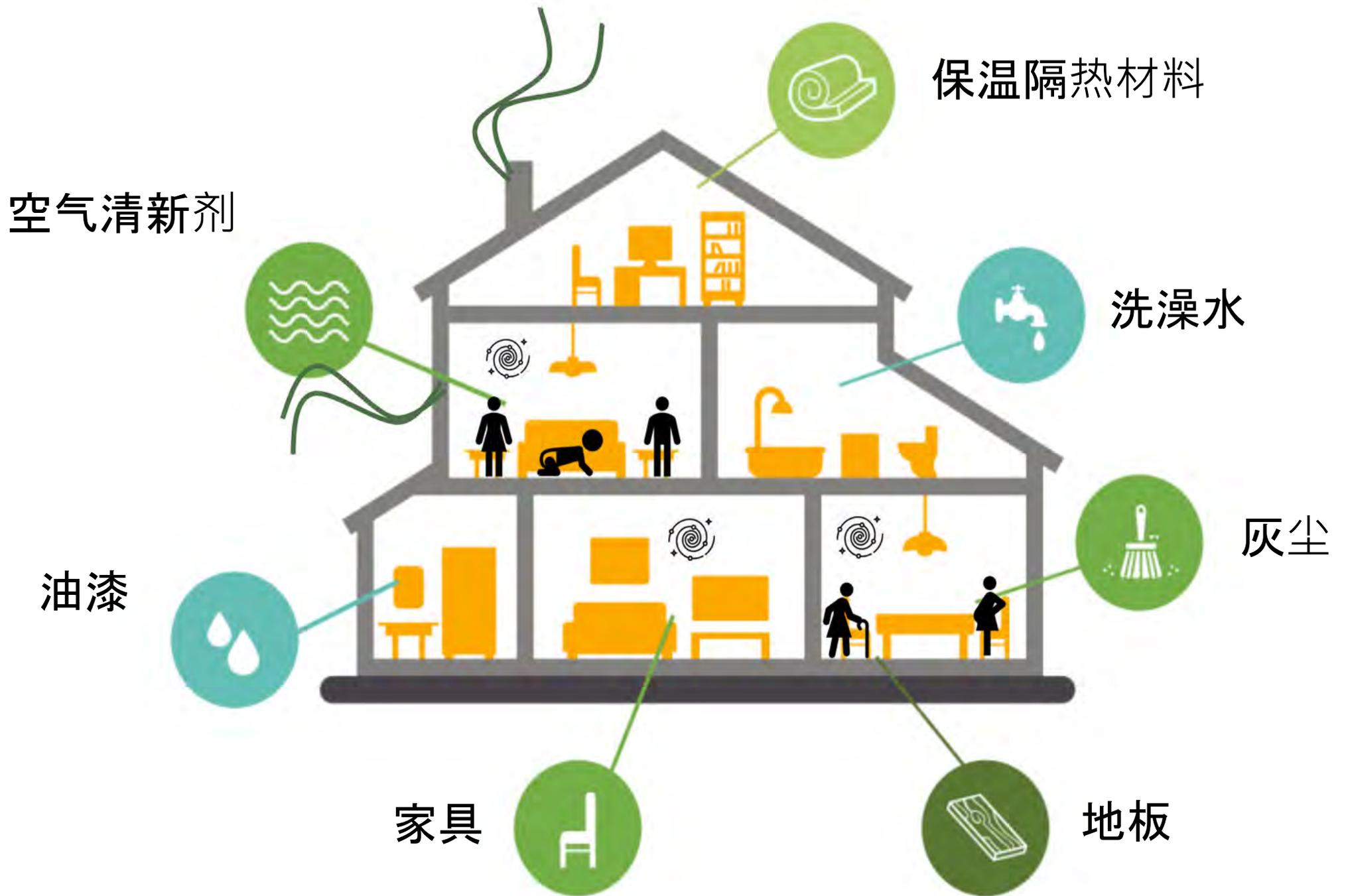


改善家居室内空气 质量的方法



帮助防止COVID的传播，并保护您的家人
免受春季过敏和野火烟雾的侵害。

室内空气不健康的原因有哪些？



房屋建筑材料以及存放在我们室内的物品，如家电、地毯和玩具等，都会产生污染我们家居室内空气的颗粒。平常我们做的家务活如烹饪和使用化学清洁品也会对空气造成污染。

改善空气质量的简单方法

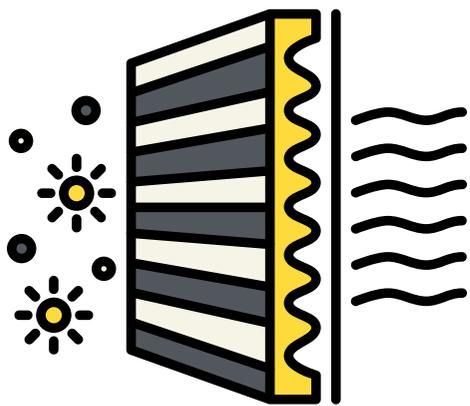
您可以通过以下三种方式改善室内空气质量：



预防：**防止**颗粒物质进入空气中。



通风：**增加**空气流通以**稀释**空气中有害颗粒的数量。



过滤：**过滤**空气以**去除**颗粒。

如何防止空气质量变差



进屋前脱鞋



经常吸尘和拖地



避免使用空气清新剂等香味产品



避免在室内燃烧香薰蜡烛，或使用蜂蜡等天然材料制成的蜡烛



避免在室内吸烟，特别是有儿童在场时



如何改善通风



通风有助于带入外面的新鲜空气，改善空气流通并稀释家中有害颗粒的数量

