Sạch Sẽ và Khỏe Mạnh

american cleaning institute℠
for better living

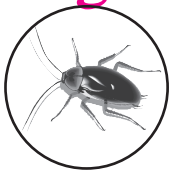
Sạch sẽ để ngăn ngừa các bệnh Dị Ứng và Bệnh Suyễn

American Cleaning Institute • www.cleaninginstitute.org • info@cleaninginstitute.org

Sạch sẽ để ngăn ngừa các bệnh Dị Ứng và Bệnh Suyễn

Nếu bạn và con em bạn bị các bệnh dị ứng hoặc bệnh suyễn, chắc bạn cũng biết có nhiều nguyên nhân có thể gây bệnh, mang lại bệnh, hoặc là ồnguyên nhân,ố là ồnhân quả,ố sự tấn công hoặc lan tỏa của bệnh suyễn. Các nguyên nhân gây bệnh suyễn được gọi là dị ứng nguyên. Có người chỉ bị dị ứng do một tác nhân mà thôi--thí dụ như con mọt bụi. Có người thì bị dị ứng do nhiều tác nhân khác nhau.

Các nguyên nhân gây dị ứng thông thường là:

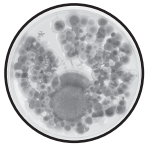
lông thú vật,

gián,

con mọt bụi,

Hút thuốc lá là nguyên nhân gây ra bệnh suyễn.

Tránh hút thuốc trong nhà khi có người bị suyễn.

Sạch Sẽ

 nấm/mốc, bụi phấn hoa.

Sạch sẽ có thể ngăn ngừa các nguyên nhân kể trên. Đó là một trong những bước đầu tiên và dễ dàng nhất mà bạn có thể thực hiện để giúp giảm thiểu sự bộc phát, lan rộng sự phát sinh dị ứng hoặc bệnh suyễn.

Hãy bắt đầu bằng một kế hoạch chống tác nhân gây dị ứng.

1

Hợp tác với bác sĩ riêng của bạn hoặc với bệnh viện để tìm xem dị ứng nguyên nào gây ảnh hưởng nhiều nhất đến con em bạn và bạn.

Nếu bệnh suyễn bộc phát nặng, thì bạn cần tìm đến bác sĩ, ông hoặc bà bác sĩ có thể đề nghị bạn sắp xếp, thay đổi lại đồ đạc trong nhà. Thí dụ như: đem tấm thảm ra khỏi phòng ngủ.

2

Tập trung ngăn ngừa các tác nhân gây dị ứng kể trên.

3

Hãy bắt đầu bằng cách nào dễ nhất, ít tốn kém nhất. Chẳng hạn như lau, dọn.

Dự thảo một kế hoạch lau dọn từng phòng một, bắt đầu với phòng ngủ của người bị dị ứng. Thí dụ như:

- Giặt các màn treo, khăn, mền.
- Hút bụi, lau bụi.
- Lau các cạnh đường viền chung quanh khung cửa sổ.
- Lau sàn nhà.

Những lời khuyên:

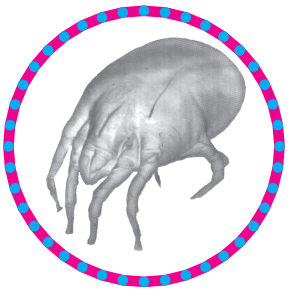
- Hỏi thăm bác sĩ hoặc bệnh viện của bạn những tin tức giáo dục có liên quan đến bệnh suyễn.
- Tham dự nhóm giúp đỡ người bệnh suyễn.
- Hãy viết ra tình trạng bệnh suyễn mỗi ngày của bạn.

Kế hoạch ngăn ngừa tác nhân gây dị ứng.

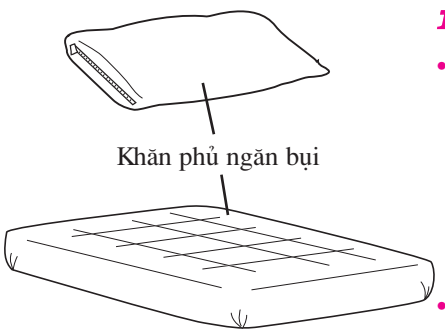
Các trang kế tiếp sẽ đề nghị với bạn các vị trí cần quét dọn, lau chùi, nơi mà tác nhân dị ứng sinh sôi hoặc tụ họp. Lau dọn càng thường xuyên càng tốt, cố gắng làm những gì bạn có thể làm được.

Phòng ngủ

Mọt bụi trong phòng ngủ là điều tệ hại nhất đối với người bị dị ứng và bị suyễn. Nhà nào cũng có mọt bụi. Bạn không thể nhìn thấy mọt bụi , chúng sống bằng những mảnh vẩy da nhỏ ỡ gối, chăn mền, nệm, đồ đạc và thảm. Bạn có thể ngăn ngừa bằng cách giữ cho giường ngủ sạch sẽ và bằng cách ngăn ngừa bụi.



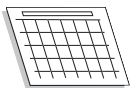
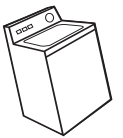
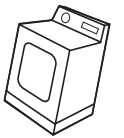
Ẩm + Ướt + Da thịt = Mọt bụi



Để ngăn chặn những mọt bụi trong phòng ngủ:

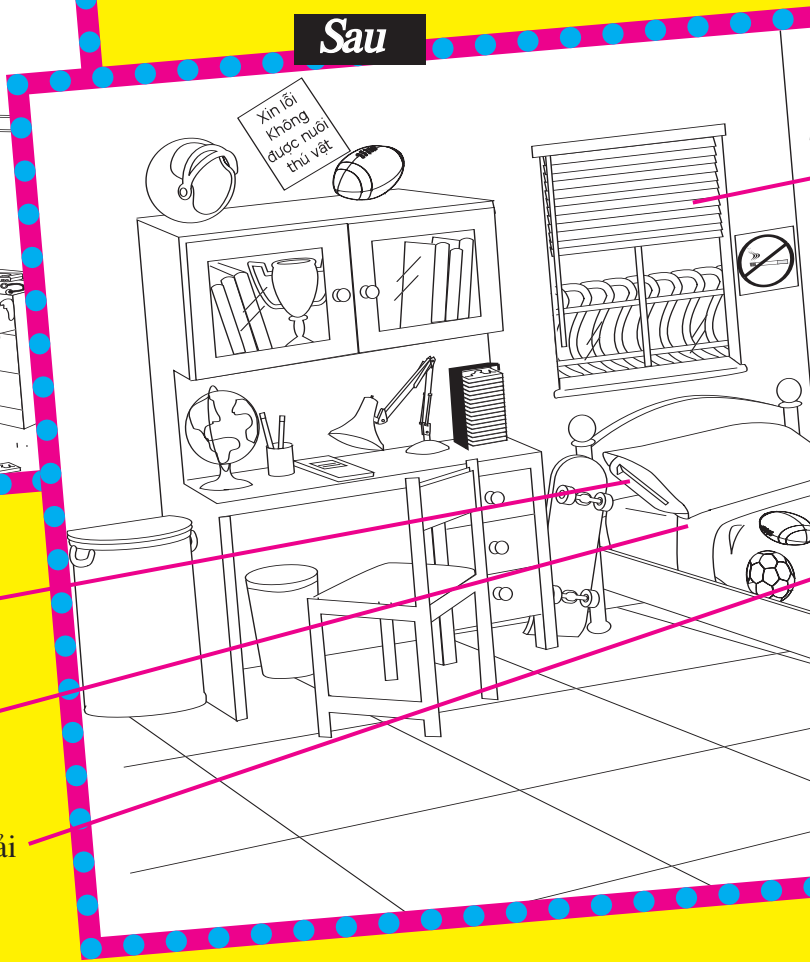
- Hãy xử dụng loại khăn phủ đặc biệt ngăn không cho mọt bụi đi xuyên qua gối, nệm. Đôi khi các loại khăn này được gọi là loại khăn ồcản thấm dị ứng nguyênố. Lau tấm khăn phủ giường bằng miếng vải ẩm hằng tuần. Nếu bạn không dùng khăn phủ, giặt gối ít nhất mỗi năm 4 lần, và thay mới mỗi năm.
- Đừng dùng thảm trong phòng ngủ. Hãy dùng loại vải sơn lót sàn nhà, sàn gỗ hay nhựa và thảm nhỏ có thể giặt được. Giặt các tấm thảm nhỏ 1 lần hằng tuần.

