

Những thói quen sử dụng điều hòa 'âm thầm' khiến tiền điện tăng cao

09:44 07/06/2026

Trong những ngày nắng nóng, điều hòa trở thành thiết bị không thể thiếu tại nhiều gia đình. Tuy nhiên, đây cũng là một trong những thiết bị tiêu thụ điện năng nhiều nhất trong nhà. Nếu sử dụng không đúng cách, chi phí tiền điện hàng tháng có thể tăng đáng kể mà người dùng không nhận ra.

Khi nhiệt độ ngoài trời liên tục ở mức cao, điều hòa trở thành thiết bị được sử dụng thường xuyên trong hầu hết các gia đình. Tuy nhiên, đây cũng là một trong những thiết bị tiêu thụ điện năng lớn nhất trong nhà. Theo nhiều chuyên gia năng lượng, điều hòa có thể chiếm từ 30% đến 50% tổng lượng điện tiêu thụ của một hộ gia đình vào mùa hè. Chính vì vậy, chỉ cần thay đổi một vài thói quen sử dụng, người dùng có thể tiết kiệm được một khoản chi phí đáng kể mỗi tháng.



Các chuyên gia khuyến nghị nên duy trì nhiệt độ điều hòa ở mức từ 26 đến 28 độ C để tiết kiệm điện

Một trong những sai lầm phổ biến nhất là cài đặt nhiệt độ quá thấp với suy nghĩ rằng phòng sẽ mát nhanh hơn. Thực tế, khi người dùng đặt mức nhiệt từ 18 đến 22 độ C, máy nén phải hoạt động liên tục với công suất cao để đạt được nhiệt độ mong muốn. Điều này không chỉ làm tăng lượng điện năng tiêu thụ mà còn khiến các bộ phận bên trong thiết bị nhanh xuống cấp hơn.

Các chuyên gia khuyến nghị để tiết kiệm điện nên duy trì nhiệt độ điều hòa ở mức từ 26 đến 28 độ C. Đây được xem là ngưỡng phù hợp để đảm bảo cảm giác dễ chịu cho người sử dụng đồng thời giúp thiết bị vận hành hiệu quả và tiết kiệm điện hơn. Nếu cảm thấy chưa đủ mát, người dùng có thể kết hợp thêm quạt điện để tăng khả năng lưu thông không khí trong phòng.

Một thói quen khác cũng khiến nhiều gia đình tốn điện không cần thiết là liên tục bật rồi tắt điều hòa trong thời gian ngắn. Nhiều người cho rằng việc tắt máy khi ra ngoài vài phút sẽ giúp giảm điện năng tiêu thụ. Tuy nhiên, mỗi lần khởi động lại, điều hòa phải tiêu tốn một lượng điện đáng kể để đưa nhiệt độ phòng về mức cài đặt ban đầu. Việc lặp lại quá trình này nhiều lần trong ngày có thể khiến lượng điện tiêu thụ còn cao hơn so với việc để máy hoạt động ổn định.

Ngoài ra, không ít người thường xuyên điều chỉnh nhiệt độ lên xuống liên tục. Chẳng hạn, khi cảm thấy hơi nóng sẽ giảm nhiệt độ xuống thấp hơn, sau đó lại tăng lên khi thấy quá lạnh. Việc thay đổi cài đặt nhiều lần khiến hệ thống phải liên tục điều chỉnh chế độ vận hành, làm giảm hiệu suất làm mát và khiến thiết bị tiêu thụ nhiều điện năng hơn.

Bảo dưỡng điều hòa không thường xuyên cũng là nguyên nhân khiến hóa đơn tiền điện tăng cao. Sau một thời gian sử dụng, bụi bẩn sẽ tích tụ tại lưới lọc, dàn lạnh và dàn nóng. Khi các bộ phận này bị bám bụi, khả năng trao đổi nhiệt suy giảm, khiến máy phải hoạt động lâu hơn để đạt được nhiệt độ mong muốn. Điều này không chỉ làm tăng mức tiêu thụ điện mà còn ảnh hưởng đến chất lượng không khí trong nhà, tạo điều kiện cho vi khuẩn và nấm mốc phát triển.

Theo khuyến cáo của các đơn vị điện lực, người dùng nên vệ sinh lưới lọc định kỳ từ 2 đến 4 tuần một lần tùy theo tần suất sử dụng. Đồng thời, nên bảo dưỡng tổng thể thiết bị từ 6 tháng đến 1 năm để đảm bảo hiệu quả hoạt động tốt nhất.

Bên cạnh những sai lầm trên, việc không đóng kín cửa khi sử dụng điều hòa cũng là nguyên nhân gây thất thoát hơi lạnh. Khi cửa ra vào hoặc cửa sổ thường xuyên mở, luồng không khí nóng từ bên ngoài sẽ liên tục tràn vào phòng. Điều này buộc điều hòa phải hoạt động mạnh hơn để duy trì nhiệt độ cài đặt, kéo theo lượng điện năng tiêu thụ tăng lên đáng kể.

Để sử dụng điều hòa tiết kiệm và hiệu quả trong mùa nắng nóng, người dân nên hình thành những thói quen đơn giản như duy trì nhiệt độ hợp lý, hạn chế bật tắt liên tục, tránh thay đổi nhiệt độ quá nhiều lần, đóng kín cửa khi sử dụng và thực hiện vệ sinh định kỳ. Những thay đổi nhỏ này không chỉ giúp giảm đáng kể chi phí tiền điện hàng tháng mà còn góp phần kéo dài tuổi thọ của thiết bị, mang lại hiệu quả sử dụng lâu dài cho gia đình.

Minh Khánh