

家庭環保

DIY

②

周萬國



(接上期)

三、電器

市面上許多電器的安全性最值得懷疑的，也是不必要的，使用時很可能會產生的微波、電磁波外洩，對人體健康有害。在選購前，你可以考慮以下方面：

- (一) 這些電器會不會產生有害的物質？例如：微波、電磁波、一氧化碳。
- (二) 這些電器使用機會大嗎？許多家電使用起來並不方便，或只適合某種用途，或只適合廚師或專業使用。
- (三) 是否可以用其他用具代替？例如：烤麵包機（可以小烤箱代替）、乾衣機耗電又傷害布

料，不如以陽光自然曬乾，又具有消毒的功用。

- (四) 容易清洗保管嗎？避免藏污納垢，發霉。

(五) 是否很耗費能源？如電熱器（依台灣的天氣，只要買除濕機降低濕度即可，既可除濕，又使我們不會覺得太冷。）

- (六) 是否符合環保？例如：免洗餐具、塑膠器皿都會造成環境上的損害，且在熱時使用中又會滲出有毒化學物質。

如果一定要買，想好了再添購。在購買了這些電器後，請你根據說明書的使用注意事項操作，並將他放置在適當的地方。

參、清潔劑環保DIY

為了保持家中的整潔，難免要使用一些清潔劑，但最環保的清潔劑應該是「水」然而有些頑強的污垢很難用水清洗乾淨，隨著科技的發達，於是生產了許多不同名稱，特定用途的清潔劑，但也產生了更大的環保問題。

●合成清潔劑是環境問題的殺手之一：市面上所售的清潔劑，包括洗頭、洗碗、洗浴劑：除了肥皂以外，幾乎全部都是合成清潔劑，主要成分是由烷基苯硫酸鈉（SBS）合成，再加上大量的廣告和精美的包裝。這種產品在大自然中不易被分解，會污染土地、河流。不僅如此，他很難用水完全清除，還會經由皮膚滲透到體內，用他來洗滌食物或容器還會殘留在容器上面，不知不覺的吃進入體內，影響身體健康。

●合成清潔劑的中毒：合成清潔劑中的毒性物質中毒，大都是誤用或使用不當所引起的，例如：沒有戴手套，或接觸皮膚、五官，吸入蒸發、噴霧的清潔劑，經由清洗時的殘留物或誤食。如果誤食那就得趕快喝大量的水催吐，並趕緊送醫。

●清除污垢是老方法較好：那我們要怎麼清洗污垢呢？老一輩的長者們常常使用一些天然的原料，加上適當的工具（刷子、絲瓜莖）就能清

潔溜溜了，例如：淘米水或煮麵的水、茶籽渣、肥皂、鹽都是很好的去油垢劑。至於蔬菜水果用水洗就夠了，水洗不掉的農藥殘留物，清潔劑也一樣洗不掉，反而會再增加清潔劑的殘毒，危害健康。如果你一定要用合成清潔劑，要記得：一定要妥善放置，使用時戴上手套，避免吸入，並且用大量清水去除殘留物質。

●拒絕噴霧式的容器：許多清潔劑為了方便使用，都採用噴霧式的容器。噴霧式的容器是利用二氯二氟甲烷（CFC）在噴出時揮發產生壓力的原理製造而成的，這種物質不但是破壞環境最大的殺手，而且對呼吸系統、眼睛有害。使用保管不慎，容易引起爆炸（注意瓶上的警告標語）。以環保的觀點看，噴霧式的容器容量小、價格高，不可以回收使用，應該拒絕使用。如果一定要用，那請改用普通氣壓式的噴水瓶。

●清潔用品DIY：為了解決家中的清潔問題，我們應該怎麼做呢？以下介紹幾種環保的清潔材料，具安全性，這些材料大多是市面上可以買得到的，只要稍加調配，就能達到清潔的效果。

