|  |  |
| --- | --- |
| **佩華：** | 媽媽，我們 回來了。 |
| **珊珊：** | 舅母，你好呀。 |
| **舅母** | 珊珊，你不用害羞，當這裡是自己的家就行了。 |
| **珊珊:** | 謝謝你，舅母，這兩天辛苦你們了。 |
| **舅母：** | 你別客氣，我們答應了你爸爸媽媽好好照顧你。 |
| **佩華：** | 是呀，你知不知道，我最初聽媽媽說姑丈姑媽出國公幹，  說你要來我們家住幾天，我也不知道多開心。別說那麼多了，  快點開餐。 |
| **舅母：** | 是呀，珊珊，你先去洗手。佩華，你進來幫我。 |
| **舅父：** | 珊珊，你來了。 |
| **珊珊：** | 是呀，舅父，你好。 |
| **舅父:** | 佩華，媽媽呢？ |
| **珊珊：** | 媽媽在廚房煮飯。 |
| **舅父：** | 這樣嗎？今晚菜式這麼豐盛，看來我有口福了。 |
| **佩華：** | 不是做給你吃的，今晚主角是珊珊。 |
| **舅父：** | 好，那我先換衣服。 |
| **珊珊：** | 表姐，平時媽媽在家煮菜的時候都會弄得整個屋子都是油煙味，  但這裡不僅沒有油煙味，空氣還很清新。 |
| **佩華：** | 你也發覺吧，因為媽媽平時煮菜一定會開抽氣扇和開抽油煙機，  所以我家的空氣這麼清新不是沒有道理的。其實不僅如此，  每次你舅父放假的時候，我都要他幫我洗抽氣扇、抽油煙機和  冷氣機隔塵網，確保家中的通風系統運作正常。這些事情是  不可以拖延的，也不可以說是辛苦或是累而不做。 |
| **珊珊：** | 那你們家真的很注重室內空氣質素。 |
| **舅母：** | 是的，我們每天除了上班、上學之外，大部分時間都在家中，  所以一定要保持良好的室內空氣質素。這樣家人都會住得健康  一點，睡眠質素也會好一點，也會減低患上呼吸道疾病的風險。  其實除了要定期清潔家中的基本步驟外，我們家中從來都不會  採用噴霧式化學清潔劑或殺蟲劑。 |
| **珊珊：** | 我知道了，因為不少殺蟲劑、煙霧彈、噴發膠或者黏合劑等等  的產品都會釋放出揮發性有機化合物，即是VOCs。這些有機  化合物可以在室溫下揮發，會污染室內的空氣。而且高濃度的  VOCs甚至可以引致眼睛、鼻腔和喉嚨不舒服，還有頭痛。  揮發性有機化合物在室外更加會和氮氧化合物產生化學反應，  形成臭氧和微粒，這些就是導致煙霧問題的主要原因之一。 |
| **佩華：** | 但其實很多家庭平時都用這些產品，都不會留意那麼多，那豈  不是很難預防污染物？ |
| **舅母：** | 其實也不是。政府近年已經積極加強對揮發性有機化合物的規管。  在早幾年前，政府已經訂立了《空氣污染管制（揮發性有機化  合物）規例》，管制了建築漆料和塗料、印物和一些消費品，  例如空氣清新劑、噴發膠、潤滑劑、除蟲劑和驅蟲劑等所排放  的揮發性有機化合物的含量。而生產商和進口商要確保產品  合乎標準，也要每年提交銷售報告。在規例實施後，已經大量  減少揮發性有機化合物的排放。 |
| **佩華：** | 當然啦，我們生活上也可以選用一些低VOC或者不含VOC  的產品。現在一些油漆和黏合劑等等的裝修物料都已經在包裝  和容器上顯示了產品的資料。而且我們平日生活也可以儘量  減少購買這些包裝的產品，因為印刷包裝物料的時候都會釋放出  揮發性有機化合物。 |
| **珊珊：** | 嗯，原來如此，那我會多留意一點。我下個月家裡要重新油油，  我要提醒爸爸媽媽要選擇沒有VOCs的漆料先得。 |
| **舅父:** | 這樣就對了。珊珊，我們全家一向對家居環境都很嚴謹。  坐下再說吧。 |
| **舅母：** | 其實不單是VOCs，我們經常接觸的室內空氣污染物都包括  二手煙。二手煙由香煙、煙斗或雪茄釋放出來的一種混合煙霧，  可散發超過四千種氣體和粒子物質，當中有不少是致癌物質，  會刺激呼吸系統，甚至引起肺癌和其他心血管疾病等等。  所以我們家絕對不准吸煙。 |
