



講義 #5.1

清潔和消毒

細菌通過血液或體液，例如糞便、尿液、嘔吐物、粘液、口水、母乳而傳染到物體的表面和物品是不可避免的。為了防止細菌的傳播和建立一個清潔和衛生的環境，你必需定期清洗和消毒物體的表面和物品。

清潔和消毒是一樣的嗎？

清潔和消毒是不同的。你需要一並使用清潔和消毒才能防止細菌的傳播。

清潔是除去可見的塵土。在托兒所內定期地用肥皂和水清洗是除去表面細菌最有效的方法。有效的清潔(用肥皂和水擦洗)可以減少物體表面細菌的數量，就像洗手可以減少手上的細菌數量。但是，一些物體和表面需要在用肥皂和水清洗後，用額外的消毒步驟來殺死細菌。

殺菌或消毒是用漂白劑(或其它認可的消毒劑)去殺死或除去在清潔後留在表面的看不見的細菌。

消毒過程是用比肥皂和水更強的化學藥品去消滅和減少細菌的數量。這個過程通常需要浸泡或弄濕物品幾分鐘來使化學藥品有足夠的時間去殺死殘餘的細菌。

如果用洗碗機或用洗衣機的熱水檔來清洗的物體是不需要加入消毒劑的。因為這些機器所用的熱水有足夠熱度和有足夠長的時間去殺死大部份的細菌。

可能被污染的表面就是兒童可以接觸到的地方。這些包括兒童放入口中的玩具、床的欄杆、準備食物的地方和最容易受到污染的表面，例如換尿布的地方。洗手盆和海綿是最容易受污染的地方。

應該用什麼消毒劑？

消毒劑是殺死有害細菌的化學藥品。其中一種托兒所最常用的化學藥品是家庭用的漂白劑加水。漂白劑是經濟和容易得到的。漂白劑是易溶於水，無毒，在合理地使用下是安全的，並能殺死大部份的細菌。

其它符合環境保護署的醫院標準的商業產品也可以用於消毒的用途。



清潔和消毒

常見的家庭消毒劑

化學藥劑名	一些包含這種化學藥劑的產品	用途/優點/缺點
Orthophenyl Phenolics Phenyl phenol Benzyl-p-chlorophenol	Lysol Pheno-Cen Ves-Phene Staphene	<ul style="list-style-type: none"> • 可用于地板和牆壁，但不能用於廚房，玩具及其它會放在口中的物品 • 可以和清潔劑一起使用 • 不正確地稀釋會引致嬰兒黃疸病 • 可引起皮膚或其它組織過敏
Chlorine bleach Sodium hypochlorite	Clorox Purex 家用漂白劑	<ul style="list-style-type: none"> • 在正確混合後，可用於所有的表面 • 對金屬有腐蝕性並會破壞塑料和橡膠 • 漂白劑必須每天配製 • 當表面塵土和其它物質被除去的話效果最好 • 在和肥皂，清潔劑或其它鹼性物品混合時，效果會受影響 • 不要和氨水，醋或除銹劑混合 • 無殘留 • 最經濟
Quaternary Ammonias Benzalkonium Chloride Dimethylbenzyl Ammonium Chloride	San-O-Six Clean-N-San D/S/O Tri-Quat Mytar Sage	<ul style="list-style-type: none"> • 當表面有殘留肥皂時，效果會減弱 • 可用在廚房地板 • 毒性相對較少 • 在對於某些細菌，效果不如漂白劑，酚或酒精
酒精 (70%-90%的濃度)	Ethyl Alcohol Isopropyl Alcohol	<ul style="list-style-type: none"> • 無殘留 • 可用于皮膚及硬的表面 • 使皮膚乾燥 • 長期使用會使橡膠和塑料老化 • 需要10至15分鐘的時間來準備
松油清潔劑	Pinesol Murphy's Oil Soap	<ul style="list-style-type: none"> • 香味可以掩蓋其它衛生問題 • 對葡萄球菌無效 • 對於某些細菌，效果不如酚，氯漂白劑或酒精

根據製造商的說明來決定使用方法和稀釋分量
(擇於托兒所防止傳染病指南, SEATTLE-KINGS 縣公共衛生健康部, 托兒健康計劃 1994)

