



## 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。



## 傢俱與地毯

家庭陳設品中最令人擔憂的有毒物質是甲醛和有毒阻燃劑，因為在傢俱和地毯中通常都含有這些物質。

### 甲醛

甲醛是有刺鼻臭味的易燃、無色的氣體。它對人體來說是一種致癌物質，可引發哮喘、給神經系統、生殖【系統】和肝臟帶來可疑的毒素。壓制的木質傢俱、地板、汽車尾氣、香煙、燒木頭的火爐和某些使用過的油漆、織品和家庭清潔劑都能污染空氣，給人們的健康帶來危害。

### 有毒阻燃劑

有毒阻燃劑（亦稱多溴二苯醚）常用於傢俱海綿、地毯墊襯、窗簾塗層布料和室內裝飾布料、塑膠、電腦、電視、建築材料和電氣用品。通常認為超過 80% 的多溴二苯醚（PBDEs）來自屋內灰塵。多溴二苯醚存在於日常環境中並在生活中積累。接觸多溴二苯醚（PBDEs）可導致的健康問題包括肝臟、甲狀腺和神經發育系統中毒。

### 減少接觸甲醛和多溴二苯醚（PBDEs）的技巧：

1. 勿將整塊地板都鋪滿地毯。
2. 限制使用包含脲醛樹脂（UF）膠粘劑製造的壓制木質品；而應選擇實木傢俱。

3. 不要讓海綿暴露在外（包括傢俱、玩具，例如毛絨玩具）。
4. 保持室內潔淨。
5. 經常使用高效空氣微粒（HEPA）濾心吸塵器吸塵。
6. 清洗時通風。
7. 進屋前脫掉鞋子。
8. 用可生物分解的清洗劑清洗地毯。
9. 選擇自然耐火、含少量化學物質的天然纖維地板鋪裝（棉、麻和毛）。
10. 因為多溴二苯醚（PBDEs）通常存在於動物脂肪中，所以最好選擇低脂肪的肉、魚和乳製品。

### 逐步淘汰了使用甲醛和聚二苯醚（PBDEs）的公司：

- **成人和兒童臥具、床墊及嬰兒用品。**愉快行星 (A Happy Planet)、夢軟床具 (Dream Soft Bedware)、大地緣由 (Earthsake)、生態嬰兒 (Ecobaby)、歐洲床業 (European Sleepworks)、甜泡沫 (Foam Sweet Foam)、物種 (Lifekind)、McRoskey、天然睡眠系統 (Natura Sleep Systems)、天然極光床墊 (Natural Aurora Mattress)、涅槃安全避風港 (Nirvana Safe Haven)、北部自然 (Northern Naturals)、騰飛的心 (Soaring Heart)、有機極樂內裝彈簧床墊 (Organic Bliss Innerspring Mattress)、有機床墊 (The Organic Mattress) 及有機美國穿戴 (Organic Wear USA)。

- **地毯襯墊**。選擇天然纖維（棉花、大麻和羊毛）地毯襯墊。
- **手機**。LG電子、摩托羅拉 (Motorola)、諾基亞 (Nokia)、松下 (Panasonic)、三星 (Samsung)、索尼愛立信 (Sony-Ericsson)。
- **電子**。蘋果 (Apple)、佳能 (Canon)、戴爾 (Dell)、愛立信 (Ericsson)、惠普顯示器 (HP Monitors)、IBM、英代爾 (Intel)、索尼 (Sony) 和東芝 (Toshiba)。
- **傢俱**。宜家 (Ikea)、豆制產品 (Bean Products)、伯克利米爾斯 (Berkeley Mills)、傢俱和綠色生活 (Furniture & Greener Lifestyles)。
- **蒲團床墊**。豐富地球 (Abundant Earth)、有機棉選擇 (Organic Cotton Alternatives) 及 Tonkatinkers Kreations。
- **木頭**。哥倫比亞林產品 (Columbia Forest Products)、地球資源林產品及 Plyboo (Earthsources Forest Products & Plyboo)。

#### 綠色清潔產品：

請登陸 EcoLogo 的網站 [www.ecologo.org](http://www.ecologo.org) 或 Green Seal 的網站 [www.greenseal.org](http://www.greenseal.org) 查詢經認證的可生物分解和有利於環境健康的清潔產品。

#### 清潔傢俱和地毯的訣竅：

##### 木制用品清洗劑

- ¼ 杯白醋
- ¼ 杯水
- ½ 茶匙液體肥皂
- 幾滴橄欖油

在碗裡將各成份混合，將海綿浸透在混合劑中，擠出多餘的液體，然後清洗木制用品表面。醋會揮發。

##### 地毯斑點去汙劑

立即用水擦洗汙漬。撒上小蘇打、太白粉或硼砂，並晾乾。用蘇打水洗滌並吸塵。

#### 互聯網上有關傢俱和地毯的資源

- 甲醛：  
[www.checcnet.org/HealthHouse/chemicals/chemicals-detail.asp?Main\\_ID=346](http://www.checcnet.org/HealthHouse/chemicals/chemicals-detail.asp?Main_ID=346)
- 多溴二苯醚 (Polybrominated diphenylethers: PBDE)：  
[www.epa.gov/oppt/pbde/](http://www.epa.gov/oppt/pbde/)
- 不含多溴二苯醚的製造商和產品名單：  
[www.ewg.org/pbdefree](http://www.ewg.org/pbdefree)
- 智慧購物者的多溴二苯醚卡片：  
[www.thegreenguide.com/gg/pdf/pbdessc.pdf](http://www.thegreenguide.com/gg/pdf/pbdessc.pdf)
- 選擇更加安全的產品：  
[www.watoxics.org/safer-products/choosing-safer-products-furniture](http://www.watoxics.org/safer-products/choosing-safer-products-furniture)

#### 如需更多資訊

電話：503-222-1963 x119  
電子郵件：hesterd@oeconline.org  
登陸：[www.ecohealthychildcare.org](http://www.ecohealthychildcare.org)