

你家的空调连轴转了好几天了？

进入末伏，这些空调用法别再弄错了

虽然已入末伏，但我国南方多地仍在与高温酷暑进行着“持久战”。温度不退烧，空调不退场，你家的空调连轴转了好几天了？不过，空调可不像你想象的遥控器一开一关那么简单，有没有一种可能，你还一直在用错误的方式使用空调？

为什么室外温度越高 空调制冷效果反而越差了？

你没看错，空调也是有自己的“脾气”的。严格来说，常规家用空调的工作温度是-5℃至43℃。热泵型空调在冬季，-5℃以下就无法制热了，但电加热型空调问题不大。而当室外温度超过43℃，空调机内的压缩机的温度保护就会启动，空调无法与外界进行热量交换，也就难免会闹“罢工”了。所以，室外机周边切忌有杂物遮挡，在安装的时候，尽量将室外机放置在通风良好、避免直晒的位置。

关于出门扔个垃圾、遛狗、买菜 要不要关空调，我家里吵翻了……

随着经济条件越来越好，很多家庭选购更为节能的变频空调。所谓“变频”，就是加装了变频器的常规空调。变频空调的主机是自动进行无级变速的，它可以根据房间情况自动提供所需的冷(热)量；当室内温度达到期望值后，空调主机则以能够准确保持这一温度的恒定速度运转，实现“不停机运转”，从而保证环境温度的稳定。

如果频繁地开关空调，压缩机启动会耗费大量电能，不仅费电，而且容易造成核心压缩机损坏，减少空调使用寿命。经过研究测试，三四小时内的短时间离开，家用空调可以不用关闭，将制冷调至最小挡位，不仅回家时温度更加适宜，而且用电量与关闭空调重新制冷所需电量相当。因此专业的建议是：空调不要频繁开关，短时离开不必关闭空调。

又想凉爽又想省电 使用空调可别忽视健康问题

很多人一进门就会将空调开到最低温度最大风量，恨不得将室内极速降温；有些智能家居已经可以提前遥控进入制冷模式。

虽然说科技改变生活，但是极大的温差变化会对人体造成一定伤害，特别是频繁的冷热变化或者从高温环境突然进入到低温环境，极易导致血管急剧收缩或扩张，这种“热胀冷缩”的效应会增加心脏负担，影响血液循环，可能引发高血压、心绞痛、中风等心脑血管疾病。频繁的温差变化也会干扰人体的免疫系统，使得身体难以适应外部环境的变化，从而增加感冒、流感等呼吸道疾病的风险。一味地调低温度更会增加空调能耗，长此以往，钱包也受不住啊！

建议大家根据情况选择适合的温度和风量，并避免直吹。夏季空调开26℃是经过多方专家测试论证，在满足大多数人们舒适度和节能环保的角度下提出的相对合理的制冷温度。也可以在睡前设定自动关机、使用遮光窗帘或百叶窗来阻挡阳光直射等，避免不必要的能源浪费。

空调“除湿”更制冷？

今年的强降雨着实频繁，室内更显闷热。很多人开始推荐用“除湿”代替“制冷”，其实这也需要具体问题具体分析。

制冷模式是以空调制冷剂为载体，将热量传递到外部环境，从而使室内温度降低。在制冷过程中，空气中的水蒸气会凝结成水，从而间接降低室内湿度。除湿模式则专注于降低室内湿度，通过制冷过程将空气冷却下来，使其中的水蒸气凝结成为水滴，从而去除室内湿气。

除湿模式不能完全代替制冷模式。不过在潮湿或多雨的天气，还是优先推荐除湿模式。因为同样25℃的环境中，湿度30%和湿度90%的感觉可千差万别！利用除湿模式，将空气中的水汽凝结并排出室外可以大大减低室内的湿度，有效缓解室内闷热的情况。同时要注意要关闭门窗，减少室外水汽的进入。