| **舅父：** | 我從來沒有在家中吸煙，而且我已經戒了。 |
| **佩華：** | 對，我記得當年政府實施全面室內禁煙，爸爸你也掙扎了很久，  不過最後你也把吸煙這個壞習慣戒掉了。 |
| **舅父：** | 對，條例實施後，我公司和樓下的食肆都全面禁煙，  而且煙價上漲了很多，就下決心戒掉了。現在發覺不吸煙，  身體比以前更健康，做運動也不覺得氣促，而且還沒有咳嗽。 |
| **舅母：** | 好了，飯菜都涼了，食完飯再談吧。 |
| **舅母：** | 來吧，食點水果。今天買的水果很新鮮，多吃點，對身體有益。 |
| **舅父:** | 對了，佩華，你剛剛升上大專，對新學校的環境，你們習慣嗎？ |
| **佩華:** | 都算習慣，不過功課量比以前多了一點，不過我都很喜歡大專  的校園環境。 |
| **珊珊：** | 大專的校園是不是比中學大很多？我想聽，還有你們學校有  沒有特別的設施？ |
| **佩華：** | 都是圖書館和課室之類，不過我很欣賞校園的設計和規劃，  在各方面都以提供優質學習環境為目標。 |
| **珊珊：** | 優質學習環境？怎樣才算優質？ |
| **佩華：** | 其實我們學校在建築設計的時候，已經考慮了很多環境  因素，配合了校園的環境和需要，安裝了相關的設備。例如  我們校舍是裝有機械通風和空調系統，即是MVAC。MVAC  是指為設有空調的空間提供暖氣、冷氣、濕度控制、通風或者  空氣淨化程式的處理系統，是有別於一般的視窗式冷氣機和  分體式冷氣機。它可以在清潔空氣的地方集中吸取新鮮空氣，  再將空氣輸送到校舍各個地方，也同時可以過濾和淨化空氣，  調節室內的溫度和濕度。 |
| **舅母:** | MVAC？不是那類中央處理的空調系統。我聽說有些生物性  污染物可以由這一類的空調系統傳播出來。 |
| **佩華：** | 這個我也有聽過。在一些設有MVAC的樓宇裡，通常通風系統  裡積存的水分很有可能會成為有害細菌的滋生地，例如黴菌和  結核幹菌。這些有害的細菌會透過通風系統散播到室內，會影響  我們的健康。舉個例子，好像那些不是經常清洗的冷卻水塔，  就可能會出現退伍軍人菌。這些病菌會感染呼吸道，嚴重的話  甚至會導致肺炎和死亡。不過，幸好我們學校的通風系統都是  定期清洗的。 |
| **舅母:** | 真的要多點留意。香港的氣溫和相對濕度都很高，不單止有利  細菌的滋生，也加快了真菌的繁殖速度。如果樓宇防水措施  做得不好，雨水可以滲入牆壁，又或者室內地氈浸水損壞等等，  很容易被真菌大量繁殖。大部分的真菌都可以令人體產生過敏  或氣喘反應，甚至會產生揮發性有機化合物，令室內有明顯的  發黴氣味。先說明，我也接受不到家中有黴味。 |
| **佩華：** | 幸好我家和學校一樣乾淨，絕對沒有黴味。 |
| **舅母:** | 課室通風良好是很重要的。你們上課時一大羣同學坐在一起，  如果課室通風不好，有同學病，流感病毒和其他過濾性病毒就有  可能很快傳播和感染到其他同學。所以在任何時間都一定要保持  良好的室內通風。 |
| **舅父:** | 如果要長期開著空調系統，那你學校不是會消耗很多能源嗎？ |
| **佩華：** | 也是的，不過我們學校附近就有很多住宅，不近馬路的，所以  我們經常都會開窗，讓風流進來。通常都是潮濕多雨的日子，  我們才會開空調系統。 |
| **舅父:** | 原來如此。 |
| **佩華：** | 而且我們學校的設計還有很多改善空氣質素的措施。譬如學校  的桌椅和裝修物料都採用了低甲醛的材料。你們都聽過，甲醛  是一種無色而且刺鼻的氣體，來自一些壓制木產板或纖維板等等。  甲醛可以刺激眼睛、鼻子和喉嚨，而且國際研究癌病組織已經將  甲醛分類為對人類致癌的物質！不過幸好我們學校新裝修的課室  都保持良好的通風，保障了我們學生的健康。 |
| **舅母：** | 對了，其實現在市面上都有越來越多環保建築材料，只要我們  細心選擇，一定有助改善室內空氣質素。舉個例子，氡氣是其中  一樣常見的室內污染物，而選用適當的建築材料就可以減少  氡氣的產生。 |