Giặt chăn, mềm, khăn để ngăn các mọt bụi

Cái gì	 bao nhiêu lần	 giặt rửa	 sấy khô
Khăn trải giường	Hằng tuần	Giặt bình thường trong máy giặt với nước ấm hoặc nóng. Giặt sẽ loại được dị ứng nguyên mọt bụi và các loại mọt bụi khác.	Khi có thể được, sấy khô trong máy sấy khô nóng để giết các mọt bụi. Phơi khô chăn màn bên ngoài sẽ bị dính bụi và phấn hoa.
Gối	Giặt gối ít nhất là 4 lần một năm (trừ khi bạn dùng tấm phủ ngăn bụi).	Giặt rửa 2 gối một lần một với chu kỳ chậm.	Làm khô gối trong máy sấy khô. Mang ra và giũ để không bị méo mó.
Mền, khăn thêu, trải giường, tấm lót nệm	Giặt ít nhất hằng tháng một lần.	Giặt rửa chu kỳ chậm.	Làm khô bằng máy sấy khô, ngừng để giũ vài lần. Bỏ vào 1 khăn ướt để giúp làm khô ráo.

Trước

Sau

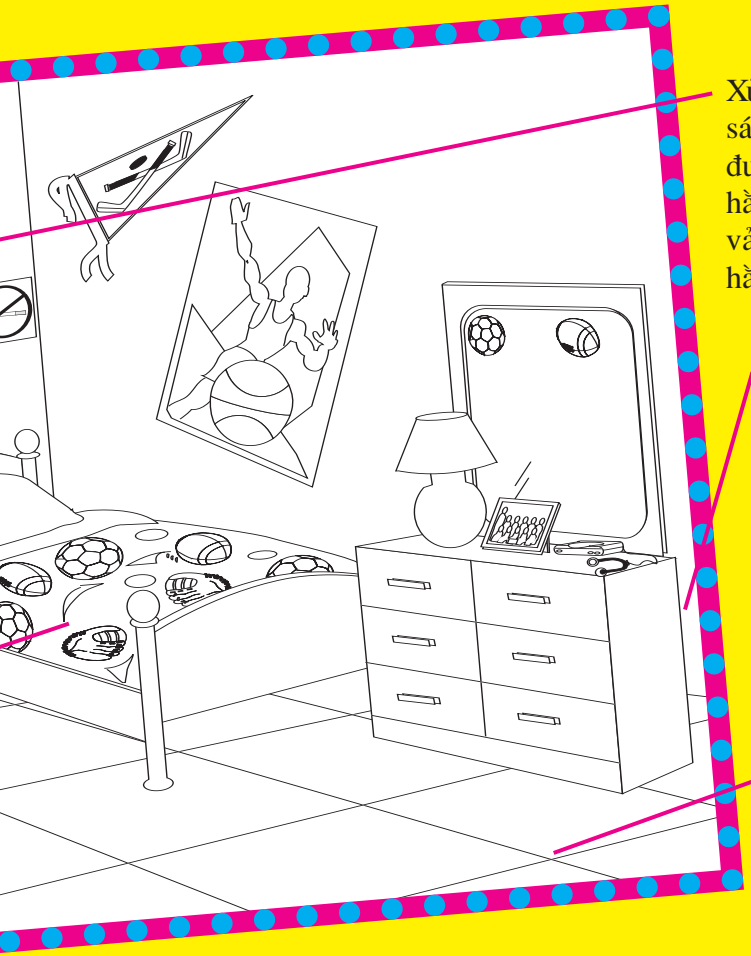


Xử dụng loại gối đặc biệt chống mọt bụi và các tấm khăn trải giường. Lau sạch bằng khăn ẩm hàng tuần.

Giặt các khăn trải giường hằng tuần.

Giặt các tấm mền và khăn trải giường hằng tháng.

Phòng ngủ



Xử dụng các loại màn, tấm sáo hoặc loại có thể giặt được. Lau các màn hằng tuần bằng miếng vải ẩm. Giặt màn cửa sổ hằng tháng.

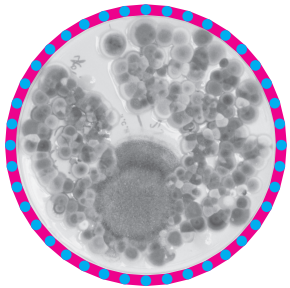
Lau chùi những dụng cụ gia đình hằng tuần, dùng các sản phẩm tẩy bụi hoặc dùng một miếng vải đặc biệt để giữ bụi (miếng vải khô chỉ làm bụi rơi rãi rác xung quanh thêm).

Hút bụi (xem trang 19) và lau sàn với nước hằng tuần.

- Các cửa phòng kho phải luôn đóng lại.
- Dựng lên một khu vực chơi cho trẻ trong một phòng khác nơi mà các đố chơi dối bông và đố chơi khác có thể cất trong đó.
- Xử dụng lại sàn nhà bằng gỗ hoặc nhựa thay vì bằng thảm.

Phòng tắm

Nấm, mốc là các thực vật cực nhỏ mọc lên ơ nơi ẩm thấp. Chẳng hạn nơi phòng tắm. Nấm, mốc thải ra các ồbào tửố mắt thường Không thấy được trong không khí. Các ồbào tửố này bay trong không khí, gây dị ứng và bệnh suyễn. Và bất cứ khi nào dừng lại, các ồbào tửố này tạo nên những nấm, mờc mới.

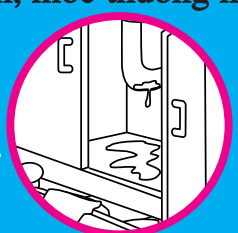


Ẩm + Ướt = Nấm Mốc

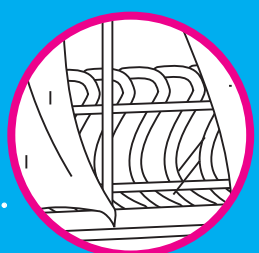
Nơi nấm, mốc thường hay ẩn trú

Nơi sàn, tiếp nối với bồn tắm hoặc phòng tắm.

Bên dưới các bốn rửa chén.



Các khung cửa sổ và đường viền khung cửa sổ.



Sửa chửa các lỗ rò rỉ và giữ các nơi này sạch sẽ, khô ráo.

Nấm, mốc cũng phát sinh nơi các dụng cụ ồướtố chẳng hạn như máy điều hòa, máy hút ẩm (làm giảm độ ẩm trong không khí), máy làm ẩm (làm ẩm không khí). Bạn cần theo lời hướng dẫn của nhà sản xuất để thay lưới lọc và lau dụng cụ đều đặn.

Đọc nhãn hiệu để tìm các sản phẩm ngăn ngừa hoặc loại bỏ nấm mốc.

Nếu nhãn hiệu ghi:

Thuốc loại bỏ nấm mốc Sản phẩm này loại trừ nấm mốc và vết bẩm.

Nếu nhãn hiệu ghi:

Thuốc tẩy uế

Sản phẩm này ngăn ngừa và chống sự tăng trương của nấm mốc và diệt được nấm mốc.

Trước khi xử dụng, bạn cần lau chùi khu vực bạn xử dụng thuốc này.

Nếu nhãn hiệu ghi:

Thuốc tẩy uế và khử trùng

Sản phẩm sẻ làm sạch và diệt được nấm mốc.

Hãy đọc nhãn hướng dẫn để xem thời gian cần phải để thuốc ngấm trên bề mặt là bao lâu (thường là từ 30 giây cho đến 10 phút).

