

# 環境消毒建議指南 & 漂白水配製

## 環境消毒建議指南

### 居家環境消毒建議

- 1、當流感大流行時，其病毒會存在於環境中，因此清潔與消毒是有效減少感染源的方式之一，而且消毒之前必須先進行清潔，除餐具可煮沸消毒，其它處所可使用 70~75%酒精（乙醇）或含氯消毒劑（如漂白水、漂白粉）進行消毒。
- 2、為便於維持環境整潔，可暫時移除室內用具。另流感病毒可能於空氣不流通的室內散播，故室內應該保持空氣流通。使用冷氣空調系統的教室或辦公大樓，應根據適當的標準加以妥善維護與防護。

### 漂白水正確使用消毒方法



### 1、基本步驟：「穿、稀、擦、停、沖、棄」六步驟：

- (1) 「穿」：建議穿上圍裙、戴上口罩及手套，保護雙手。
- (2) 「稀」：確實按包裝標示稀釋漂白水，市面上銷售的漂白水濃度約為 6%，一般家庭使用消毒漂白水的稀釋方法，是拿市售 6% 的消毒用漂白水 1 杯，加入 99 杯清水中或以喝湯用湯匙舀一湯匙（約 15~20CC）的市售漂白水加入 10 公升的自來水（大保特瓶每瓶 1250CC，8 瓶約 10 公升）攪拌均勻即可。
- (3) 「擦」：以擦拭方式擦地板、洗手台、水龍頭、馬桶、門把、桌椅等幼童常接觸區域
- (4) 「停」：擦拭後，靜置五至十分鐘，等待漂白水確實發揮殺菌功效。
- (5) 「沖」：用清水沖洗或擦拭方才清潔殺菌的區域。
- (6) 「棄」：可採用以下二種方法：
  - A. 將用過的漂白水再用大量的水稀釋一遍（不要少於一百倍）才倒入廚房污水道或戶外水溝，比較不會汙染水源。
  - B. 將漂白水密封存起來，時間久了漂白水會自動氧化再倒掉。



## 漂白水消毒步驟

### 消毒步驟



- ① **穿** 消毒前穿上圍裙、戴上口罩和手套，以保護雙手及避免呼吸道受到刺激。
- ② **稀** 將漂白水稀釋至所需濃度。
- ③ **擦** 將拖把、抹布或舊牙刷沾漂白水，以擦拭方式擦地板、桌椅、櫥櫃、洗手台、水龍頭、馬桶等區域，若是用噴灑方式清潔則無效。
- ④ **停** 擦拭後，靜置五至十分鐘，等漂白水發揮殺菌功效。
- ⑤ **沖** 再以清水沖洗或擦拭剛才清潔的區域。
- ⑥ **棄** 用過的漂白水需要大量稀釋至少100倍後，才能倒入廚房污水道或戶外水溝，或是將之靜置一天氧化後再倒掉。

## 2、清潔步驟：

- (1) 請戴手套。
- (2) 室內要先擦拭、清洗或打掃後再用稀釋漂白水擦拭。
- (3) 先擦拭小東西，如：花瓶、玩具、電話機、滑鼠、鍵盤....。
- (4) 擦拭桌椅、櫥櫃、廚房流理台、水龍頭。
- (5) 接著擦拭地板。
- (6) 再清潔廁所、馬桶、浴缸、牆壁。
- (7) 最後將剩餘的漂白水灑洗陽台、庭院等細菌較多的地方。

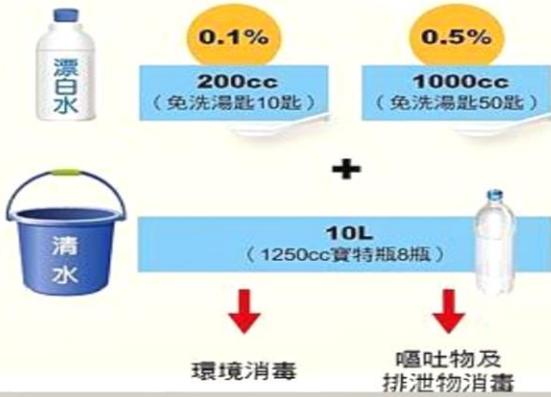
## 3、使用漂白水消毒注意事項：

- (1) 使用漂白水時應配戴口罩、橡膠手套和防水圍裙，最好使用護目鏡保護眼鏡以免被噴濺到。若漂白水濺入眼睛，須立刻以清水沖洗至少 15 分鐘並立即就醫診治。
- (2) 漂白水需使用冷水稀釋，因為熱水會分解次氯酸鈉，降低消毒效果。
- (3) 擦拭消毒的接觸時間建議超過 10 分鐘，之後再以清水擦拭，以降低異味。浸泡消毒的接觸時間建議超過 30 分鐘。
- (4) 切勿將大量或高濃度漂白水廢棄於馬桶內，避免化糞池失去污水處理能力。



