



## 绿色生活盘点之二：八样物品少往家里买



1. 空气清新剂 它不能从源头清除臭味，喷出的化学微粒还容易被吸入肺部。改善室内空气的最好办法是通风，或在室内放一些植物。
2. 卫生洁具专用清洁剂 这些东西易灼伤皮肤、眼睛和身体组织，清洁这些地方最好用小苏打加醋，先浸泡，再用热水冲干净即可。
3. 听装食品 听装食品的包装涂有含双酚A的环氧树脂。这种化学物质与荷尔蒙分泌紊乱、肥胖、心脏病等有关。最好吃新鲜、冷冻或者玻璃瓶装的食物。
4. 杀虫剂 农药残留中的有毒成分污染空气，还能通过人们的鞋子带到地毯上，给家人健康带来隐患。
5. 瓶装水 塑料瓶中的化学物质
6. 橡胶玩具 制造玩具的聚氯乙烯会渗漏邻苯二甲酸盐和铅，前者与荷尔蒙紊乱有关，后者损害神经系统，二者都会污染空气。
7. 沙发垫 上面的尘螨、霉菌数量和马桶坐垫差不多。而装有填充泡沫的垫子含有毒阻燃剂，这些物质与癌症、出生缺陷、甲状腺紊乱、生殖与神经系统紊乱有关。最好用羊毛及棉花制成的，而且一定要经常打扫和清洁。
8. 香水 香水所含的化合物超过800种。香水中的邻苯二甲酸二乙酯被疑致癌，也可导致生殖系统紊乱。



## 绿色生活盘点之三：十大诀窍还你绿色空间

1. 盐的吸附力很强，刚刚洒到衣服或地毯上的水果汁、茶水等，可以用盐吸出来。新衣服用淡盐水洗一遍可防止褪色。用浓盐水擦拭家具，可防止木质朽坏，延长家具的使用寿命。
2. 鸡蛋清里含有多种蛋白质和脂肪，而且可以渗透到皮革中将油污溶解，并能保养皮革。脏了的真皮沙发或皮包，用一块干净的绒布蘸些蛋清擦拭真皮表面，既可去除污渍，又能使皮面恢复光亮。
3. 茶叶里含有茶多酚、茶叶碱等多种成分，有吸附异味的的作用，是天然的空气清新剂。红茶吸附异味的的作用更强，一盆热水里放入150克红茶，放在房间中间位置，并且开窗透气，就能消除刺激性气味。
4. 食醋的主要成分是醋酸以及有机酸，能溶解油污、杀菌、防霉、去除异味。将食醋与等体积的水混合均匀，喷在玻璃或瓷砖上，再擦拭即可

变得明亮。用海绵蘸白醋清洗不锈钢台面，可恢复光泽。

5. 小苏打的主要成分是碳酸氢钠，属于食用碱，去污力很强。用60克小苏打和500毫升水混合，制成的苏打水可随时使用，用来擦水龙头和灶台等。
6. 纸巾的纤维可以吸附油性物质，尤其对液体状的油污吸附力大。用柔软的纸巾擦掉碗碟上的油污后，会令清洗更容易。
7. 淘米水中含有粗纤维、钾、淀粉等多种成分，洗过米两遍后的水就呈弱碱性，洗净力适中，质地温和，被称为“天然洗洁精”。用淘米水洗手，还能使皮肤滋润光滑。用于铁质的锅铲、菜刀等可以去锈。
8. 香蕉皮中含有鞣质，与皮革上的污渍相互吸引，既除污又有抛光作用，能保养皮面。用香蕉皮擦拭弄脏了的皮沙发或皮包上的油污，

既干净又漂亮；擦皮鞋的效果也很好。

9. 过期发酸的牛奶中乳酸含量增加，可以去污垢，剩余的蛋白质、脂肪等成分可当作石蜡的替代品，保养地板。先把牛奶用两倍的水搅拌均匀，浸润抹布后拧干擦拭地板后会发现地板变得光亮如新了。
10. 柠檬具有天然的杀菌功能，可用来清洗饮水机，避免化学清洗剂的残留。柠檬皮加水和白醋，擦拭玻璃器皿可使其表面光亮。