Nếu nhãn hiệu ghi:

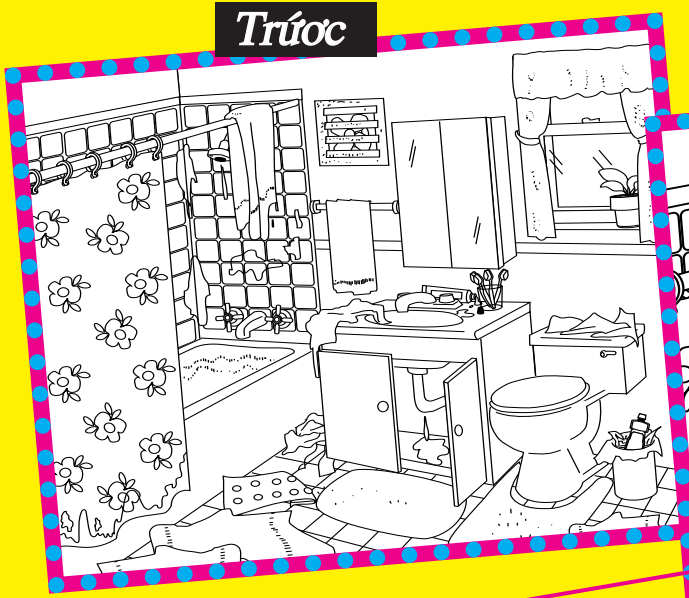
Thuốc lau rửa phòng tắm.

Sản phẩm ngăn không cho nấm tăng trương.

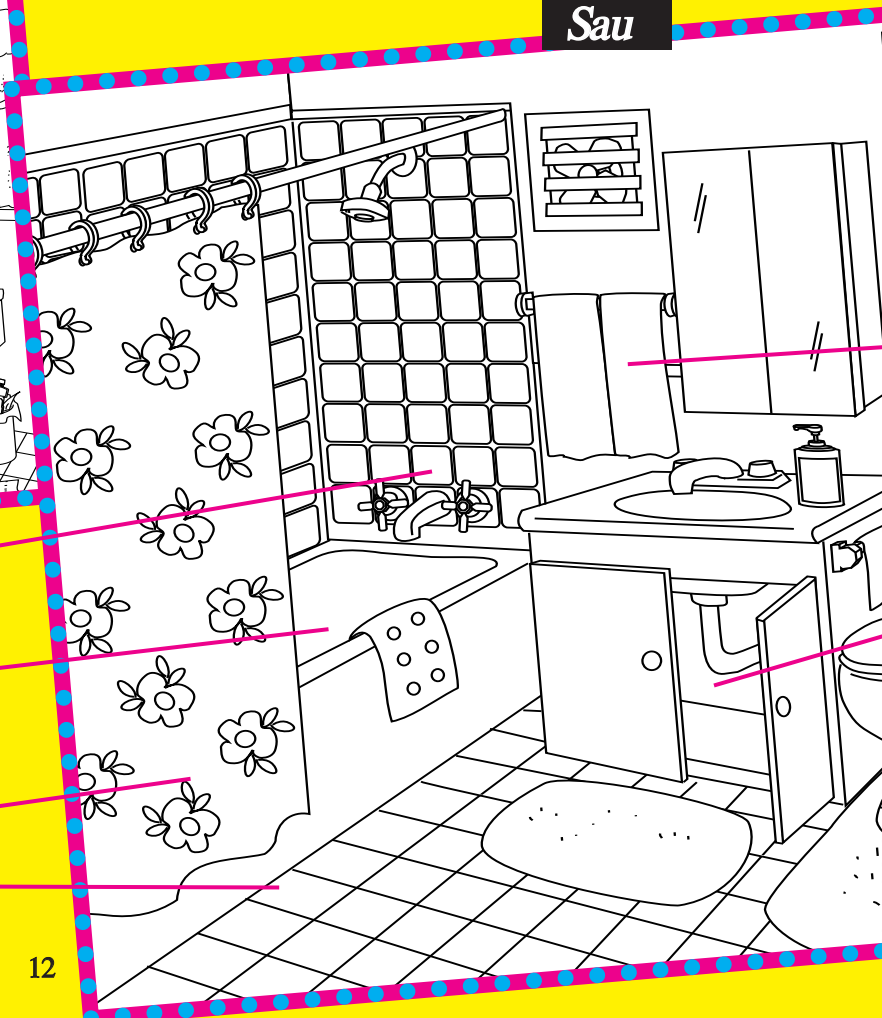
Xử dụng sau mỗi lần tắm.

Những lời khuyên: Xử dụng thuốc tẩy uế hoặc thuốc tẩy uế và khử trùng lau rửa từ hai đến ba lần trong một tuần để ngăn không cho nấm mốc quay lại.

Trước



Sau



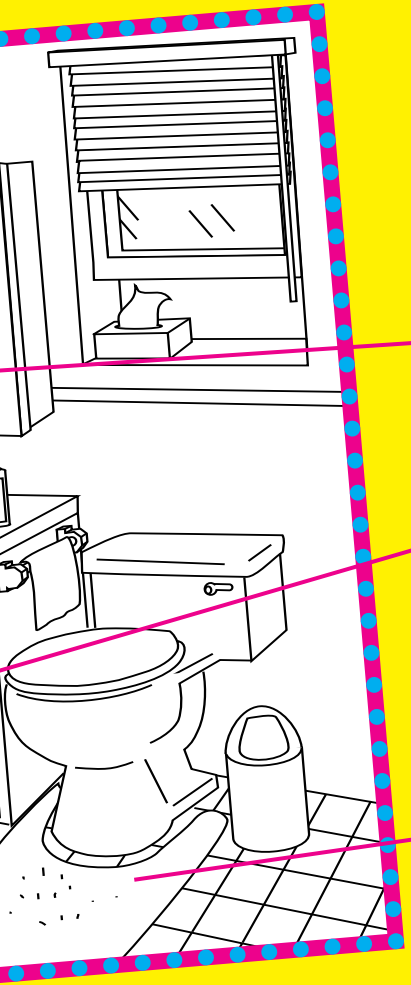
Lau chùi bờn tắm và vách bồn tắm hằng tuần.

Lau mảng bám xà phòng trên bồn tắm hằng tuần, vì nấm mốc trên đó.

Giặt màn bồn tắm hằng tháng.

Quét sạch nước chung quanh bồn tắm và phòng tắm hằng ngày. Lau sạch hằng tuần.

Phòng tắm



Giặt khăn lau và khăn phòng tắm hằng tuần.

Giữ cho khô và sạch chung quanh, bên dưới bồn cầu. Sửa ngay nếu bị hỏng!

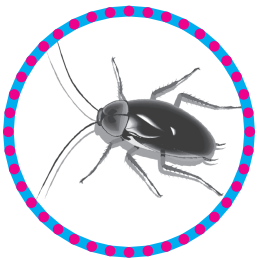
Giặt rửa các tấm thảm nhỏ hằng tuần.

- Lau các vách phòng tắm sau khi tắm.
- Các cửa và màn phòng tắm đừng khóa để các vách được khô mau.
- Khi có thể, đừng khóa các cửa sổ hoặc dùng quạt hút để thổi không khí ẩm ra ngoài sau khi tắm.
- Xử dụng nhựa vải sơn hoặc gạch bông cho sàn phòng tắm.

Nhà bếp

Thức ăn và độ ẩm lôi cuốn con gián - chẳng hạn mảnh vụn thức ăn, đầu ăn, nước uống. Điều quan trọng là cất hoặc đậy lại tất cả thức ăn, đố ăn và nước, đặc biệt là buổi tối là thời gian con gián hoạt động mạnh.