鹽

白醋

檸檬汁

小蘇打粉（碳酸鈉）

液體肥皂：用兩杯肥皂絲，加一加侖的水

小火熬開，冷卻後即成。

其他：許多傳統的採自大自然的材料，可向長輩請教他們的經驗。

一、多用途清潔劑（含阿摩尼亞）

對付家中的頑強油膩、污垢，阿摩尼亞是非常有效的藥劑，可是他會傷及皮膚，他揮發出來的氣體會傷害呼吸系統、眼睛。

替代品DIY：

液體肥皂：茶匙加溫水一公升擦拭（要除油性，可加白醋或檸檬汁）。太髒的地方可用菜瓜布沾洗刷，亦可放進噴霧器內噴射，等過些時候再清洗，污垢就很容易清除。

二、家具及地板亮光劑

一般市售家具及地板亮光劑，含有酚、硝基苯、石油提煉物，這些化學物質會經由皮膚吸收或揮發出有毒氣體，傷害皮膚、內臟及中樞神經。

替代品DIY：

（一）純礦物油：亮光劑裡的活性成分大多是純礦物油，你可以在藥房裡買到，如果想要有香味，可以加入一匙檸檬油即可。

（二）橄欖油、白醋：以1:1混合。

（三）橄欖油（或蔬菜油）、檸檬汁2:1混合。

（四）橄欖油加一點太白粉是擦拭皮革或家具很好的亮光劑。不要擔心這些天然亮光劑會留下味道或發酸發臭，味道很快就會消失。

三、水管清潔劑（俗稱通樂）

當你發現排水速度較正常慢時，就應採取行動清理，等到水管不通時再清，就較麻煩了。市售的水管清潔劑主要成分是鹼液，對皮膚腐蝕性強，使用時可能會和其他物質結合，產生有毒氣體。

替代品DIY：

（一）用通水管軟鐵條（市面有售）通水管，安全又經濟。

（二）將一杯蘇打粉加白醋半杯倒到水管裡，密封一分鐘，這兩種物質會產生一種壓力，可以除掉水管中的堵塞物，然後再用熱水沖洗水管。

（三）將一杯鹽加一杯蘇打粉，倒到水管裡，然後再用熱水沖洗水管。

（四）如果以上的辦法都試過無效，那請你找水電行來修理，以免堵塞物日益擴大，因為市售的水管清潔劑也同樣無法解決問題。

四、金屬清潔劑

含有石油提煉物，會傷及皮膚，散發令人不

舒服的氣味。

替代品DIY：

用以下材料調製，用布沾上，擦在金屬表面上，等五分鐘再擦拭，最後再用水清洗即可。

(一) 檸檬汁加小蘇打擦拭。

(二) 白醋加鹽擦拭。

(三) 如果要讓金屬表面看起來更光亮持久，可以在金屬表面擦上橄欖油。

五、殺菌消毒劑

殺菌消毒劑含有一些揮發性的化學物質，吸入過多會傷害呼吸系統、內臟、中樞神經。其實只要不是很髒，根本就不必用殺菌消毒劑，因為在大自然間，細菌常維持在一個平衡的狀態，既使你消毒過了，很快的又恢復到原來的狀態。

替代品DIY：

如果你想消滅會引起疾病的病毒，只要將要消毒的東西放入水中煮沸即可。面積較大的地方，可以用液體肥皂加熱水沖洗。

六、地毯沙發清潔劑

含有四氯乙炔、茶、乙醇、合成清潔劑，不小心吸入會傷害呼吸系統、眼睛、內臟、中樞神經。

替代品DIY：

(一) 通常沾上污物時，只要立刻用清水處理就可以（或是用白醋擦洗亦可）。

(二) 在乾的地毯沙發上，灑上小蘇打粉，經過十五分鐘後（更久效果更好），再用吸塵器吸乾淨即可，並且可以去除異味呢。

七、洗碗精

大部分是用合成清潔劑加香料製成，洗完後會留下一層很薄的膜殘留在上面，很難清除殘留物，會隨著食物進入人體，對人體是有害的。

替代品DIY：

(一) 洗米水（煮麵水）。

(二) 直接用麵粉、太白粉沾洗。

(三) 液體肥皂。

八、磨砂去污粉（砂粉）

可能含合成清潔劑、酚、甲醛、苯、氯、滑石粉（可能混有石綿），會傷害呼吸系統、眼睛、內臟、中樞神經。

替代品DIY：

(一) 菜瓜布沾小蘇打粉擦拭。

(二) 菜瓜布沾鹼塊（對油污特別有效）擦拭。

(三) 菜瓜布沾白醋加水（續下期）