

# 室內空氣質素為何重要？

一般而言，每人每日平均有超過80%的時間是在室內度過！



空調或通風系統欠佳易造成室內空氣不良，引發「病態建築物症候群」！



註：「病態建築物症候群」是指建築物內的人員因處於建築物內而引起的急性不適症狀。常見的症狀包括：頭痛、喉嚨痛、咳嗽或疲倦等。

在長期或多次接觸室內空氣污染物後可能引發例如呼吸道疾病、心臟病等疾病！

因此，中國、美國、新加坡、香港等國家或地區均對室內空氣質素制訂相關的標準或指引，以維持良好的室內空氣質素，保障市民的健康。



# 澳門一般公共場所 室內空氣質素指引



環境保護局  
Direcção dos Serviços  
de Protecção Ambiental

澳門宋玉生廣場393至437號皇朝廣場十樓

+ (853) 2876 2626

+ (853) 2872 5129

www.dsqa.gov.mo

info@dsqa.gov.mo

# 你身處的環境如何？

室內常見的空氣污染物：



澳門一般公共場所室內空氣質素指標建議參考值：

參數	單位	(8小時平均)建議參考值
溫度	°C	25 ± 3
相對濕度	%	≤ 70
空氣流動速度	m/s	≤ 0.2
一氧化碳(CO)	mg/m <sup>3</sup>	≤ 10
二氧化碳(CO <sub>2</sub> )	%	≤ 0.1
二氧化氮(NO <sub>2</sub> )	mg/m <sup>3</sup>	≤ 0.16
可吸入懸浮粒子(PM <sub>10</sub> )	mg/m <sup>3</sup>	≤ 0.15
總揮發性有機化合物(TVOC)	mg/m <sup>3</sup>	≤ 0.6
臭氧(O <sub>3</sub> )	mg/m <sup>3</sup>	≤ 0.1
氫氣(Rn)	Bq/m <sup>3</sup>	≤ 100
甲醛(HCHO)	mg/m <sup>3</sup>	≤ 0.08
細菌	CFU/m <sup>3</sup>	≤ 1000
真菌	CFU/m <sup>3</sup>	≤ 1000
可吸入懸浮粒子(PM <sub>2.5</sub> )	建議可參考世界衛生組織《空氣質量準則》中“過渡期目標一”的二十四小時平均值 75 μg/m <sup>3</sup> 。	

註：在某些情況下，若無法進行連續8小時的量的監測，可採取間歇式量度。

# 如何改善室內空氣質素？

-  提供足夠鮮風量。
-  避免使用含揮發性有機化合物的傢俱。
-  避免使用含揮發性有機化合物的物料。
-  使用低污染物排放的影印機/打印機。
-  使用低毒性的清潔劑/殺蟲劑。
-  安裝細菌消毒及控制系統。
-  安裝可吸入懸浮粒子的過濾系統。
-  實施禁煙。
-  調節合適的溫度及相對濕度。
-  定期對通風系統進行清洗及保養工作。

詳情請參考《澳門一般公共場所室內空氣質素指引》  
(可到[www.dsqa.gov.mo](http://www.dsqa.gov.mo)瀏覽)

指引適用於新建/新裝修或正在使用之一般供公眾使用的場所，  
如辦公室、商場、酒店、圖書館、學校、食肆及政府對外開放  
場所等。