Thức Ăn + Nước =



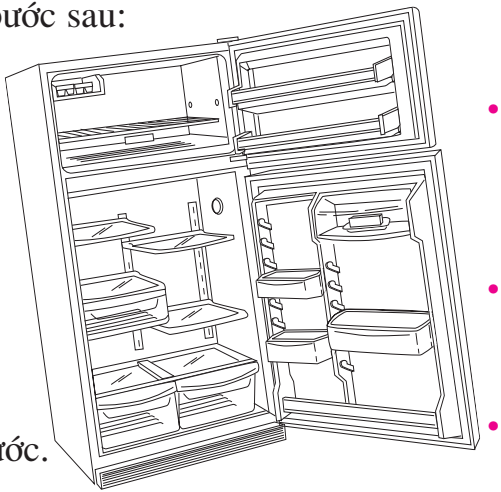
Gián

Lau tủ lạnh

Gián thường vây quanh tủ lạnh vì thức ăn đổ rơi vãi và ẩm. Thức ăn đổ vãi và ẩm cũng tạo ra nấm mốc. Giữ tủ lạnh sạch sẽ là góp phần ngăn ngừa tác nhân dị ứng.

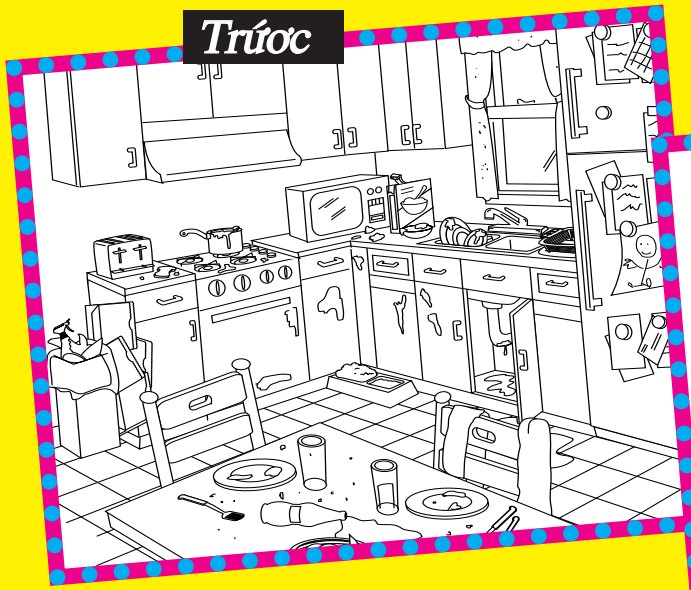
Nếu có sách hướng dẫn xử dụng tủ lạnh, hãy theo sự hướng dẫn.

Nếu không, thực hiện các bước sau:

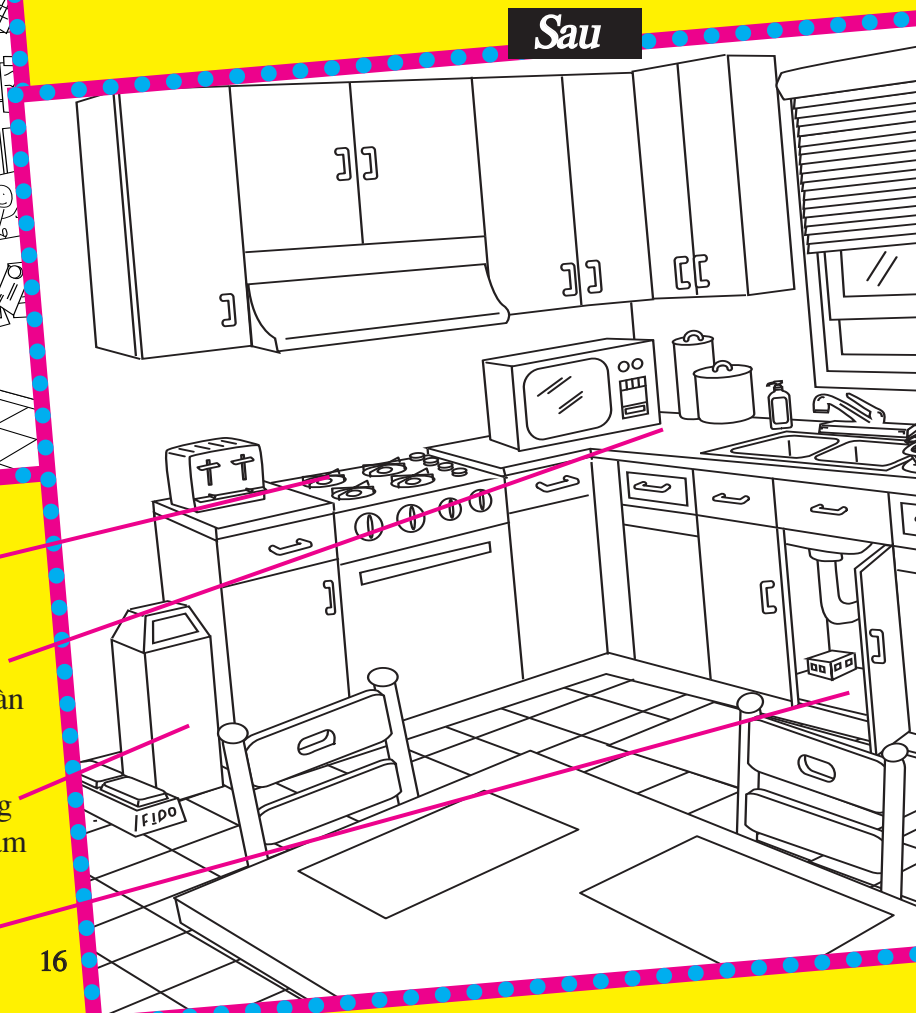


- Tắt nút controls.
- Rút dây điện tủ lạnh.
- Tháo ra và rửa sạch các ngăn với dung dịch tẩy rửa chén đĩa hoặc dung dịch tẩy rửa nói chung . Bạn có thể hỏi người quản lý làm việc này.
- Tháo ra và rửa sạch vĩ hứng nước.
- Lau mốc trên đường viền bằng cao su xung quanh cửa tủ lạnh; xử dụng 1 dung dịch 3/4 của một tách bleach và một gallon nước (hoặc 3 muỗng bleach và 1 quart nước).
- Lau các vách, các ngăn bằng thuốc tẩy rửa hoặc dung dịch nước và baking soda.
- Lau sạch nước trong các ngăn kéo và lau thường xuyên
- Lau dọn ngay các thứ đổ vãi, đặc biệt như nước từ thịt tươi, gà vịt và cá. Lau rửa bằng thuốc tẩy uế (khử trùng)

Trước



Sau

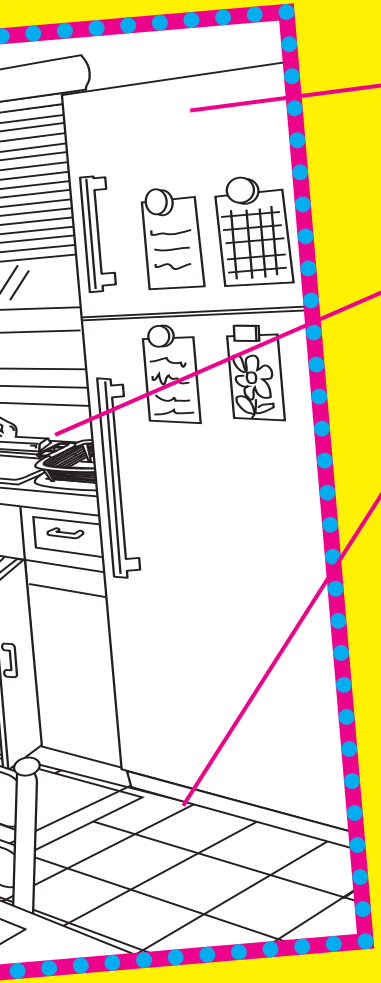


Lau thực phẩm, mỡ dính vào lò hằng ngày. Nếu được, lau sạch phần dưới và đằng sau lò bếp.

Lau sạch thức ăn đổ trên mặt quầy bếp, các mảnh vụn thức ăn, các chất lỏng thực phẩm trên các mặt bàn và sàn bếp ăn ngay lập tức.

