



19

居家用物的清潔及消毒

沈筠庭、陳奴蕙



目的

1. 居家儀器設備及用物使用後可能會遭分泌物、血液、體液等污染，須將使用過的器具正確清潔及消毒，保障居家成員及環保人員的安全，避免傳染疾病。
2. 有機物質會降低消毒效果，因此物品於消毒前，應先將表面的有機物質徹底清潔乾淨，以達到消毒效果。



清潔及消毒的定義

1. **清潔**：利用物理方法或添加一些清潔劑，將肉眼所見的污垢除去，可減少微生物量，但未完全殺死細菌，如以洗碗精或肥皂清洗的清潔方式。
2. **消毒**：利用物理或化學方式殺死大部分的微生物，但無法消滅所有的細菌芽胞。可分為高層次消毒、中層次消毒、低層次消毒三種。
 - (1) **低層次消毒劑**：酚化合物(Lysol)、洗碗精、肥皂等。
 - (2) **中層次消毒劑**：70%異丙醇（酒精）、漂白水、優碘等。
 - (3) **高層次消毒劑**：煮沸法、巴斯德消毒法等。



居家用物清潔及消毒的原則

1. 消毒物品器具前須以清水清洗，以清除物品表面的有機物。
2. 清潔順序必須由輕污染區到重污染區（如床旁桌椅→病床→廁所），由上而下（如出風口→牆面→地板），由內而外（如病室→廁所）。
3. 物品、器具視其與人體接觸程度，及可能造成污染程度，不論是否有肉眼可見的染污，須定期採清潔或低層次或中層次消毒，如呼吸器面罩、血壓計、儀器表面、布單、便盆等。
4. 物品的材質不易被破壞者，如毛巾類、玻璃瓶、不鏽鋼容器等，可以煮沸方式消毒。

5. 接觸患者血液、體液或痰液等的物品，如呼吸器材管路、痰液收集瓶、尿壺等，若為拋棄式器材，視為感染性廢棄物，以雙層塑膠袋包裹拋棄。若為重複使用的器材，須以中層次或高層次消毒。
6. 消毒程度須視消毒劑劑量及接觸時間而定，稀釋的消毒劑使用過後請丟棄。
7. 使用消毒劑時須適時佩戴防護器具，如口罩、手套或護目鏡等，並注意操作環境通風的狀況，以保護操作人員。
8. 清掃時儘量使用靜電拖把，或使用濕拖把拖地，避免用掃把掃地，以免揚起灰塵污染空氣。



居家清潔劑使用方式及消毒劑消毒方式

一、居家常用清潔劑及消毒劑

1. 清潔劑：洗碗精、肥皂。
2. 消毒劑：漂白水、雙氧水、煮沸水、酚化合物、70%酒精、白醋、優碘（圖 19-1）。



A. 漂白水



B. 雙氧水



C. 酚化合物(Lysol)




D. 75%異丙醇（酒精）



E. 白醋（醋精：白醋 = 1 : 10）



F. 優碘

 19-1 各種消毒劑。



二、清潔劑使用方式

1. 使用過的物品須定期使用清潔劑清潔，如呼吸器面罩與固定帶（圖 19-2）。
2. 將清潔後的器具晾乾再重覆使用。



三、消毒劑消毒方式及注意事項

(一) 漂白水

1. 市售漂白水含 5%次氯酸鈉（50000ppm 有效氯），稀釋後不同濃度、不同接觸時間（10~60 分鐘）皆有不同作用，適用於體液、分泌物或居家環境的消毒。
2. 因為熱水會分解次氯酸鈉，並降低其消毒效果，因此漂白水須使用冷水稀釋。
3. 居家環境消毒以 1：100 稀釋（0.05%；500ppm 有效氯），即 1 份漂白水加 99 份冷水，可用來擦拭桌面或地板，建議接觸時間超過 10 分鐘，再用清水擦拭一次。
4. 體液及分泌物，如痰液、糞便、尿液、血液或其他體液，以 1：10 稀釋（0.5%；5000ppm 有效氯）浸泡方式消毒，建議浸泡時間超過 30 分鐘後，倒入馬桶沖棄。
5. 漂白水會腐蝕金屬及破壞有機物質表面，如油漆。
6. 漂白水具刺激性，應在通風良好處配製，勿直接接觸黏膜、皮膚和呼吸道，使用時宜佩戴護目鏡、口罩或防水圍裙等，以避免被漂白水噴濺到。若漂白水不小心濺入眼睛，須立即以清水沖洗眼睛至少 15 分鐘，並就醫診治。
7. 漂白水在光或熱下會分解，釋出有毒氣體，所以應放置於陰涼、避光及兒童碰觸不到的地方。
8. 漂白水容易與其他化學物質起反應，所以勿與其他家用清潔劑混用，以防降低消毒功能，並避免發生化學作用，產生有毒氣體。
9. 由於次氯酸鈉會隨時間逐漸分解，因此宜選購生產日期較近的漂白水，且應於使用當天稀釋，並於容器外標示稀釋日期及名稱，未使用完的部分在 24 小時後應丟棄。

