



绿色清洁

许多清洁剂含有化学物质，例如漂白剂和氨水。这些化学物质还会沉淀在灰尘中，刺激您的眼睛和肺部。

许多清洁剂还会含有香氛，可能会给您带来不良健康影响。

1

您可以自己制作家用清洁剂，既省钱又可以避免接触不必要的化学物质。

例如：将少量白醋与水混合，可以用来清洁台面和窗户。



2

勤洗手。培养孩子生活的好习惯，保持手部的卫生。

3 控制虫害的方法：

- 使用诱饵和凝胶杀虫剂代替喷雾剂。
- 堵住洞口并修复裂缝。
- 将食物放在密封的容器中。
- 每晚清倒垃圾箱。



4 用湿抹布或拖布除尘清洁，避免尘土再次飞扬。

5 学会阅读清洁产品上的标签以避免有害的化学成分。

禁忌：

清洁剂标签上标有强腐蚀性或强碱性。

这类产品会引起健康问题，且存放于孩子周围是不安全的。

选择：

- 无氯产品
- 标有 Free & Clear 的清洁剂
- 标有 No-VOC 或 Low-VOC 的清洁剂



healthy
home

healthy
child

www.ccceh.org



COLUMBIA CENTER
FOR CHILDREN'S
ENVIRONMENTAL
HEALTH

MAILMAN SCHOOL OF PUBLIC HEALTH
COLUMBIA UNIVERSITY