清潔和 消毒

清潔和消毒時間表

地點	清潔	消毒	次數
教室 / 托兒所 / 有食物的地方			
櫃檯表面/桌面	X	X	每日一次和骯髒的時候清潔
準備食物和派餐櫃檯的表面	X	X	在接觸食物的前後； 在準備未加工的食物和熟食之間
地板	X	X	每日一次和骯髒的時候清潔
門和櫥櫃的把手	X	X	每日一次和骯髒的時候清潔
用地毯清潔劑清洗地毯和大塊的墊子	X		當兒童不在場的時候才吸塵。這是地方 健康權威贊成使用的方法。只是在兒童 不在場的時候才清洗地毯，直到地毯乾 透為止。在有嬰兒的地方，每月至少清 洗地毯一次。其它地方的地毯至少每三 個月清洗一次和骯髒的時候清洗
小塊的墊子	X		在戶外把塵抖掉或每天吸塵。每週要 清洗。
器具，物體的表面和放進口裡或與口水 或其它體液接觸過的玩具	X	X	在每個兒童使用過以後清洗，或使用一 次性使用的器具或玩具。
沒有被體液污染過的玩具	X		每週一次
穿在身上的衣服	X		每週一次
床單和枕頭套，個人的毛巾 (如果使用過)，梳子和髮刷， 洗臉毛巾和可洗的布玩具 (所有列舉的 物品不應該和其它兒童共用)	X		每週一次和看起來骯髒的時候清洗
毛毯，睡袋	X		每月一次和骯髒的時候清洗
帽子	X		在每個兒童使用以後清洗
小房間	X		每週一次
嬰兒床	X		每週一次
梳洗的地方			
洗手盆，水龍頭，周圍的櫃檯	X	X	每日一次和骯髒的時候清洗
肥皂液分配器	X	X	在被再裝滿和骯髒時候清洗
廁所坐板，廁所把手，門的把手或小房間的把 手，地板	X	X	每日一次，或看起來骯髒的時候要馬上清潔
廁所坐廁	X	X	每日一次
門的把手	X	X	每日一次
換尿布的桌子	X	X	在每個兒童使用以後清洗
訓練上廁所用的凳子(在托兒所，最好不要使用訓練 上廁所用的凳子，因為這提高導致污染的危險)	X	X	在每個兒童使用以後清洗
所有被體液(口水、粘液、嘔吐物、尿液、糞便或血 液)污染的物體表面:	X	X	立即清理

配製漂白劑

被建議漂白劑的比例是 1/4 杯的漂白劑混合在 1 加侖的水裡，或把 1 湯匙的漂白劑加入 1 夸脫的水裡。把這種漂白劑用於定期，日常清潔和消毒物品的表面、桌面、玩具、餐具和碟子。

對某種受到嚴重或高危險的體液污染的物品，需要使用**加強效力的漂白劑(大約 1 份漂白劑和 10 份水的比例，例如 1 杯漂白劑加入 10 杯水)**來清理。如果經常使用這些加強效力的漂白劑，可能會導致一些表面的損傷。要在下列的情況使用加強效力的漂白劑：

- 用來清潔和消毒所有被血液濺到或污染的物品。
- 用來清潔和消毒嚴重污染的體液，例如大量嘔吐物或排泄物。(這不包括清理在換尿布桌上的糞便和尿液或少量留在小孩吃飯用的高腳椅子托盤上的唾液)。

你必須使用你的判斷力去決定需要使用哪種強度的漂白劑。每當你必須清理被液體污染的地方，最好戴上手套。

你不需要購買商業用的醇消毒劑，因為以上介紹的兩種漂白劑是十分容易配製，而且很經濟。但是你需要每天去配製要使用的漂白劑，因為當漂白劑暴露在空氣中時會失去效力(就像它的有效性)。最好把漂白劑儲存在灑水瓶內並小心標上標記。

消毒漂白劑的配方

(適用於清潔洗澡間，換尿布的地方等等。)

1/4 杯漂白劑

1 加侖的冷水

或

1 湯匙漂白劑

1 夸脫的冷水

把家庭用的漂白劑

(5.25 % 的 鈉次氯酸鹽)

加入水裡。

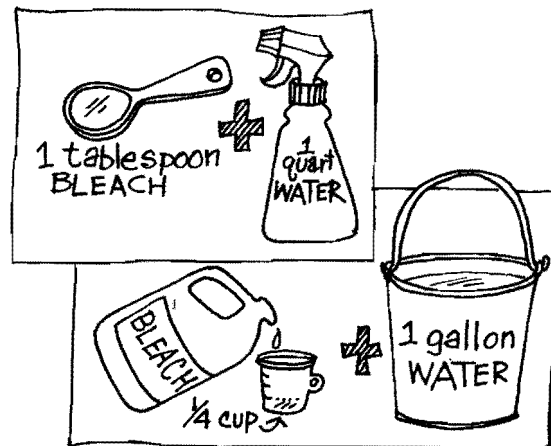
較弱效力的消毒漂白劑的配方

(適用於清潔玩具，餐具等等。)

