Vì sao chúng ta cần phải vệ sinh nhà ở

Nhà là nơi sinh sống, làm việc và nghỉ ngơi của mọi thành viên trong gia đình. Vì thế, nhà ở chật chội, ẩm thấp, thiếu ánh sáng có mùi khó chịu dễ gây ra các triệu chứng như nhức đầu, mất ngủ, mệt mỏi, kém ăn…và dễ phát sinh ra nhiều bệnh nguy hiểm như: thấp khớp, còi xương, suy dinh dưỡng, lao phổi, giun sán, hen suyễn…Một môi trường ở sạch sẽ, ngăn nắp sẽ đảm bảo sức khỏe và cuộc sống hạnh phúc cho mọi người.

Đồng thời tổ ấm trắng sạch, có mùi hương dễ chịu không chỉ phá tan nơi trú ẩn của vi khuẩn gây bệnh, mà còn mang lại cảm giác thư thái khi bạn nghỉ ngơi.



Giữ vệ sinh nhà ở

Là việc làm hết sức cần thiết, không chỉ làm giảm khả năng gây bệnh cho con người mà còn cho ta cảm giác thư thái, dễ chịu.
Vật dụng, đồ dùng trong nhà thường xuyen lau chùi sạch sẽ, tránh ruồi, chuột, bọ, gián và các loại côn trùng.
Lau chùi nhà vệ sinh, phòng tắm cho sạch sẽ, loại bỏ các vết dầu mỡ ngay nhà bếp, thường xuyên cọ rửa xoong chậu, các dụng cụ làm bếp.

Điều chỉnh nhiệt độ và độ ẩm trong phòng

Giữ cho không khí trong phòng luôn sạch sẽ, thoáng mát, không nên hút thuốc trong phòng, không để cho khói bếp bay vào phòng. Buổi sáng, sau khi thức dậy, nên mở cửa sổ để không khí được thay đổi và điều

chỉnh nhiệt trong phòng vào những ngày mưa lạnh.
Phòng ngủ của người già và trẻ em cần đặc biệt coi trọng, không được để nhiễm phong hàn dẫn đến bị cảm. Không được phơi quần áo ướt trong phòng; phải làm tốt công tác chống ẩm như trải thảm nhà, đặt thuốc chống ẩm, trồng các chậu cây cảnh có khả năng hút ẩm tốt.



Trồng các loại cây xanh xung quanh nhà

Cây xanh giúp loại bỏ các chất gây ô nhiễm đặc biệt là formaldehyde
Cây huyết dụ: dễ trồng trong điều kiện ít ánh sáng, sống tốt kể cả khi thiếu sự chăm sóc thường xuyên, loại bỏ các độc tố hoá học trong môi trường sống.



Cây chà là: có thể chịu đựng mức độ ánh sáng thấp nhưng cần khoảng không gian rộng, loại bỏ được phần lớn các chất gây ô nhiễm, đặc biệt là xylene.
Cây sung cảnh: là một cây trồng lớn, đẹp có thể dùng trang trí trong nhà, dễ chăm sóc và khả năng khử

không khí độc.
Cây tre loại bỏ được các chất benzene, trichloroethylene, formaldehyde, tạo cảm giác yên bình, trong lành cho bất cứ môi trường nào.

Bài viết liên quan

Tổng vệ sinh giặt thảm tại Trung Tâm Đào Tạo Sacombank

Cảm ơn Quý Ngân Hàng Thương Mại Cổ Phần Quốc Dân

Cảm ơn Khách hàng Liên Doanh Việt -Nga

Chúc Mừng Năm Mới 2023

Cảm ơn Quý khách hàng đã đồng hành cùng chúng tôi

Sự cần thiết phải bảo trì kính định kỳ