

气候变化下的 降温指南



由于气候变化,夏季正变得越来越炎热,极端高温天气也更加频繁。无论您居住在独立屋、公寓还是租住的住房,保持家居环境的凉爽与安全比以往任何时候都更为重要。

本指南提供实用建议和资源,帮助您在炎热天气中保持舒适,降低酷暑期间的风险,并选择节能又环保的降温方案。

了解降温策略

被动降温建议

被动降温通过窗户遮阳和通风等策略减少热量进入,无需消耗能源。



窗户遮阳

白天拉上窗帘或百叶窗,尤其是朝阳的窗户。浅色的窗帘或百叶窗可以反射阳光,有助于保持室内凉爽。

- ▶ **东向窗户:**夜间拉上窗帘或百叶窗,以阻挡清晨的阳光。
- ▶ **西向窗户:**在午后及傍晚时分,拉上窗帘或百叶窗,以减少西晒带来的热量。
- ▶ **南向窗户:**白天拉上窗帘或百叶窗,以最大限度减少热量进入室内。



自然通风

在一天中较为凉爽的时候(通常是清晨、晚间和深夜)打开窗户,如条件允许,可同时打开家中两侧的窗户或通风口,促进空气对流。但在空气质量差的情况下,如遭遇山火烟雾或雾霾时,请避免开窗,以防有害污染物进入室内。



隔热与密封

良好的隔热层能减缓热量传递,而密封则可防止热空气进入、冷空气外泄。隔热和防风密封结合使用,可以在不额外消耗能源的情况下,使家里实现冬暖夏凉。

主动降温建议

主动降温依靠热泵或空调(AC)等机械系统来实现。将主动降温与被动降温相结合,可以在降低能源开支的同时提升居家舒适度。



热泵或空调(AC)

- ▶ **温度设置:**卑诗省水电公司(BC Hydro)和NRCan建议将温度设置在25-25.5°C,这样可在节能的同时实现居家降温,具体可根据个人舒适度要求在此基础上上下调整约1-2°C。设定好温度后保持不变,这是最有效率的降温方式。当空调或热泵运行时,请保持门窗关闭。
- ▶ **维护:**定期维护是保持高能效运行的关键。清理通风口灰尘并更换脏污的过滤网,可以使降温设备更高效地运行。



风扇

风扇是保持舒适的好工具——尽管不会降低室内温度,但它通过推动空气流动让人感觉更凉爽。如果与空调一起使用,恒温器温度即使升高几度,风扇仍可以使您保持舒适,从而实现节能。在较凉爽的天气里,可将风扇放在低处的窗户向内吹,以引入凉爽的空气;同时在高处的窗户向外吹,将热空气排出。为了减少能源使用,当您离开房间时应关闭风扇,除非风扇正在用于引入新鲜空气。

要了解更多信息,请访问ENERGYSAVENEWEST.CA或致电 604.515.3818

选购合适降温设备时需考虑的因素

购买降温设备时,可考虑选择中央或分体式热泵,或有ENERGY STAR®认证的空调。
在购买前,有几个关键因素需要考虑:



季节能效比 (SEER或SEER2)

该指标体现制冷效率——数值越高越好。购买热泵时,还需关注供暖季节性能系数 (HSPF或HSPF2),以确保冬季高效供暖。请点击“补贴计划”部分的对应链接,查看符合补贴资格的产品能效要求。



现有供暖输送系统

若家中已有中央强制送风系统(燃气或电力),那么高效中央热泵能提供最节能的供暖和制冷方式。如果您主要使用家中部分区域,则分体式热泵可能更高效、更经济。对于使用电踢脚板暖气、热水踢脚板暖气或地暖系统的住宅,可考虑适用于房间的降温设备或分体式/多联式热泵,以实现全年高效温控。



电力容量

确保电气系统(配电箱和电力服务容量)能承受空调或热泵带来的额外负荷。



风管系统(适用于中央供暖住宅)

确保您的风管系统能够承受增加的气流量,并且密封良好,能实现有效制冷。如果改造风管系统不现实或成本过高,可以考虑使用分体式热泵,以实现针对性的降温。如果您居住在配有集中供暖系统的多单元住宅楼中,小型分体式或多联分体式热泵可能也是一个不错的选择。



设备容量与效率

高效能设备只有在容量匹配时才能发挥最佳效果。请要求承包商进行符合F280-12规范的负荷计算,特别是对于中央制冷系统。



单管与双管空调(便携式空调)

为了获得更佳能效,可考虑双管便携式空调,它能最大限度地减少不必要的空气渗入。单管式空调从室内吸入空气并将其排到室外,从而产生负压,可能会把室外的热空气吸入室内。虽然双管机型通常更贵,但其性能和效率会更好。

补贴计划

便携式空调和热泵设备可申请补贴。
详情请通过以下链接了解。
请注意,补贴计划可能会有所调整。



- [卑诗省水电公司为区域卫生局项目参与者提供免费便携式空调计划](#)
- [卑诗省水电公司公寓和住宅热泵补贴](#)



- [CleanBC节能计划:符合收入条件的公寓和共管公寓住户可享受热泵补贴](#)
- [CleanBC Better Homes单户电力供暖住宅热泵补贴](#)
- [CleanBC节能计划:符合收入条件的单户天然气或丙烷供暖住宅可享受热泵补贴](#)

需要更多支持?

节能新西敏:

☎ 1-604-515-3818

🌐 energysavenewwest.ca/contact-us

极端高温准备:

☎ 1-604-515-3794
(新西敏应急管理办公室)

✉ nwemo@newwestcity.ca

赋能计划(多语言服务):

☎ 604-307-8428

🌐 energysavenewwest.ca/empower-me

在线查看本资料页