Đổ rác hằng ngày. Lau, tẩy rửa thùng đựng rác và thùng đựng vật tái sinh hằng tuần. Các thùng này nên được làm khô ráo trước khi bao đựng rác được đặt vào đó.

Giữ các ngăn hộc bên dưới bồn rửa chén khô ráo.



Lau trong, lau ngoài tủ lạnh. Nếu được hút bụi bên dưới (xem trang 15).

Rửa và làm khô ráo tất cả chén bát ngay sau bữa ăn.

Phải lau rửa sàn nhà bếp ít nhất mỗi tuần một lần.

Nhà bếp

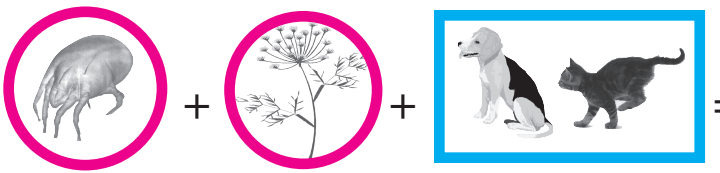
- Thực phẩm phải được đậy kín.
- Đừng để nước đọng lại trong những vật chứa (hủ, lọ, lon).
- Đậy bất cứ thức ăn nào (ngay cả thức ăn chó, mèo) sẽ phải để dành qua đêm.
- Xử dụng mồi, bẫy để diệt gián. Xem chỉ dẫn trên sản phẩm.
- Vá bất cứ vết nứt nào trên tường hoặc kệ đố ăn nơi mà gián có thể bò tới.

Thải bỏ các bao giấy đựng thức ăn. Gián thích sống nơi các bao này.

Khu vực phòng khách

Khi con trẻ chơi hay bò trên sàn nhà, các em, các cháu hít phải các nguyên nhân gây dị ứng này. Chúng ta nên cố gắng giữ sạch sẽ các tấm thảm, đố bằng gỗ như tủ, giường, bàn ghế gỗ, màn cửa sổ.

Thảm Và Đồ Bằng Vải Dễ Dính

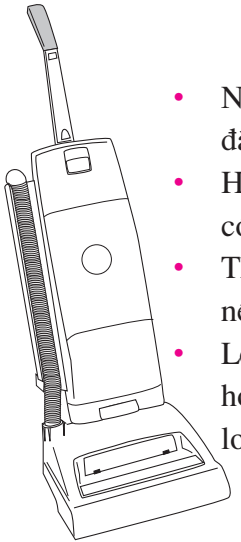


mọt bụi + bụi phấn hoa + lông thú vật = Các Dị Ứng Và Bệnh Suyễn

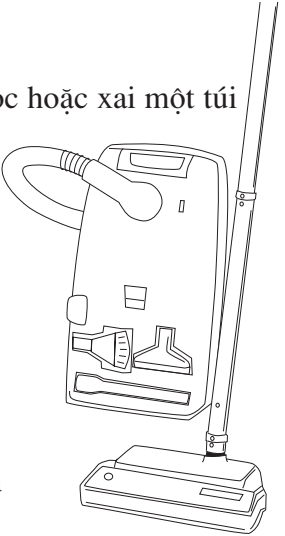
Giữ các tấm thảm sạch sẽ để ngăn ngừa các nguyên nhân gây dị ứng

Khi dùng máy hút bụi, một số các tác nhân gây dị ứng nơi các tấm thảm và các tấm phủ bay vào trong không khí. Nếu có thể được, hãy để người nào không bị dị ứng làm các việc hút bụi. Hoặc là mang mặt nạ, kiếng che chắn bụi nếu mắt bị dị ứng.

Lời khuyên dùng máy hút bụi



- Nếu được, dùng máy hút bụi có lưới lọc hiệu HEPA và / hoặc máy hút lưới lọc hoặc xai một túi đặc biệt để giữ chất dị ứng trong đó.
- Hút bụi ít nhất là một tuần một lần. Hút bụi thường xuyên nếu bạn có nuôi chó, mèo.
- Thay cái bọc chứa bụi bên trong máy khi bọc đầy phân nửa (hoặc bỏ đi nếu đã dùng qua).
- Loại máy hút bụi đứng thẳng hoặc loại nhỏ có ống nối dễ hút và thích hợp nhất để hút bụi các tấm thảm. Nó hút được nhiều bụi hơn máy hút loại nhỏ không có ống nối.
- Máy hút bụi loại nhỏ thì thích hợp để hút bụi nệm thảm, các khăn phủ đố đạc, màn sáo và hút bụi dệ.



Nếu thảm bị ướt

Nấm, mốc và vi khuẩn sinh sôi nơi các tấm thảm ẩm ướt. Thảm mà bị ẩm, ướt hơn 24 tiếng đống hố cần phải được thay tấm khác hoặc được làm sạch đúng cách.

Lời Khuyên

Các trang bị đặc biệt cho máy hút bụi

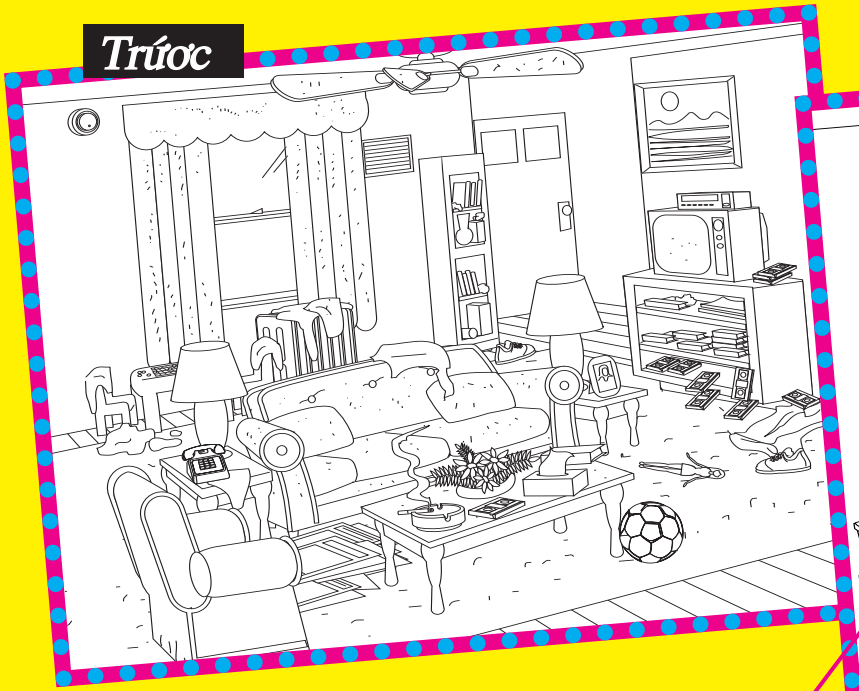
Đối với các máy hút bụi cũ:

