|  |  |
| --- | --- |
| **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。 |