

大金空調捐贈北醫附醫百台空氣清淨機 共造優質就醫環境
「你可以再靠近一點」 清淨機放身旁呼吸更順暢

空汙議題受到重視，大金空調、臺北醫學大學附設醫院攜手對抗空汙，由大金空調捐贈一百台空氣清淨機給北醫附醫，提供就醫民眾更優質的空氣品質。醫師表示，遠離空汙影響，包括戶外配戴口罩、室內使用空氣清淨機等都是可行的方式，而空氣清淨機擺放的位置更是重點，建議將空氣清淨機盡可能貼近睡眠或活動範圍附近，以達到最大的效果。



北醫附醫陳瑞杰院長表示，空氣污染造成健康危害日受重視，根據環保署統計，民眾一整天待在室內的時間約占 8 至 9 成，比起戶外，室內空氣品質更會直接影響民眾的健康。北醫附醫為了提供就診民眾及同仁優質的環境，於門診候診區、批價掛號區設置空氣清淨機，增設紫外線 UV 燈，空氣品質有明顯改善。以細菌為例，改善後降幅達 51%。

此次獲贈百台空氣清淨機，更可提升全院的空氣品質，非常感謝大金空調對於醫護同仁以及就醫民眾的關心，讓北醫附醫可以提供「高品質、好氣質」的醫療服務，造福更多民眾。

北醫附醫胸腔內科周百謙主任表示，研究顯示，空氣中存在的細懸浮微粒以及氣態汙染物，對氣管及肺部都會造成損傷，引發包含慢性發炎、肺氣腫等症狀。根據觀察，近年來各年齡層鼻過敏、氣喘和支氣管炎的病人約增加 10%，建議民眾防範空汙，出門可以配戴口罩，室內也可以使用空氣清淨機淨化空氣。

周百謙主任解釋，空氣中的有害物質可分為細懸浮微粒(PM2.5)、病毒及細菌、有害氣體等三大類。其中細懸浮微粒可藉由包含 HEPA 濾網在內的濾材進行過濾，但大部分的濾網不具備殺菌能力，需另外透過電漿、紫外線等功能殺菌，其餘如汽柴油燃燒物及揮發性氣體，也因為分子較小，需透過濾網以外的方式過濾。

周百謙主任指出，選擇適合的空氣清淨機，只是遠離空汙的第一步，重點是如何擺放。空氣清淨機擺放的原則是「與使用者越近越好」，若是在臥室內，建議放在靠近頭部的位罝，並適當調整離地高度，讓出風口可以將乾淨的氣流導引至臉部附近，降低過敏影響並改善睡眠效率。

對於家中只有一台空氣清淨機的民眾，空氣清淨機應該放在客廳還是臥室？周百謙主任表示，民眾在臥室的時間普遍比客廳久，加上睡眠時人體會自然的張開嘴巴呼吸，所以會建議將空氣清淨機擺放在臥室內。如果把空氣清淨機擺放在客廳，除了盡量靠近使用者外，也可以擺放在

窗戶邊、玄關出入口等容易換氣通風的區域，第一時間過濾進入屋內的髒空氣。

周百謙主任強調，最重要的是記得定期清理與更換空氣清淨的的濾材。很多民眾因為省錢捨不得更換濾材，但積了灰塵的濾材除了沒辦法達到清淨的功能外，持續運轉下反而耗電，提醒民眾應該定期檢查與更新濾材，輔以將臥室溼度維持在 60%-70%，可減少過敏原孳生的機率。