



生態健康 托兒

生態健康托兒是俄勒岡環境委員會 (Oregon Environmental Council) 創建的一個全國計劃，以盡可能保證托兒設置健康、安全和綠色環保，減少兒童接觸到有毒物質。



空氣品質 (室內和室外)

惡劣的空氣品質影響健康

空氣品質極大地影響著人們的健康。接觸空氣污染（室內和室外）影響健康的情況可能包括：肺部功能減弱、哮喘、支氣管炎、肺氣腫，甚至一些類型的癌症。兒童因空氣污染特別易受傷害，因為他們的肺部還在發育，並且每磅的體重所吸入的空氣比成人更多。

室內空氣品質

由於普遍缺乏足夠的空氣過濾及通風，室內空氣污染經常是室外空氣污染水準的 2 到 5 倍。灰塵、濕氣和溫度適宜的室溫為黴菌和其他污染物的滋生提供了有利條件，可能觸發人們的過敏反應和哮喘。幸運地是，有許多減少室內和室外環境空氣污染的方式。

10 種改進室內和室外空氣品質的方式：

1. **不要在托兒場所或兒童附近吸煙。** 如果您吸煙，穿一件吸煙服；進入大廈前脫掉。

不要閒置車輛。 釋放的汽車尾氣對健康（特別是對兒童）和環境是十分有害的污染物，而閒置車輛會比行駛的車輛釋放更多污染物。

2. **防止黴菌和長黴。** 修理洩漏，減少多餘的濕氣。透過打開窗戶和使用風扇自然地增加空氣流通。
3. **迅速清洗溢漏。** 地毯上的溢漏要儘快清潔和乾燥，以防止黴菌生長。
4. **禁止使用有氣味的蠟燭和人造空氣清新劑，** 因其含有多種化學製品，包括使氣味芳香的危險溶劑。可使用稀釋過的精油來代替。
5. **使用經 Green Seal (www.greenseal.org) 或 EcoLogo (www.ecologo.org) 認證的可生物分解、毒性最小的清潔產品。** 為什麼？許多清潔產品的成份可能使室內呼吸的空氣不健康，刺激皮膚和眼睛、危害呼吸道，並且危害自然環境。

6. **使用綜合蟲害管理 (IPM) 程式來管理害蟲。** 綜合蟲害管理 (IPM) 是一種高效、不含化學物質、對環境無害的代替殺蟲劑的【管理方式】來控制蟲害，並將對人類、財產和環境帶來的危險性降至最低。
8. **密封所有溶劑、膠粘劑、油漆和美術用品容器**，把它們存貯在一個通氣性好的區域。
9. **使用無毒美術用品。** 確保其經過美國藝術與創作性材料協會 (Art & Creative Materials Institute, Inc.; www.acminet.org) 審批，或使用 AP 或 CP 指定的無毒用品。
10. **去室內不要飼養有皮毛或羽毛的寵物。** 寵物過敏源會引發過敏反應和哮喘。

互聯網上有關空氣品質的資源

- 經第三方認證的可生物分解、含毒性最小的清潔產品：
www.greenseal.org
www.ecologo.org/en
- 學校室內空氣品質工具：
www.epa.gov/iaq/schools
- 托兒設施室內空氣品質問題：
www.azdeq.gov/ceh/download/indoorair.pdf
- 加利福尼亞空氣資源委員會，學校健康 (California Air Resources Board, School Health)：
www.arb.ca.gov/research/health/school/school.htm
- 美國肺臟協會 (American Lung Association)：
www.lungusa.org/site/c.dvLUK9O0E/b.22542/k.CA6A/Home.htm
- 美國國家氣喘教育及防治協會：您的托兒設施對氣喘病的安全性如何？：
www.nhlbi.nih.gov/health/public/lung/asthma/chc_chk.htm
- 綜合蟲害管理：
www.ipm.ucdavis.edu

如需更多資訊

電話：503-222-1963 x119
電子郵件：hesterd@oeconline.org
登陸：www.ecohealthychildcare.org

生態健康托兒

222 NW Davis Street, Suite 309 | Portland, OR 97209-3900
電話: 503-222-1963 x119 傳真: 503-222-1405