

個人衛生

每一位實驗室工作者都應認知攝入化學品的危險，以下是維護個人衛生所必須注意的事項：

1. 禁止預備、儲藏（即使只是暫時的）任何食物、飲料於實驗室或在其內吃、喝任何東西。
2. 禁止在實驗室抽菸，因為已開封煙盒內的煙草會吸附化學品的蒸氣。此外抽煙時手指上的污染物可能會沾染至口唇。此外抽煙不但有害健康且有導致火災爆炸的危險。
3. 在實驗室內不要使用化妝品，實驗室中的化學物質蒸氣可能吸附於化妝品的油脂成份中。
4. 即使有配戴手套，離開實驗室前都要用肥皂徹底清洗雙手及手臂。不應用溶劑清洗皮膚，因為這些溶劑會除去皮膚上保護用的天然油脂，而產生刺激和發炎。有時溶劑本身會穿透皮膚進入人體，或者反而會促使皮膚對有毒物質的吸收。
5. 不要穿著或帶著實驗衣到飲食場所。
6. 實驗時所穿著的衣物，當被污染較多時即應丟棄。而實驗衣及受到藥品污染的衣物應單獨的清洗，不要與其他衣物相混洗。
7. 實驗時個人物品應放置清潔之處以免受到污染。
8. 使用吸管時應使用安全吸球等設備，不可用口。