1 湯匙漂白劑

1 加侖的冷水

加漂白劑到水裡。



國家健康和安​​全標準：非家庭托兒所指南建議使用家庭的漂白劑和水。它是有效的，經濟的，方便並且容易配製的。然而，要小心使用在金屬和有金屬表面的物品上。如果你使用商業用的消毒劑(名牌)，閱讀標籤和參照廠商的指令去使用。



講義 #5.5

清潔和消毒

清潔和消毒一般的建議

1. 每日使用的物品應該要每日清潔和消毒一次。很骯髒的地方需要用清潔劑花多一點時間清洗。
2. 在清潔和消毒以後，把所有物品風乾後才放回原位。
3. 紙巾是傳播傳染病風險最少的清潔工具，但是只能使用一次。海綿和方便的拭擦布提供細菌滋生的兩個重要條件：潮濕和食物來源。
4. 無論任何時候，包括兒童，盡可能洗手和清潔桌面和椅子。
5. 傾倒所有用來清潔和消毒液體或清潔劑到一個封閉的處理系統，例如倒入廁所沖走。
6. 每天清洗和消毒地拖和清潔的用品。

所有不可以修理或需要清洗和消毒的物品的表面，家俱和設備需要送出去修理直到他們能夠有效地被清洗和消毒。

清潔和消毒換尿布的地方

換尿布的地方應該：

- 只能用於換尿布
- 表面光滑並且沒有孔，例如formica（不是木製）或用一塊塑料表面的墊子
- 把換尿布的地方的邊緣提高或放置低的欄杆以防小孩掉下來
- 換尿布的地方要靠進洗手盆和要有自來水
- 有托兒工作者在附近
- 不能被小孩接觸到
- 不能用來準備食物，調配奶粉，或清洗嬰兒奶嘴

換尿布的地方應該在每次使用後按以下的程序來清潔和消毒：

1. 用肥皂和水清洗表面，並且再用清水清潔表面以減少細菌的數量。
2. 用紙巾擦乾表面。
3. 用被建議使用的漂白劑徹底弄濕表面。
4. 風乾。不要擦乾。這樣將會給化學藥品時間去殺死留下的細菌。

清潔和消毒坐廁、坐廁板、洗水盆、水龍頭和門的把手

如果有可能的話，廁所內物品的表面，例如水龍頭柄和坐廁坐板，應該每天被清洗和消毒幾次。但是至少每日一次或當它髒的時候清洗。

漂白劑，包括含氯的粉末或其它商業用的洗手間物品清潔劑和消毒劑都可以在這些地方使用。嬰兒和幼童喜歡觸摸或咬的物品表面，例如小床的欄杆，至少應該每天用肥皂和水和無毒的消毒劑(例如漂白劑)清洗和消毒一次。如果看見髒的時候，就要清洗。

當物品的表面被淋濕和浸泡在消毒劑至少10 分鐘後，嬰兒喜歡咬的物品的表面應該用清潔的毛巾濕自來水來拭擦。千萬不要使用有毒消毒劑清洗小孩喜歡咬的物品。地板、架子下層、門的把手和其它嬰兒幼童喜歡觸摸的物品表面應該至少每天清洗和消毒一次和當髒的時候，就要清洗。



清洗和消毒玩具

- 無論任何時候，嬰兒和幼童應該不要共用玩具。小孩(特別是嬰兒和幼童)放進口裡的玩具應該在下一個小孩使用前被清洗和消毒。購買嬰兒和幼兒玩具時要記住這一點。如果你不能清洗一個玩具，那麼這個玩具可能並不適合嬰兒和幼童。
- 當嬰兒或幼童玩完一個玩具時，你應該把這個玩具從遊戲區拿出來，並且把它放在一個注明髒玩具的盒子裡。這個盒子應該放在兒童拿不到的地方。這些玩具可以在以後，一個更方便的時間才洗。把洗乾淨的玩具放到另一個裝著可以安全地被其它兒童玩的玩具的盒子裡。

