如何用手机为洗衣机或冰箱找平

倾斜的洗衣机会加速磨损，歪斜的冰箱会缩短压缩机寿命。只需一部手机，几分钟内即可解决问题。

作者: Lubor Šimůnek • 发布日期: August 20, 2026 • 生产力
在线版本: https://appstoryo.com/zh-hans/blog/how-to-level-washing-machine-fridge-phone

为什么找平很重要

洗衣机不平时，脱水过程中机器会剧烈晃动，导致轴承磨损、软管接头松动，严重时甚至"走位"扯断进水管。冰箱倾斜则会导致门封条无法紧密贴合，冷气外泄，压缩机需要更频繁运转，使用寿命大幅缩短。

用手机检测倾斜

将手机平放在电器顶部，打开 Bubble Level & Angle Gauge（Android 版同样可用）。切换到圆形水准仪模式，即可同时看到前后与左右两个方向的倾斜量。选择 **mm/m** 单位，与安装手册中的规格直接对应，无需换算。

推荐容差范围

洗衣机目标是 ≤2 mm/m（约 0.11°）。滚筒式洗衣机比波轮式更敏感，因为水平鼓轴会放大任何不平衡。冰箱允许 ≤5 mm/m，许多厂商建议微微向后倾斜，以便柜门自动关闭。

调整支脚

大多数家电都配有螺纹可调支脚。顺时针旋转可抬高该角。先调整前后轴，再处理左右轴。调整支脚时，使用 Bubble Level & Angle Gauge 的锁定功能将读数固定在屏幕上，双手可以自由操作。容差指示器显示 **OK**（合格）、**NEAR**（接近）或 **OUT**（超出）。

防振垫的作用

橡胶防振垫能减少传递到地板的振动，但不能替代正确找平。先找平，若仍有噪音再加防振垫。

该应用完全免费、无广告，是家庭各类找平任务的得力工具。

常见问题

洗衣机需要调到多平才算合格？

大多数厂商规定前后、左右两个方向的最大倾斜约为1度（约2%坡度）。在这个范围内，滚筒轴承磨损均匀，悬挂系统也能吸收甩干时的震动。如果手机显示超出这个范围，请在下次洗衣前调整底脚：即使很小的长期倾斜，在1200转甩干时也会成倍增加轴承负荷。

如果地板本身是斜的怎么办？

调平的是洗衣机，不是地板。将低的一侧底脚旋出，直到手机在两个轴向上都显示OK，然后锁紧防松螺母。如果地板倾斜严重（每米超过约2厘米），请先在洗衣机下垫一块硬板，因为底脚完全旋出后反而会放大晃

动，而不是抑制它。

引用格式: Lubor Šimůnek (2026). 如何用手机为洗衣机或冰箱找平. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/zh-hans/blog/how-to-level-washing-machine-fridge-phone
© 2026 lapnito.cz s.r.o.