圖 19-2 使用過的物品要定期使用清潔劑清潔。

(二) 雙氧水

1. 常作為去除分泌物或血漬用途，如去除氣切管內管黏稠分泌物。
2. 雙氧水放久會分解失效，須將瓶蓋蓋緊，置放陰涼處，並於分裝後 2 個月內使用。

(三)煮沸法

1. 煮沸方式消毒可用於較耐高溫及不易被破壞的物品，如鐵製容器、玻璃瓶、玻璃製灌食空針、矽質氣切管等。
2. 消毒鐵製容器或玻璃製品的方法：將水淹蓋預消毒器具 1 吋（2.54 公分）以上，水煮沸後再滾 10 分鐘，並以鑷子或夾子將消毒後器具取出晾乾，裝袋儲存即可使用，注意手勿觸碰容器內部，以防染汙。
3. 消毒矽質氣切管的方法：消毒鍋內裝食用水，水的高度以能淹蓋預消毒的氣切管物品為主，水煮沸後熄火，將氣切管與氣切更換導管一併置入，蓋住鍋蓋，待其冷卻再使用。

(四)酚化合物(Lysol)

1. 1% Lysol 用來消毒居家環境設備，如擦拭床、地板、家具、牆壁等；3% Lysol 用於排泄物、分泌物的消毒。
2. Lysol 會腐蝕皮膚、黏膜，故使用時須戴手套，不適合使用於皮膚及傷口的消毒。

(五)70%異丙醇（酒精）

1. 市售酒精濃度大多為 95%，使用時可以蒸餾水或煮沸過冷水，以 3 份 95% 酒精加 1 份水稀釋成 71.25% 酒精。
2. 酒精大多用來消毒儀器或皮膚等較小範圍物品的表面，如血壓計、聽診器等，但易造成橡膠或塑膠製品變質、褪色、膨脹、硬化或破裂。
3. 酒精屬易燃物且具揮發性，使用時需注意通風及小心火源。
4. 酒精易受有機物的影響而降低其殺菌作用，故無持續性殺菌效果。
5. 酒精於分裝後 6 個月內使用完畢，未使用完畢的酒精應丟棄。

(六)白醋

1. 市售白醋含 4% 醋酸，分解產物為醋酸及雙氧水，適合消毒居家多數器材，但因會破壞表面金屬光澤，不適用於消毒鋁製品、鋁合金及其他金屬物品。
2. 消毒濃度為 500~10000ppm，以 1：3 稀釋(1%；10000ppm)，即 1 份醋加 3 份煮沸過冷水，只能使用浸泡方法消毒物品，時間至少 30 分鐘（圖 19-3）。
3. 將消毒後的器具晾乾裝袋儲存備用（圖 19-4）。
4. 被稀釋後的溶液，其作用不穩定，故未使用完的稀釋溶液應丟棄。



圖 19-3 以1 (白醋): 3 (煮過冷開水), 稀釋醋浸泡消毒物品, 至少30分鐘。



圖 19-4 將消毒後的器具晾乾 (可用冷開水沖洗, 去醋味)。

(七) 優碘

1. 優碘分為 10% 水溶性優碘及 10% 酒精性優碘。其中 10% 水溶性優碘用來消毒皮膚或傷口, 如氣切造口、膀胱造瘻口等; 10% 酒精性優碘用來消毒完整的皮膚表面, 因為含有酒精成分會刺激黏膜, 勿使用於傷口。
2. 接觸時間至少 2 分鐘, 遇到物品上含有機物, 會降低其消毒效力。



19-5 居家布單類處理原則

1. 居家患者使用的布單應定期清洗曝曬以維持清潔。
2. 患者使用過的布單及衣物可使用家用洗衣機以熱水(50~70°C)加入洗滌劑清洗, 即可達到清潔效果。
3. 被血液或體液污染的布單, 洗滌時可加入 1 杯 (約 200c.c.) 漂白水作為消毒。
4. 更換布單時, 應避免抖動布單, 以免布單上落塵對環境造成污染。
5. 疥瘡患者及接觸者應將使用過的布單及衣物, 以深色塑膠袋裝置後靜置 2 週, 再以熱水 (50~70°C)清洗, 以杜絕疥蟲傳染給家人 (請見 26.疥瘡照護)。



19-6 居家汙染廢棄物處理原則

1. 居家汙染廢棄物應以不滲漏的容器或袋子收集, 與家用垃圾分開, 分類處理。
2. 具汙染的廢棄物: 如沾有血跡的棉枝、敷料, 使用過的鼻胃管、導尿管、氣切管、引流管等, 則以雙層塑膠袋包裝, 依一般垃圾處理。

3. 針頭及尖銳物應丟棄於不易穿透及有蓋的器皿內（勿使用玻璃容器），器皿密封後放置於兒童不易拿取之處，待返診時帶回就醫醫院以感染性垃圾處理。



居家感染性排泄物處理原則

1. 感染性的排泄物（糞便、尿液、血液、痰液、其他體液），以 1：10 稀釋的漂白水（0.5%；5000ppm 有效氯）浸泡方式消毒，建議浸泡時間 30 分鐘後倒入馬桶沖棄。
2. 沖棄排泄物時應蓋上馬桶蓋，以防排泄物四處飛濺。
3. 清理排泄物時應穿戴手套、口罩、護目鏡、防護面罩或隔離衣等護具，以保護操作者的安全。
4. 處理排泄物後應徹底洗手。



居家環境清潔

1. 居家環境保持通風，並維持清潔及乾燥。
2. 定期曝曬棉被、更換床單、枕套，以預防病媒滋生。
3. 餐具可定期煮沸消毒。
4. 環境若遭患者的糞便、尿液、血液、痰液、引流物、其他體液等污染時，避免以掃帚掃地揚起灰塵，應立即使用 1：100 稀釋的漂白水（0.05%；500ppm 有效氯）擦拭桌面或地板，建議接觸時間超過 10 分鐘，再用清水擦拭一次。