

保護孩子

在家中

幸福的家

為您的家人打造更安全、更健康的家

健康的房子

家中的有害物品如何影響孩子



兒童在家中最容易受到危害，相對於他們的體型來說，孩子成長中的身體比成人需要更多的空氣和水來適應他們的體型。與成人相比，兒童在地板上花費的時間也更多，將更多的東西放入口中。**通過定期除塵、濕拖和吸塵來保持地板清潔。另外，記得把鞋子放在門口。**



化妝品和個人護理產品是導致6歲以下兒童中毒最常見的物質。**將清潔產品、個人護理產品和殺蟲劑移至兒童夠不到的帶鎖櫃子，有助於預防中毒。**



家中的空氣和灰塵會對您的健康產生重大影響。在華盛頓，大約有 129,300名18歲以下的兒童患有哮喘。室內空氣中的黴菌、花粉、一些化學物質和其他小顆粒可引發哮喘發作。**為了改善您的室內空氣質量，在天氣和安全允許的情況下打開窗戶。**



清潔劑、家具和建築材料等家用產品中的化學物質會進入您家中的空氣和灰塵。這些化學物質可能會損害您孩子的成長和發育。**選擇帶有 EPA Safer Choice 產品標籤的更安全的清潔產品。**



孕婦、可能懷孕的人和哺乳的父母也應該小心可能損害嬰兒健康和大腦發育的化學物質。**例如，從塑料食品儲存容器改用玻璃、陶瓷或不銹鋼食品儲存容器可以減少化學物質釋放到食物中。**

幸運的是，您可以讓您的家成為一個更安全的地方，供您的孩子探索和全家享受。

要了解有關如何讓您的家更安全、更健康的更多信息，請致電或訪問：

- ▶ 華盛頓健康署 (DOH) : 1-877-485-7316 (多語言) 或 doh.wa.gov/healthyhomes
- ▶ 華盛頓毒物中心: 1-800-222-1222
- ▶ 綠色和健康家庭倡議: greenandhealthyhomes.org
- ▶ 關於房主-租戶問題的西北司法項目: 1-877-211-9274
- ▶ Safer Choice認證的產品: epa.gov/saferchoice
- ▶ SafeKids.org 瀏覽關於兒童安全的提示

如果要需要其它格式的此文件，請撥打800-525-0127。耳聾或聽力有困難的人群，請撥打711（華盛頓中繼服務）或者發送電子郵件到civil.rights@doh.wa.gov。



保持

你的家中：

維護良好

在小问题变成大问题之前解决：

- ▶ 了解如何在家庭维修期间保持安全。
- ▶ 修复剥落和碎裂的油漆，以减少您接触油漆和灰尘中的铅。
- ▶ 向您的医疗保健提供者瞭解孩子接受鉛測試的事情。
- ▶ 测试您家中的氡气，这是一种自然产生的危险气体。在当地的五金店可以找到相關工具包。
- ▶ 如果您家裏有私人水井，请每年对其进行砷和硝酸盐等化学物质的检测。

乾燥

为防止霉菌、木材腐烂和害虫：

- ▶ 修复漏水问题。
- ▶ 清理并擦干水渍区域。
- ▶ 在厨房和浴室使用排气扇。
- ▶ 在您花费大部分时间的房间内使用除湿机或带有高效分子空氣過濾網（HEPA）的空气净化器。

無污染物

减少可能危害健康、生长和发育的化学物品：

- ▶ 将清洁产品和杀虫剂移至儿童接触不到的带锁柜子中。
- ▶ 选择带有EPA Safer Choice 产品标签的更安全的清洁产品。
- ▶ 检查家具和儿童产品上的标签，确保它们不含阻燃剂。
- ▶ 致电您所在城市的固体废物管理部门，了解如何处理家庭有害废物，如清洁剂、油漆和电池。
- ▶ 改用玻璃、陶瓷或不锈钢食品储存容器。塑料製品会将化学物质释放到您的食物中。

維護良好



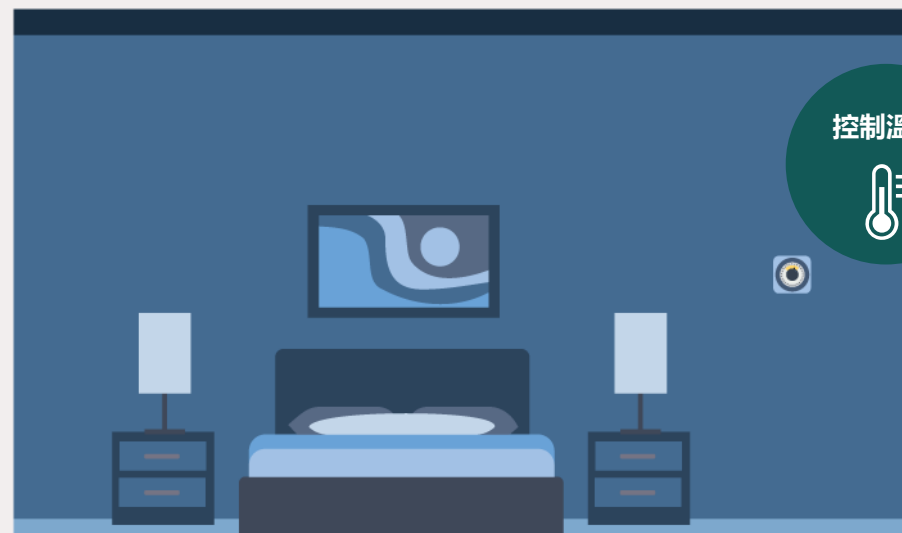
無蟲害



乾燥



控制溫度



水井通風良好



無污染物



安全



清潔



无论您住在单户住宅、公寓、移动房屋还是任何其他类型的住房中，都请遵循这些提示，让您的家对您的家人来说更安全、更健康。

無蟲害

为了摆脱可能引发过敏反应和携带疾病的蟑螂和老鼠：

- ▶ 密封裂缝和孔洞。
- ▶ 将食物存放在密封容器中。

控制溫度

调节温度和湿度并减少暴露于极热和极冷的环境：

- ▶ 定期检查供热和冷却系统。
- ▶ 向您所在城市的公用事业供应商查询關於节能方法和信息。

水井通風良好

为了减少可能污染家中空气的化学物质（可能比外面的空气污染更严重）：

- ▶ 在天气和安全允许的情况下打开窗户。
- ▶ 让您的家和汽车成爲无烟空间。
- ▶ 用更清洁的燃气、颗粒或 EPA 认证的炉灶替换旧的燃木炉灶。

安全

为降低受伤风险：

- ▶ 在楼梯的顶部和底部安装安全门，并在窗户上安装防护装置以防止跌落。
- ▶ 在您家的每一层都安装一氧化碳探测器和烟雾报警器。

清潔

去除室内灰尘中的化学物质：

- ▶ 把鞋子放在门口。
- ▶ 定期除尘、湿拖地和吸尘。使用带有高效分子空氣過濾網（HEPA）的吸尘器。
- ▶ 饭前和户外玩耍后洗手。