### 漂白水如何稀釋配製呢？

1. 環境消毒—0.1%漂白水泡製方式：  
【200cc市售漂白水+10公升清水】
2. 嘔吐物及排泄物消毒—0.5%漂白水泡製方式：  
【1000cc市售漂白水+10公升清水】
3. 稀釋的漂白水，應當天配製並標示日期名稱，未使用的部分在24小時後應丟棄。



### 嘔吐物及排泄物該如何消毒呢？

1. 戴上口罩及手套
2. 用0.5%漂白水灑在嘔吐物或排泄物上
3. 用拋棄式紙巾、抹布或舊報紙覆蓋後清除
4. 用0.1~0.5%漂白水由外往內擦拭汙染區
5. 用0.1~0.5%漂白水由外往內大範圍輕灑
6. 30分鐘後用清水擦拭或沖洗

## 常用漂白水濃度比例對照表

消毒液濃度	含氯漂白水 (5-6%)	自來水 (冷水)	比例	用途
500ppm	100ml	10L	1:100	流感、腸病毒 環境消毒
	10ml	1L		
1,000ppm	200ml	10L	1:50	諾羅病毒、 新冠病毒 環境消毒
	20ml	1L		
5,000ppm	1000ml	10L	1:10	嘔吐物、分泌 物覆蓋消毒
	100ml	1L		

### 漂白水務必每次每日新鮮泡製

- 1、頻率：建議每日最少 1 次清潔消毒

2、漂白水適用範圍：

- (1) 教室：門把、課桌椅、教具、地板、 開關面板、冷氣開關、扶手、電腦鍵盤、水龍頭、把手、電話等接觸區域
- (2) 公共區域：洗手台、廁所、飲水機

**其它各類消毒水用途**

BabyHome	使用濃度	滅哪些菌	應用範圍	盛裝容器	注意事項
酒精	70-75%	有套膜病毒 (冠狀病毒、流感病毒) 細菌	人體及一般環境	HDPE (2號) PP (5號)	皮膚敏感者 略為刺激
漂白水 (次氯酸鈉)	1% (500ppm)	有套膜病毒 (冠狀病毒等) 無套膜病毒 (腸病毒、諾羅病毒) 細菌	一般環境 及常用物品	不透光之HDPE 或PP材質  (不可使用不透氣之 玻璃瓶避免爆炸)	<ul style="list-style-type: none"> <li>不可加熱水、鹽酸</li> <li>避免陽光照射</li> <li>避免接觸肌膚</li> <li>稀釋後24小時內使用</li> </ul>
次氯酸水	200ppm	無套膜病毒 (腸病毒、諾羅病毒) 細菌	可用於食器 及一般環境	不透光容器  (不可使用含有 金屬之容器)	<ul style="list-style-type: none"> <li>不建議直接用於皮膚</li> <li>用於食器、物品上時需待風乾或擦乾後才得使用</li> </ul>

製表 / BabyHome張詩華、武美齡



## 75%酒精適合小面積擦拭消毒

### 消毒方式

- ① 酒精噴灑於紙巾或纖維布上，擦拭門把、電燈按鈕、手機螢幕、書桌、電腦鍵盤、滑鼠等地方。



- ② 酒精噴灑於手上搓揉20-30秒，做為乾洗手之用，搭配護手霜或乳液加強保濕。



## 稀釋後漂白水適合大面積消毒

### 漂白水調配方式

備註：以下調配比例是以漂白水的次氯酸鈉濃度為5%到6%為前提做稀釋。

- ① 清潔地板、櫥櫃、廚房：



- ② 清潔浴室、馬桶：



## 次氯酸水主要用於環境清潔

### 注意事項

- ① 次氯酸水主要用於環境清潔，要**避免使用在人體**。
- ② 次氯酸水遇光容易分解，存放時要**保存在不透光容器**。
- ③ 為免誤食風險，應放置在兒童接觸不到的地方。
- ④ 次氯酸水產品有二級醫療器材證號，才能宣稱用在皮膚或傷口進行消毒。
- ⑤ 若要做為肌膚清潔，可**偶爾用在皮膚沖洗**，但不能宣稱有消毒功效。