| **珊珊：** | 除了甲醛之外，氡氣又是什麼來的？ |
| **舅母：** | 氡氣是從泥土、岩石、花崗岩和建築材料排放出來的放射氣體。  氡氣在衰變過程中會釋放放射性微粒，這些放射性微粒會積聚在  人體肺部，影響健康，甚至會增加患肺癌的機會。如果要改善  室內空氣質素，必須要對相關的問題作出全面的考慮，同時，  應從建築前選址、建築物設計、建築物料的選擇、室內通風的  設計以至將來家俬的選擇都應一一注意。這樣室內空氣質素自然  會好些，住在裡面的人都會健康些。 |
| **佩華：** | 不如我們在室內加多些綠色的植物，不單可以賞心悅目，  還可以改善室內空氣質素。 |
| **珊珊：** | 但是否所有室內植物都對室內空氣有好處呢？我有花粉敏感。 |
| **佩華：** | 我沒有想到這個問題，看來植物對室內空氣質素的影響似乎  是一門大學問。 |
| **舅母：** | 其實在這幾年來，無論建築設計或生活習慣都離不開可持續性  發展的概念。可持續發展是指我們在滿足生活需要的同時，  減少污染和浪費，並且不能夠損耗子孫後代的利益和福祉。  我們在保持良好的室內空氣質素的同時，必須要注意能源的  使用量，減少對機械性通風設備的依賴。你剛才提到打開窗戶  這個習慣，其實都是支持環保的行動。 |
| **珊珊：** | 我明白了，我會注意多一點。回到家我都會叫爹地媽咪多點  注意室內空氣質素。 |
| **舅母：** | 好了，你們說了這麼久，爸爸你又怎樣？上次你說過公司維修  空調系統，搞了大半天，是嗎？ |
| **舅父：** | 對，說起來，最近我們公司也參與了由香港政府推行的辦公室  及公眾場所室內空氣質素檢定計劃。 |
| **珊珊：** | 舅父，是什麼來的？ |
| **舅父：** | 其實這個計畫是環保署推出的，目的就是為了改善室內  空氣的質素和加強公眾對這方面的關注。檢定計劃是自願性參與  的。辦公室和一些公眾場所，例如商場、健身中心都可以聘請  一些檢定人員對室內的通風系統給予意見，並且抽取空氣裡面  的樣本化驗。如果達到標準的話，就可以將檢定的證書向環保署  室內空氣質素資訊中心註冊。我們公司現在已經取得良好級的  室內空氣質素指標，我們現在的目標就是向卓越級邁進。 |
| **珊珊：** | 好像很厲害。 |
|  | 其實我們自從參與了這個計畫之後，公司定期都會有專員  到場檢測空氣的質素。每次檢測之後，我們都會因應他們的報告  作出相應的調整和改善。例如我們會為機械通風和空調系統制定  清洗和維修保養的計畫，還有會為那些容易產生污染物的辦公室  設備，例如影印機、印表機、傳真機等安裝獨立的通風裝置，  確保通風系統運作正常。 |
| **佩華：** | 其實政府這個室內空氣質素檢定計劃的成效是怎樣的？室內空氣  質素有沒有改善到？ |
| **舅父：** | 哈哈，這個留給你自己去考慮和判斷。但我知道越來越多私營  機構和公眾場所都關注室內空氣質素，始終這些是關乎到使用者  的健康，而良好的空氣質素也可以使到員工的工作更有效率。  聽說在商場和辦公室已經有一些物業管理公司傾向選用一些  環保的維修材料，藉此改善室內空氣的質素。 |
| **舅母：** | 其實要改善室內空氣質素，推動可持續發展，必須要整個社會  各方面合作，這樣才能成功。而歸根究底，都是要從我們個人  生活做起。你們平時應該多注意生活的細節，拒絕使用含有  污染物的產品，必要時才開冷氣，還要注意定期清潔家居，  減少室內的細菌和塵蟎。這樣我們不單止有個清潔衛生的家，  室內空氣也會清新一點。 |
| **佩華：** | 今天聽了爸爸媽媽說了這麼久，看來我學期尾的篇文都可以用  室內空氣質素來做題目了。 |
| **珊珊：** | 我剛剛也加入了環保學會，那我可以提議同學下次的宣傳活動  以室內空氣質素來做主題。 |
| **旁白:** | 如果大家想認識更多關於室內空氣質素的知識，可以到以下  的網址。 |