另外，别忘了及时清洗空调。空调使用过程中会有灰尘、细菌附着，室内机定期清洗滤网和内部可以减少病菌传播，建议夏季使用过程中一两个月清洗一次。室外机因安装方式不一样，故不强求清洗，一般建议两三年清洗一下灰尘，有助于节能，并且应该保证室外机周围不要放置杂物，影响散热。

据科普中国



空调也有适合的工作温度范围，温度过高，就可能导致空调触发保护机制，自动关机。那么，空调为什么会“中暑”呢？又该怎么预防呢？

空调为什么会“中暑”

空调“中暑”，到底发生了什么？

要解释这个问题，就得先简单了解一下空调制冷的原理。

我们都打过针抽过血，消毒的时候酒精棉消个毒，会感觉皮肤上面凉飕飕的，这是因为液体的酒精挥发变成酒精蒸气，这个过程中带走了大量的热。

空调的基本原理与其类似，是靠液态的制冷剂在蒸发器(空调室内机里那些层层叠叠密密匝匝的结构)里气化吸热降温。当然，我们不可能靠一罐一罐往空调蒸发器里灌制冷剂来降温，因此还需要压缩机、冷凝器(这两样通常装在室外机里)，将从蒸发器里出来的气态制冷剂加压、冷却，重新进入蒸发器气化，这样周而复始，制冷剂就循环起来了，房间温度也降下来了。

不过，这个过程并不轻松。

先说说压缩机，空调压缩机工作起来，高压部分压强可达2.2Mpa以

上，也就是约22个标准大气压，而我们平时用的高压锅，压强通常只能达到0.18Mpa，也就是不到2个标准大气压。而且环境温度越高，压缩机工作起来就越费力，为了达到屋里空调的设定温度，运转的时间会更长，也就越费电。

再说说冷凝器，它的作用就是给被压缩机处理后的高压气态的制冷剂降温，让它们重新变回液体。这个过程需要放出大量的热，因此需要一个强力的风扇让空气流过冷凝器来散热。而环境温度高了，散热效率也会下降。

除了制冷剂放热，压缩机、风扇工作的时候，机器本身也会产生热量。如果环境温度过高，散热效果变差，就会导致空调过热，可能造成器件故障、损坏，甚至着火。因此空调都有过热保护装置，如果空调温度过高，就会自动关机，于是，空调“中暑”了。

多少度空调会“中暑”？

那么空调到底多少度会自动关机呢？这个主要取决于环境温度，以及空调本身的性能和状态。按照空调使用的2019版本的国家标准GB/T7725《房间空气调节器》，咱们中国最常见的空调适合的气候类型是T1，这个类型的空调，只要环境温度在43℃以下，都应当能够正常工作。

当然，空调厂家往往会留出一些余量来应对极端情况，因此，就算环境温度超过43℃一点，空调也仍然会坚持工作。好在我国绝大部分地区，夏季最高气温通常都不会超过空调标准的43℃上限，环境温度过高触发热保护导致空调停机并不常见。

至于流传的消息里称室外地面温度60℃，远超空调正常使用范围的说法，则是混淆了概念。

怎么才能给空调“避暑”？

空调开启过热保护，是因为设备温度过高，就算环境温度不很高，只要产热过多或散热不利，仍有可能造成过热。为了避免这种情况，咱们可以做这么几件事：

1. 正确安装
安装空调时，务必考虑散热，在室外机周围留出足够的散热空间。
2. 定期维护
空调需要定期清洗、维护，以保持良好的工作状态。
3. 合理使用

在比较舒适的前提下，夏季我们可以将空调温度设定在26℃至30℃之间，以降低空调的负担，还能节约用电。

最后总结一下，空调确实有过热保护机制，元器件如果温度过高，就会触发保护导致关机。不过气温高只是原因之一，安装不当、维护不周、负担太重，都可能导致空调过热。在这样的炎夏，照顾好你的空调，空调才能照顾好你。

据科普中国