车慢的情况，你并不会每次都愤怒，而是依据自己当时的心境来感受。

调节情绪，可以尝试以下办法：

1. 有意识地改变自己的面部表情，比如可以暗示自己多微笑。
2. 转移注意力，将自己的注意力从消极情绪转到其他方面，感到愤怒时，不妨想想让自己高兴的事。
3. 深呼吸，通过平稳的呼气、吸气练习，能够让你波动的情绪慢慢稳定下来。
4. 从生气源头解决，遇事用智慧面对，积极化解，而不是情绪用事。

（摘自：2020年7月27日《羊城晚报》，有修改）

■（编辑 / 黄征）

（上接第77版）

晰标记产品名称、型号规格等相关信息。

2. 从材质鉴别：灭火毯毯面应紧密平整，不应有破损、孔洞、污渍和油渍。毯面边缘应光滑无毛边。

3. 可进行燃烧试验：用打火机对准灭火毯某块区域，持续燃烧10秒，灭火毯没有被点燃，则说明可以起到隔离火焰的作用。

独立式感烟报警器

1. 看外观：假冒的感烟报警器制作粗糙，和真的感



烟报警器对比，分量会有明显区别，假冒产品重量较轻。

2. 扫描身份标识：是否有型式检验报告及3C强制认证证书、防伪“S”签身份证标识。登录“中国消防产品信息网”，查询产品信息是否正确。

3. 初步测试：按下感烟报警器的测试键，观察其能否正常报警。同时，若报警声较弱则为假货，真的感烟报警器要求报警声达到80分贝以上。

（来源：福建消防公众号）

■（编辑 / 黄舒婷）