- ✓ 如果天气允许，请打开窗户
- ✓ 将风扇放置在窗户上，将受污染的空气吹出，并将新鲜空气吸入
- ✓ 做饭或洗澡时打开排气扇或窗户

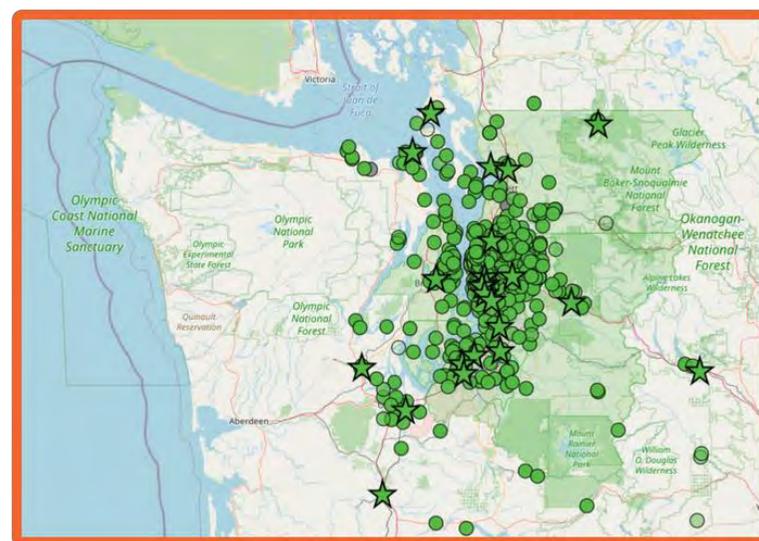
如何改善通风



避免在有野火发生和室外空气污染高的日子里打开窗户。

在这些日子里，**便携式HEPA空气净化器或鸿运扇过滤器**可能是更好的解决办法。

上普吉特海湾清洁空气局
(Puget Sound Clean Air Agency) 的网站查看我们地区的户外空气质量：
pscleanair.org



如何过滤室内空气

考虑购买带有**HEPA**过滤器的便携式空气净化器，它可以捕捉并去除空气中的微小颗粒，如花粉、烟雾、病菌、霉菌和灰尘。



如何过滤室内空气

或者，在家自己制作一个经济实惠的鸿运扇过滤器，可以将某些类型的空气污染减少90%。



20" x 20" 鸿运扇



**20" x 20" 空气过滤网
(MERV13 或 FPR 10)**



强力胶带

将过滤器或空气净化器放在您打发时间最多的地方，或者放在无法打开窗户或排气扇的地方。