清洗和消毒一個硬塑料的玩具：

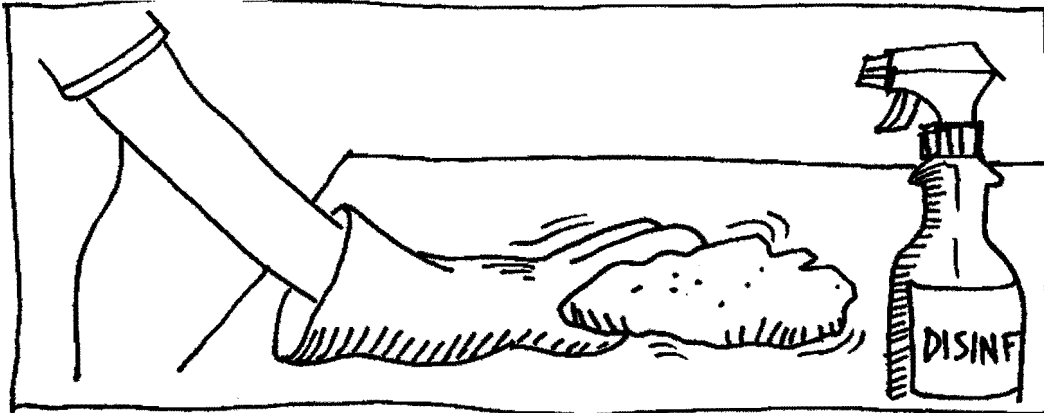
- 把玩具放在暖的肥皂水裡擦洗。用一把刷子清潔縫隙。
- 用乾淨的水清洗玩具。
- 把玩具放入漂白劑(參閱上面的資料)並且浸泡 10-20 分鐘。
- 把玩具從漂白劑拿出，並且用冷水徹底清洗。
- 風乾。
- 在洗碗機內洗的硬塑料玩具或在洗衣機內用熱水洗的布玩具不需要加額外的消毒劑。
- 穿尿布的小孩應該只玩可清洗的玩具。每一組的兒童應有自己的玩具。玩具不應該與其它組的兒童共用。
- 填充式的布塞玩具只能讓一個兒童玩，並且要每個星期用洗衣機清洗。如果很髒就要清洗更多次。
- 較大的兒童玩的不放進口裡的玩具和設備應該至少每星期清洗一次或當看到髒的時候就要清洗。適當的方法是用肥皂和水清洗，然後用清水過和風乾。不需要使用消毒劑(這些玩具和設備包括積木、玩具、玩具三輪車、卡車和另外類似的玩具。)
- 使用乾淨的消毒過的刷子去清洗玩具。
- 不要使用小膠水池，特別是穿尿布的小孩。

講義 #5.5

清理流出來的體液

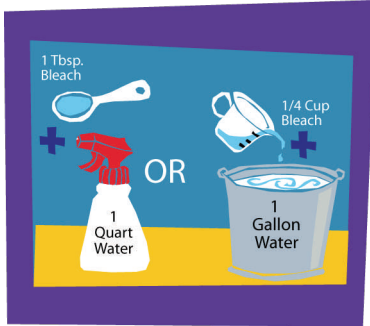
從身體流出來的液體、包括血液、排泄物、鼻涕和眼睛分泌物、口水、尿和嘔吐物應該立即被清理。

- 戴手套來清理，除非用很容易清理用很容易清理液體的物品（例如擦手紙或布）清除。小心不要讓你正在清理的液體進入你的眼睛、鼻子、嘴或你患有潰瘍的地方。
- 清潔和消毒所有被流出來的體液接觸過的物品的表面，例如櫃檯表面和地板。
- 把受體液污染的物品放入一個塑料袋，封好後才棄丟。
- 用地拖去清理體液應該是：
 - (1) 清洗
 - (2) 用清潔劑沖洗
 - (3) 盡量擰乾
 - (4) 掛著直到完全乾透
- 即使戴了手套，你在清理任何體液後也要洗手。

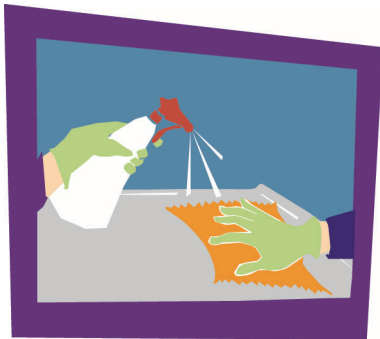




清潔和消毒



- 混合每天使用的漂白劑：
 - 放1湯匙的漂白劑在一夸脫的水裡
 - 或 -
 - 放1/4杯的漂白劑在一加侖的水裡。
- 用肥皂和水清洗任何可見骯髒的地方。



- 用噴灑漂白劑來消毒。用紙巾擦去在物體表面的消毒劑。保留表面光亮和濕潤 - 不要擦乾。



- 風乾兩分鐘