

# 到底哪种被子最保暖舒适？ 记者实验：羽绒被是最佳选择

眼看就到年底了，一年中最冷的时节就要到了，什么被子最暖和？相信是每一个人在冬季都想要知道的问题。市面上各种冬被琳琅满目，纤维被、棉花被、蚕丝被、羊毛被、羽绒被……那么到底哪种被子最暖和呢？为此，记者进行了相关实验，将为市民朋友寻找最暖和、最舒适的被子。



实验被子铺在环境相同的床上



实验现场室温为20.7℃



模拟人体正常体温的水杯



羽绒形态呈朵状

## 实验对象

重量为5斤的棉花被、羊毛被、纤维被、蚕丝被、羽绒被各一条，此时实验空间里温度为20.7℃。

## 实验工具

手持红外线测温仪、37℃的水（模拟人正常体温）

## 实验步骤

步骤1 将棉被折成环形，摆放在环境相同的床上

步骤2 在5个同样大小的玻璃杯内注入相同水量的水（水温为37.3℃）。

步骤3 将水杯分别放入棉被内，静置6小时。

步骤4 用红外线测温仪测量6小时后各个水杯的温度。

## 实验结果

羽绒被内水温 27.9℃（下降9.3℃）

棉被内水温27.6℃（下降9.6℃）

蚕丝被内水温 27.5℃（下降9.7℃）

羊毛被内水温 27.1℃（下降10.1℃）

纤维被内水温 26.9℃（下降10.3℃）

## 实验结论

被子保暖程度 羽绒被>棉被>蚕丝被>羊毛被>纤维被。

## 实验分析

梦雅霏家纺店的工作人员告诉记者，羽绒呈朵状，相对隔离的空间较大，羽绒上有许多分支，分支上又有许多凹槽。因此羽绒相对于其它材料更能锁住温度。睡眠时人体产生的热量和体温调节的功能也降低了。为了尽量防止体内产生的热量流失，购买一床能锁住温度的羽绒被非常有必要。

## 业内人士建议

被子盖厚了固然暖和，却会影响睡眠。一方面，被子太厚会让人有压迫感，无法放松身体，睡眠质量就会下降；另一方面，冬天睡觉一般都不会开窗，室内空气流动相对较小，棉被太厚会造成轻微的缺氧；再则，厚棉被透气性也没那么好，晚上睡暖和了毛孔打开，早晨起床容易受到风寒侵袭。

同时研究发现，被窝温度在32℃-34℃时人最容易入睡。被窝温度低，需要长时间用体温焐热，不仅耗费人体的热能，而且体表经受一段时间的寒冷刺激后，会使大脑皮层兴奋，从而推迟入睡时间，或是造成睡眠不深。所以，睡觉时，要注意被子不能漏风，最好的办法是盖两层薄被，保暖效果更好也更舒适。

对此，从轻薄、保暖、透气等方面综合考虑，羽绒被和羊毛被是最适合的冬被之选。羽绒被轻薄、柔软，吸湿性、透汗性都很好，不会有压迫感，老人、儿童、孕妇都很适宜，对高血压、心脏病患者来说，更是上上之选。羊毛被则吸湿、透气，具有高保温性和良好的弹性，而且不易产生静电，非常适合惧寒、体弱、多汗者。

而近年来非常流行的多孔棉被，虽然手感好，也足够蓬松、保暖，但因为是化纤产品，吸湿性差，不适合易过敏体质的人使用。

## 相关链接：

### 羽绒被——最轻盈的被子

羽绒被的主要填充物是鹅绒和鸭绒两种。两者相比较，鹅绒被要比鸭绒的好一些。其主要质量指标为含绒量。比较适宜患高血压、心脏病、血液循环不良的人及老人、孕妇、儿童等。

优点：保暖性好，并具有良好的吸湿性、透汗性，比较干爽。

### 蚕丝被——最‘绿’的被子

最好的蚕丝被应该就是用100%的桑蚕丝做填充物。因蚕在生长过程中不能碰农药等化学物品，因此蚕丝被是‘绿色’环保的被子。

优点：蚕丝的主要成分是动物蛋白纤维，含十几种氨基酸，对人体有益。

### 羊毛被——最贴身的被子

羊毛被是近年推出的新产品。羊毛纤维具有良好的卷曲特点，因此羊毛的保温性是不容置疑的。而羊毛又具很好的悬垂性，因此贴身性好。

优点：贴身，舒适。

### 纤维被——性价比最高的被子

在所有的被子当中，纤维被应该算是价格最适中的。纤维被可分四孔、七孔、九孔被子等，纤维孔数越多，其保暖性、弹性、透气性也就越好。

但在选购时应注意，并不是一定要选孔数多的纤维被，若冬季室内温度较高，选择四孔被就可以了；若对保暖性有较高的要求，则选择孔多的纤维被。

优点：价格便宜。

# 实验室

新闻热线

87138120

公众号 lifeyk-com