- Một túi đặc biệt để đựng chất dị ứng vào trong.
- Một máy hút lưới lọc

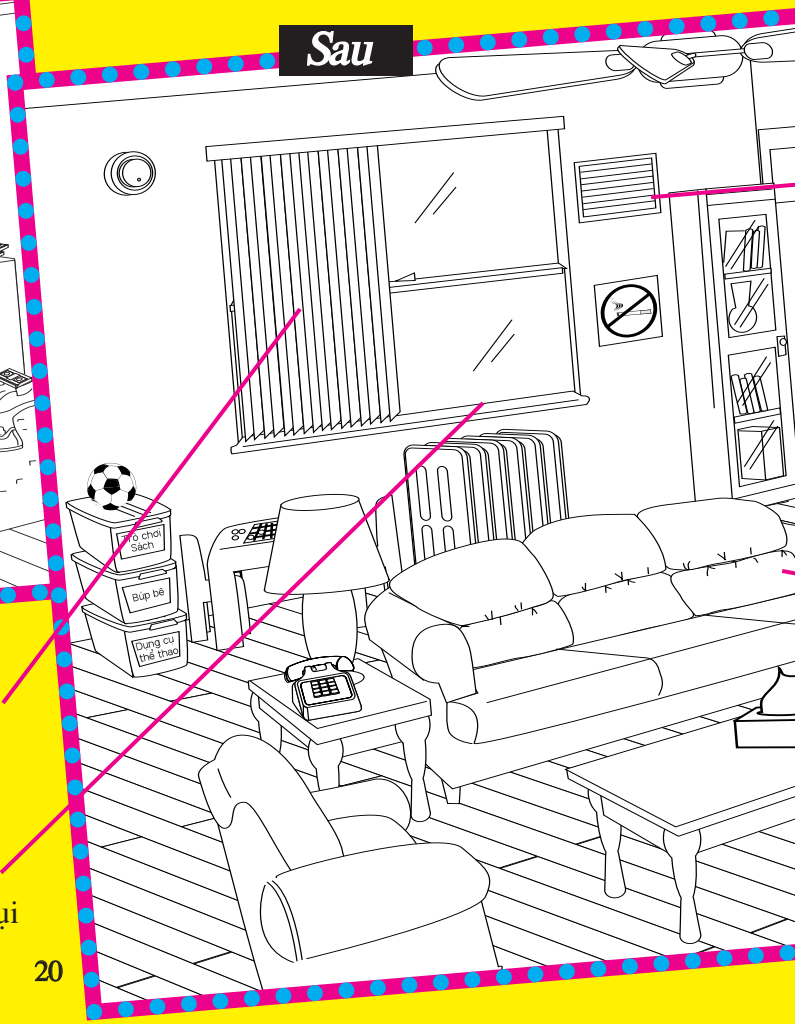
Nếu xài máy mới nên có:

- Một máy lưới lọc hiệu HEPA.
- Túi đặc biệt để đựng chất dị ứng vào trong.

Trước



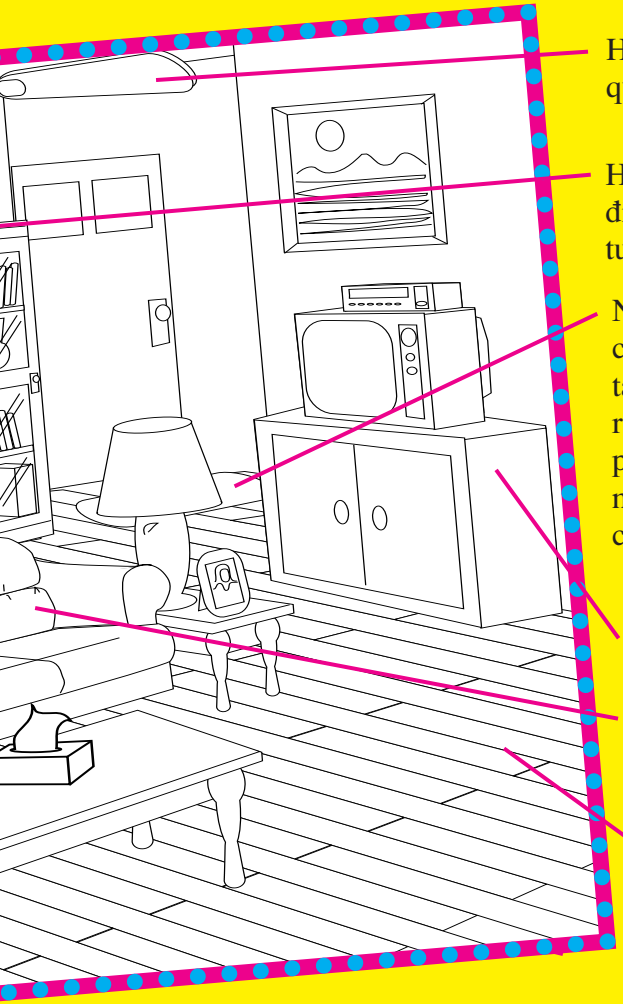
Sau



Về màn cửa sổ, nên dùng loại trơn láng hơn là bằng vải. Nếu xử dụng màn, mua loại giặt rửa được. Quét và lau bụi màn hằng tuần dùng khăn ẩm và sạch. Giặt màn hằng tháng.

Thường xuyên lau sạch, giữ khô ráo khung cửa sổ, viền xung quanh cửa sổ. Bụi bặm tụ tập nơi đây thường là bụi phấn hoa, nấm mốc, và các bụi nhỏ.

Khu vực phòng khách



Hằng tháng Dùng khăn ẩm và sạch, lau quạt trần và đèn trần nhà

Hút bụi (xem trang 19) hoặc lau máy điều hòa không khí với khăn ẩm hàng tuần.

Nên xài các loại thảm dậm chân giặt được và đặt các tấm dậm chân ngay các cửa ra vào để nó giữ bụi bậm, phấn hoa, các bào tử nấm mốc. Hằng tuần nên giặt rửa các tấm thảm dậm chân này.

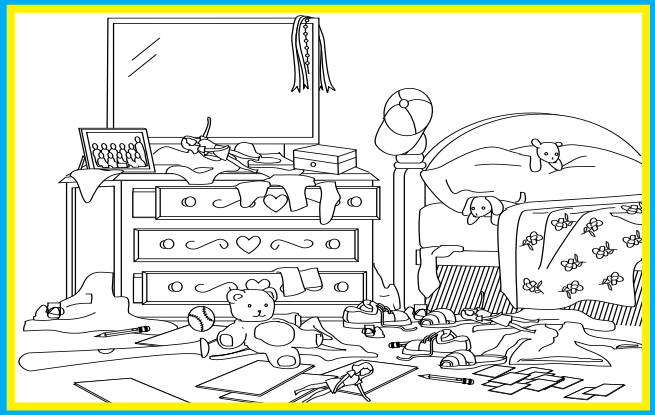
Lau chùi bàn ghế hàng tuần.

Thường xuyên hút bụi nệm ghế.

Hút bụi (xem trang 19)và lau với vải ẩm sàn nhà tối thiểu hàng tuần một lần.

- Cất giữ đố chơi, sách, ồnhững vật trưng bày, trang tríố, thú dối bông trong một kệ có cửa đóng lại hoặc cất giữ trong các thùng nhựa.
- Máy điều hòa, máy sửoi cần phải có lưới lọc bụi (filter). Nếu được, thường xuyên thay các lưới lọc bụi.
- Xài loại đố gỗ trơn láng, dễ lau chùi, nếu được.

Kế Hoạch Dọn Dẹp, Sắp Xếp Cho Gọn Gàng



Bạn muốn tiết kiệm thời gian và giảm thiểu tác nhân gây dị ứng không? Thì đừng bừa bãi nữa!

Nhiều đố đạc lộn xộn bừa bãi chất đống trong phòng mang lại hậu quả tệ hại hơn. Vì nó tạo điều kiện cho bụi bặm và các tác nhân gây dị ứng tích tụ, việc làm vệ sinh phòng khó khăn hơn. Sau đây là 4 bước đơn giản để giảm bớt sự bề bộn bừa bãi.

1. Phân Loại

Trước hết là phòng ngủ, lấy hết các đố trong các ngăn bộc, ngăn kéo, tủ quần áo, kệ, bên dưới giường. Để các món này theo từng nhóm, áo ra áo, giầy ra giầy, đố chơi với đố chơi, sách đi với sách, học cụ (dụng cụ học sinh) theo dụng cụ học sinh, đố thể thao, vân vân, theo từng loại.

Cùng giúp trẻ lượm lặt đố chơi, thứ gì quan trọng và phân ra thứ gì không còn dùng nữa.

Bạn có thể cho các đố chơi cũ, sách cũ, quần áo cũ cho bạn bè, trung tâm cộng đống hay các lớp mẫu giáo, vỡ lòng. Bạn cũng có thể bán được đố cũ.

