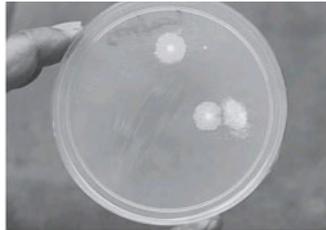
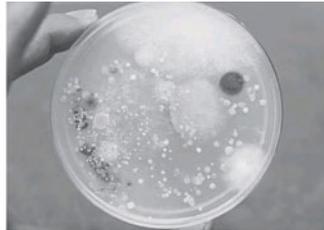


抱枕和脸部的培养基都呈现黄白菌落，可初步证明抱枕上的细菌都来自人体。



化验结果显示棉絮的细菌量最少。



抱枕套最常接触身体，化验结果也最丰富。



手指化验结果能看到黄白色的菌落和一丝丝似棉花的真菌菌落。

幸好内囊开了小缺口，可直接夹取里头的棉絮。



轻轻沾压蓝色抱枕套的前中后段，采样过程比预想的迅速简单。



采样时培养基一把压到“哎哟”的表情上，难道抱枕当下的心情？



取出一小撮棉絮后在培养基上曲折涂抹。



严福钗：枕头、玩偶上的细菌数量不够多，还不至于造成疾病。



【化验结果新鲜出炉】

细菌来自人体 抱枕套 细菌量最多

放在室温下培育6天后，培养基上都是黄白白的菌落。严福钗解释，根据它们的颜色、边缘、质地等，初步可以断定脸部、手指和抱枕3个部分的细菌是一样的，证明抱枕上的细菌都来自人体。而脸部和抱枕套的细菌量最多，枕芯的棉絮最少。

“其实，细菌无所不在。”严福钗解释，慰藉物上当然有细菌，不过主要来自人体肌肤。当人们拥抱枕头、抱枕、被或玩偶等慰藉物时，肌肤上的细菌也转移过去。而肌肤上的正常菌群（Normal Microflora）和人类是共生关系，通常不会对人体造成伤害。比起慰藉物，肌肤上汗水、皮屑提供更多营养，细菌生长的数量更多。

细菌导致人类生病，取决于细菌的种类，有害细菌也要达足够数量，并侵入人体才能引发疾病。有害细菌通过皮肤、黏膜组织如眼睛、呼吸道、肠道，以及伤口进入人体。如果身上有伤口，不一定要来自枕头，连肌肤上的细菌都可能导致伤口轻微发炎。

笼统而言，细菌分为良菌和害菌，良菌覆盖在皮肤和肠道，是人体的天然保护膜，防止有害细菌滋生。他进一步解释，有害细菌透过上述3种管道进入人体后，还需附着、滋生到一定数量才能渗透，因此在正常情况下并不容易造成疾病。

谈回慰藉物，严福钗表示，枕头、玩偶上的细菌数量不够多，还不至于造成危害。不过慰藉物的材质对细菌生长也有影响。以天然棉花为例，它提供细菌“食物”，加上汗水，细菌可以生存很久；非生物表面（Abiotic Surface）如人造纤维则不容易让细菌附着。另外，材料的亲水性（Hydrophilic）也有影响。在塑料等不亲水的材料，细菌需要足够的营养，并分泌出生物膜（Biofilm），才能附着在上面。

陈可君：晒太阳无法完全杀菌，但可以降低慰藉物上的微生物负荷。



勤清洗、晒太阳，做好卫生工作

不过，慰藉物也并非毫无危险。同样是UCSI大学应用科学学院的微生物专家陈可君助理教授指出，很多人长久以来不清洗慰藉物，忽视了细菌累积到一定数量时可能造成危险。

“其实很简单，偶尔拿玩偶、枕头去晒太阳，紫外线和高温就能杀菌，还能减少水分，让细菌难以滋生。”陈可君说，虽然晒太阳无法完全杀菌，但起码可以降低微生物负荷（Microbial Load）。

许多小朋友依赖慰藉物，上面可能沾有唾液、鼻涕。陈可君建议家长经常送洗这些慰藉物。“很多玩偶都可以直接用洗衣机清洗，而且把水温调至50至60摄氏度，能更有效杀菌。”当然，一些细菌能抗高温，高温清洗或晒太阳都不能完全杀菌，仅能减低细菌数量。

既然慰藉物上的细菌主要来自人体，生病时，病菌可能透过鼻涕、咳嗽时的唾液转移到慰藉物上。陈可君和严福钗都提醒，生病过后，慰藉物应该送洗和晒太阳杀菌。例如，呼吸道是细菌最常感染的部位，喉咙痛即是其中一种疾病，而病菌可以透过咳嗽、唾液、鼻涕传染。再来是结束户外活动，例如接触泥土后，人体也会把外部的细菌一并带走，因此回到家后务必洗手、洗澡才接触慰藉物。

两位微生物专家并不反对人们拥有慰藉物，不过提醒再提醒，一定要勤劳清洗和晒太阳。尤其是糖尿病患者，或生病了免疫力降低时，一定要更注意慰藉物和一般枕头、被的卫生。