

## 自己動手注意安全

建築物含有很多不同種類的物料和相關的化學品，如果未能恰當處理，在進行裝修工程時這些物品可能會影響動手裝修的人員、他們的家人、鄰居的健康，也會影響環境。

部份物料所帶來的害處，例如鉛和石棉，有很多人都知道。但一些看似'安全'的物料所散發出的灰塵和煙氣，例如木材產品、加工木材 (例如 MDF)、油漆或水泥都有可能影響健康和環境。

對害處和危險提高警覺將會幫助裝修人員減低或消除可能的影響。本小冊子闡述恰當的計劃、安全操作和徹底的清理怎樣幫助減低裝修時有害物料散發出的灰塵煙氣所帶來的危險。

諸如含鉛油漆或石棉等物料，如果狀況良好，沒有剝落或散發灰塵，或者封存在無害物料 (例如新油漆) 之下，是比較上安全的。如果物料狀況良好，就不要亂動。用不安全的方法干擾或清除這些物料可能會造成更大的危害。

## 這些物料對你有甚麼影響

接觸到這些物料和相關的化學品可能會引許多不同的健康問題，短期的包括疲倦、頭痛、噁心、皮疹，以至更嚴重的例如呼吸問題、神經損傷、過敏、嚴重中毒，還有致癌的可能。

孕婦、嬰兒、小童就算是輕度接觸有害物料，還是會較容易受到影響的。動物也是會受到影響的。

化學品以三種主要途徑進入人體：

- **呼吸**：吸入的灰塵或煙氣被肺部組織和血液吸收；
- **咽下**：塵垢污染雙手、食物、食具、香煙，意外吃下；
- **吸收**：化學品經皮膚吸收，進入細胞組織，隨著血液在體內循環。

安全的裝修工程的要旨，是首要避免製造危害，並處理任何已經造成的危害。