2. Vật dụng cần có nơi, có chỗ

Để các món đố cùng chung loại với nhau để con trẻ biết mà tìm khi chúng cần tới. Thí dụ: tập vỡ, sách cập táp để gần nơi bàn nơi con trẻ làm bài, học hành, đố chơi nơi khu vực chơi cho trẻ vân vân.

Nói chung tạo sự dễ dàng cho con trẻ, giúp dễ tìm dễ thấy, dễ lấy đố của chúng.

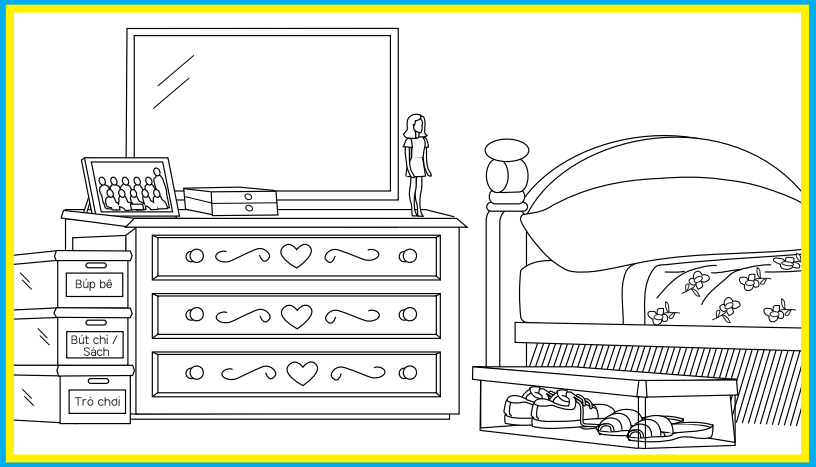
3. Cất giữ đố vật

Cất trong các học tủ, ngăn kéo, tủ, hộp đậy kính, hộp nhựa để không bị bụi bặm.

Dán nhãn lên các chai lọ, hộp để nhớ có gì trong đó. Tập cho con trẻ viết hay vẽ các nhãn hiệu.

4. Xử Dụng

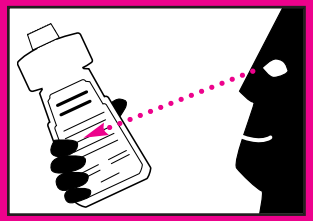
Rà lại, xem lại ồkế hoạch dọn dẹp, sắp xếp cho ngăn nắpố với con trẻ. Nhắc con em là đố đạc bừa bãi sẽ gây ra bệnh suyễn. Giúp con em để lại món đố vào nơi mà chúng lấy ra xài, trước khi lấy ra một món nào khác. Hoặc là, dự trù 5 phút dọn dẹp mỗi tối.



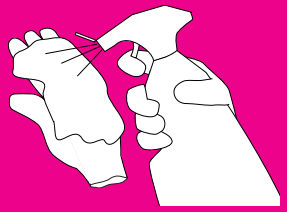
Giữ sạch sẽ ngay cả khi bạn bị dị ứng hay suyễn

Thật khó mà tránh được tác nhân gây dị ứng một khi nó bay trong không khí. Khi lau bụi, hút bụi đủ làm cho không khí có bụi. Cũng như các phần tử khác trong không khí, đôi khi các sản phẩm máy hút bụi, quét bụi cũng gây ra bệnh suyễn. Nhưng quan trọng vẫn là giữ sạch sẽ, quét dọn. Nếu không, nấm mốc và các tác nhân gây dị ứng khác sẽ sinh sôi nẩy ra và các triệu chứng bệnh suyễn sẽ tệ hơn.

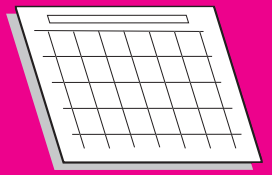
Những lời khuyên quan trọng nếu bạn bị dị ứng hay suyễn:



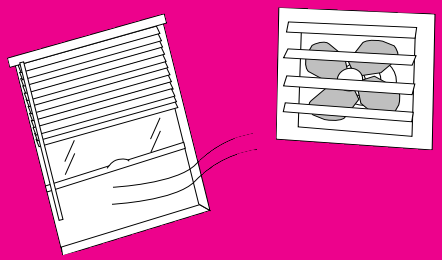
Đọc và làm theo lời chỉ dẫn trên sản phẩm. Vì lời hướng dẫn chỉ cách xử dụng, và giữ gìn an toàn như thế nào, và xài cho đúng cách, thích hợp.



Nếu bạn xài loại bình, chai xịt, thì xịt chất tẩy rửa đó lên một vải miếng xốp trước tiên thay vì lên trên bề mặt mà bạn muốn lau rửa.



Chia công việc lau, quét dọn thành từng phần nhỏ. Trải đều trong vài ngày thay vì làm tất cả trong một lúc.

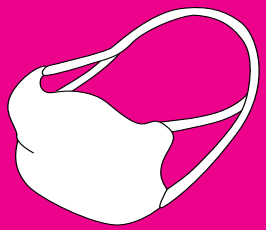


Lau, quét dọn nơi khu vực ôthông-gióố bằng cách cho cửa và cửa sổ thoáng hơi hoặc vặn quạt hút.

Rồi khỏi phòng khi bạn quét dọn xong và để không khí trong phòng bay ra.

Thử xài các loại sản phẩm và thuốc xịt trong nhà không có mùi hoặc không có mùi thơm.

Thử, xài thử nhiều loại khác nhau cho đến khi tìm được loại nào bạn ưng ý nhất.



Nếu bị suyễn nặng hãy để ai đó làm thay cho bạn. Khi phòng, nhà vừa mới quét dọn xong, không nên vào trong phòng, trong nhà.

Nếu bạn phải tự quét dọn, bạn nên đeo khẩu trang.

Yêu cầu, bảo con trẻ có bệnh suyễn ra khỏi phòng khi phòng mới vừa được lau, quét dọn.

Đừng bảo, bắt con trẻ có bệnh suyễn lau bụi hoặc hút bụi. Hãy để chúng làm các công việc khác chẳng hạn như rửa chén bát, đổ rác, vân vân.

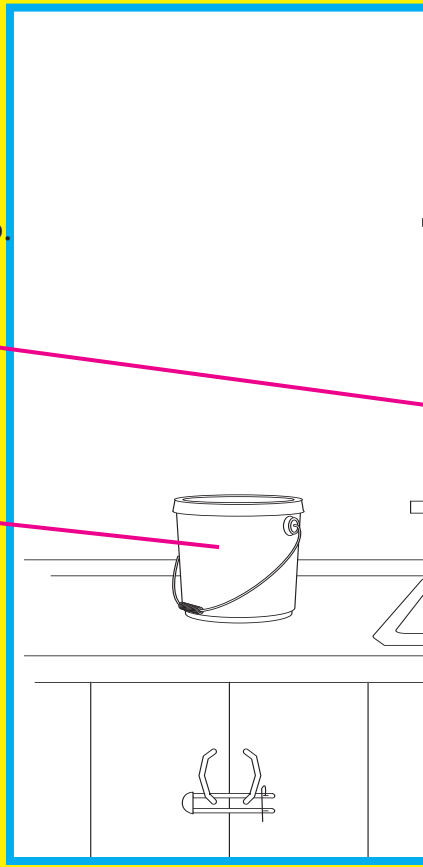
An Toàn Trong Việc Xử Dụng Các Sản Phẩm

Các sản phẩm thuốc tẩy rửa đều đã được nhà sản xuất kiểm tra sự an toàn trước khi được xử dụng. Nhưng tai nạn vẫn có thể xảy ra, đặc biệt với trẻ nhỏ.

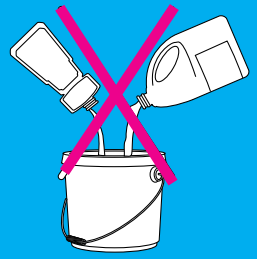
Đây là vài cách xử dụng sao cho an toàn:

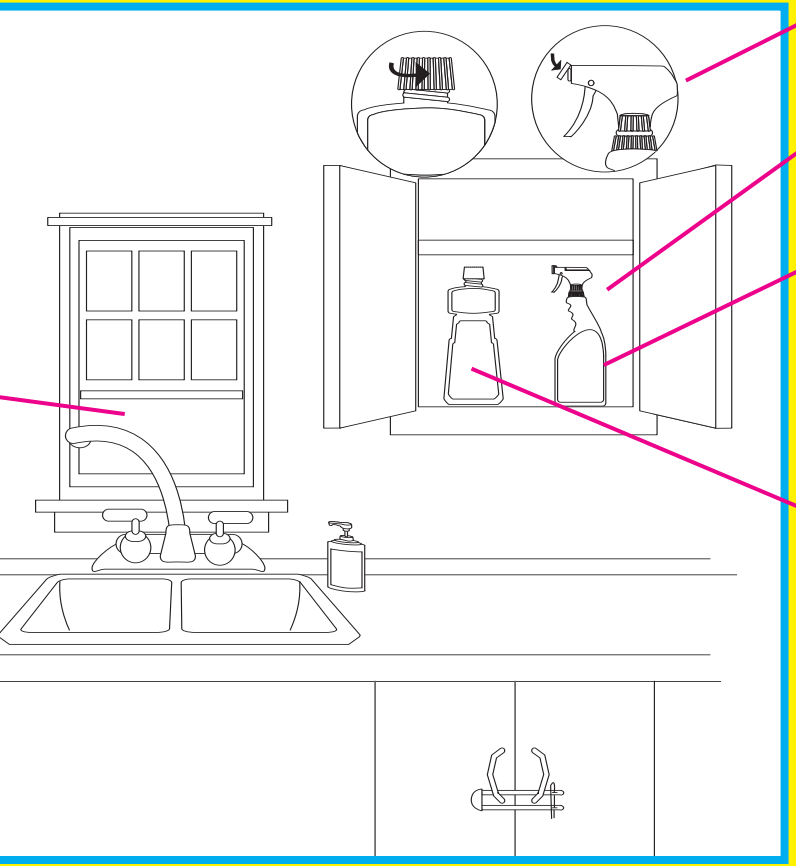
Đừng đóng cửa sổ khi xài các thuốc tẩy rửa, đặc biệt là trong trường hợp có người bị suyễn đang trong nhà khi bạn đang lau, rửa dọn dẹp phòng. Nói với người đó sang một phòng khác khi bạn đang làm vệ sinh dọn dẹp.

Đừng để các sô, chậu thuốc tẩy rửa nơi trẻ em, chó mèo có thể té vào. Trẻ con có thể bị chìm, chết trong một dung dịch dù là rất nhỏ. Với những sô lớn thì đặc biệt nguy hiểm hơn.



Không bao giờ nên trộn lộn các chất tẩy rửa với nhau. Vì nguy hiểm.



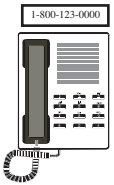


Đậy nắp và cất các bình, các chai thuốc tẩy rửa sau khi xài xong.

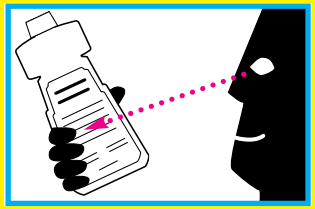
Nên cất nơi trẻ em không lấy được, xa nơi chó, mèo và xa đố ăn, thức uống.

Giữ các thuốc tẩy rửa trong các chai lọ có dán nhãn hiệu trên đó. Do đó nếu lỡ, con em nuốt phải, thì ta sẽ biết đó là thứ gì. Đừng bao giờ xài lại một chai rỗng không, hoặc chứa một chất khác trong các chai này.

Đọc và theo các lời chỉ dẫn. Bạn có thể gọi số phôn không phải trả tiền (1-800) trên nhãn nếu bạn có thắc mắc.



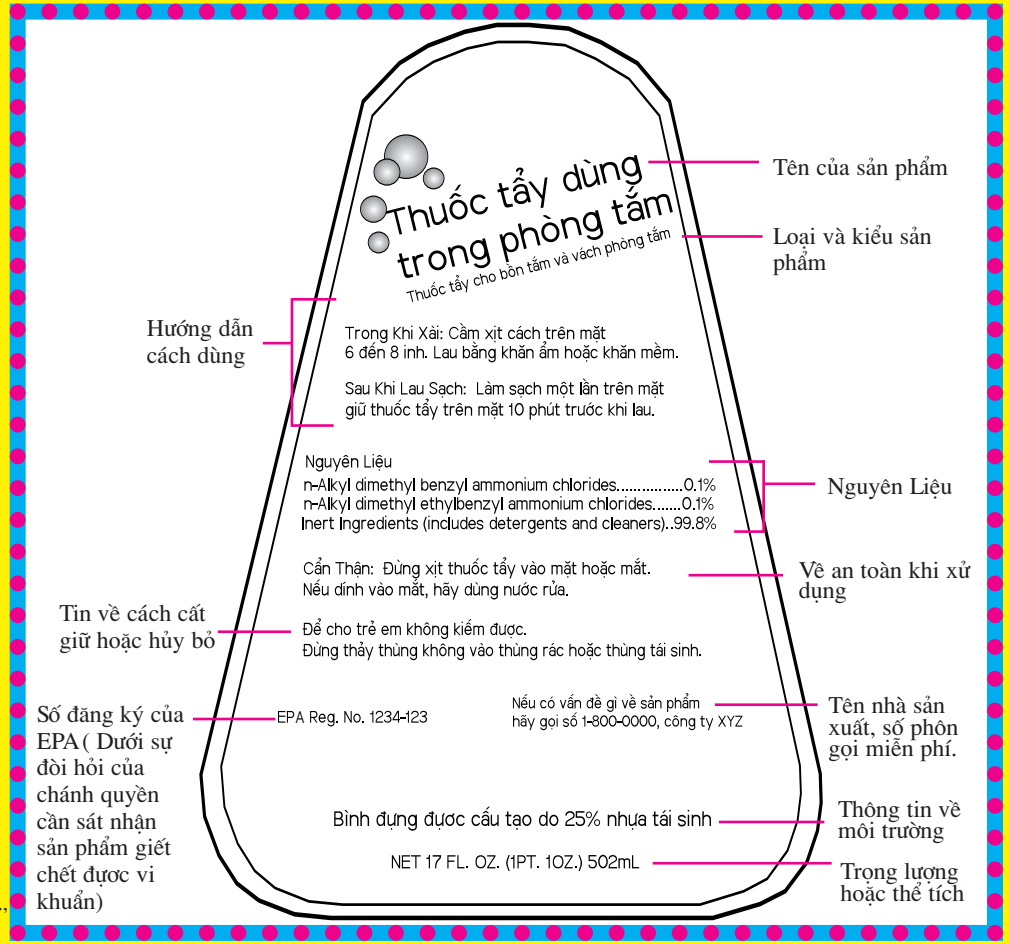
Tìm số điện thoại của trung tâm điều trị trúng độc tại địa phương nơi cư ngụ và để bên cạnh máy điện thoại của bạn phòng khi tai nạn xẩy ra.



Đọc nhãn hiệu

Bạn có biết là các chất thuốc tẩy có thể diệt nấm, mốc, vi khuẩn trong vòng 30 giây hoặc 10 phút mà thôi? Đọc nhãn hiệu. Mỗi sản phẩm có hiệu quả một cách khác nhau và các hướng dẫn cũng khác nhau khi xử dụng chúng.

Nhãn hiệu là nơi mà ta có thể tìm biết cách xử dụng sản phẩm. Cần theo lời hướng dẫn để đạt hiệu quả cao.



Developed in partnership with ZAP Asthma, Inc., Atlanta; New York City Childhood Asthma Initiative; Seattle Healthy Homes

© 2010, American Cleaning Institute.

www.cleaninginstitute.org • info@cleaninginstitute.org