

## 鉛中毒與您孩子的關聯



## 了解鉛對您孩子的影響

美国约有 50 万 1-5 岁儿童血铅含量超过 3.5 微克/分升 ( $\mu\text{g}/\text{dL}$ )。当血铅含量达到 3.5 微克/分升这一血铅参考水平时, 美国疾病控制和预防中心 (CDC, 英文缩写) 建议采取公共卫生行动。因为铅无色、无嗅、无味, 所以您可能不知道您的建筑物周围存在铅。您家中及周围环境的灰尘、油漆或土壤中可能含铅, 甚至连您的饮用水或食物中都可能含有铅。由于铅无法自然分解, 如果不被清除, 始终会造成问题。

在我们知道铅的危害有多大之前, 铅被用于油漆、汽油、水管和许多其他产品。我们现在已经了解铅所带来的危害, 美国现今的房屋油漆几乎不含铅, 含铅汽油已被淘汰, 家用管道也不再使用含铅材料制造。

## 鉛對您孩子健康的影響

铅可能对儿童造成严重的长期影响, 其中包括学习障碍、发育迟缓、多动、听力受损、甚至脑损伤。如果及早发现, 可以通过减少铅暴露和/或治疗来抑制这些影响。孕妇应避免与铅接触, 因为铅可以进入您的身体传递给胎儿。好消息是您可以采取以下简单措施来保护您的家人。

## 1. 给孩子做检测。

即使是外表健康的孩子, 体内的铅含量也可能很高。只有给孩子做检测, 您才能确认孩子是否有铅中毒。血液测试仅需 10 分钟, 并在一周内得知结果。

通常建议以下人士接受血液测试:

- 一至两岁的儿童。
- 暴露于高铅环境的儿童或其他家庭成员。
- 根据您所在州或地方筛查计划, 应接受检测的儿童。

如需了解在哪里为您的孩子进行检测, 请致电您的医生或当地医疗诊所。他们可以解释检测结果的含义, 以及是否需要接受进一步检测。



## 5. 请勿将铅尘带回家。

如果您从事的工作与建筑、拆除或油漆, 或电池相关, 或您的工作地点在散热器维修行或铅制品厂, 或者您爱好的活动涉及铅, 那么您可能会在不知不觉中铅通过手或衣服带入家中。您还可能将住宅周围的土壤中的铅带回家, 因为靠近住宅的土壤可能受到建筑物外部含铅油漆的污染。公路或高速公路旁的土壤可能被使用含铅汽油的汽车和卡车多年排放的废气污染。

- 如果您的工作或喜好的活动会接触到铅, 请在回家前洗澡并更换衣物。
- 请鼓励孩子在沙地或草地上玩耍, 不要在泥土中玩耍, 因为泥土会粘在手指和玩具上。请尽量不要让孩子吃下泥土, 确保他们进入房屋时清洗双手。

## 4. 请勿自行去除含铅油漆。

由于刮除或打磨含铅油漆会产生大量铅尘, 许多家庭因此出现铅中毒。维修或翻新老旧建筑时产生的铅尘, 会在工程结束后很长时间内残留在建筑内。加热油漆可能会将铅释放到空气中。因此, 当家中进行翻新和维修时, 请确保施工单位已通过合格认证, 施工人员均受过培训并遵守铅安全工作规范。请勿尝试自行去除含铅油漆。

如果您的房屋建于 1978 年之前, 请对房屋进行铅检测并了解潜在的铅危害, 从而消除可能存在的危险。您可以通过以下一到两种方式对房屋进行检查:

- 油漆检测。此方法让您得知家中每种不同油漆表面的含铅量, 但无法从中得知油漆是否会造成危害以及相应处理方式。在购买房屋或签订租约时进行装修前, 这是最适合的方法帮您确定如何维护房屋以确保铅安全。
- 风险评估。此方法通过现场调查的方式, 判断含铅油漆危害 (包括油漆、灰尘和土壤中的铅危害) 是否存在、及其类型、严重程度和所在位置, 并提供控制和减少危害的方法建议。
- 联邦法律规定, 若要在建于 1978 年以前的住宅、儿童看护机构和学校建筑内的涂漆表面进行处置作业, 承包商必须取得认证并遵守特定的工作规范。若要对 1978 年之前建造的房屋进行 6 平方英尺及以上 (室内) 或 20 平方英尺以上 (室外) 的涂漆表面翻新、窗户更换或拆除, 施工单位还必须事先向房主或租户提供 EPA 撰写的《Lead-Safe Certified Guide to Renovate Right (有关正确翻新的铅安全认证指南)》。

所有居住者 (尤其是儿童和孕妇), 都应离开房屋, 直到所有工作完工并彻底清理完毕后方可返回。



## 2. 保持清洁。

一般的灰尘和泥土也可能含铅。如果孩子玩在灰尘或泥土中玩耍, 然后把手指或玩具放入口中, 或者没有洗手就吃东西, 就可能吞下铅或吸入被铅污染的灰尘。

- 尽可能保持孩子玩耍区域干净无尘。
- 安抚奶嘴和奶瓶掉在地上后务必及时清洗。并将备份用品放在随手可得的地方。
- 每周清洁地板、窗框、窗台和其他表面。使用拖把、海绵或纸巾搭配温水和通用全效清洁剂一起使用。切记: 请勿将氨水和漂白剂混合使用, 因为它们会生成危险气体。
- 清洁肮脏和多尘区域后, 请彻底清洗海绵和拖把头。
- 定期清洗玩具和绒毛玩具。
- 确保孩子在饭前、午睡和就寝前洗手。

## 3. 降低含铅油漆的风险。

大多数 1978 年以前建造的房屋都含有含铅油漆。这类油漆可能用于窗框、墙壁、房屋外部或其他表面。误食剥落或脱落的微小油漆碎片, 会对人体造成危害。状况良好的含铅油漆通常不会造成问题, 除非油漆表面相互摩擦并产生灰尘 (例如, 当您开窗时, 油漆表面会相互摩擦)。

- 确保您的孩子不会啃咬任何涂有含铅油漆的物体, 如涂漆的窗台、婴儿床或婴儿护栏。
- 不要燃烧涂有油漆的木材。它们可能含铅。

## 6. 了解更多有关饮用水中铅的资讯。

饮用水中最常见的铅来源是铅管、水龙头和管道设施。铅制管道更可能出现于 1986 年以前建造的老城市和房屋中。饮用水中所含的铅没有气味, 也没有味道。

若要确定饮用水中是否含铅, 您需要对饮用水进行检测。请记住, 带有私人水井的老房屋也可能使用含铅材质管道。

## 减少饮用水含铅量的重要步骤

- 饮用、烹饪和冲调婴儿配方奶粉时, 请只使用冷水。请记住, 把水煮沸不能去除水中的铅。
- 饮水前请先冲洗家中的水管。冲洗水管的方式包括: 打开水龙头让水流出、洗澡、洗衣服或者洗碗。
- 定期清洁水龙头滤网 (也称曝气器)。
- 如果您使用经过认证的过滤器来去除铅, 请务必仔细阅读说明书, 了解何时需更换滤芯。继续使用无效的过滤器会降低除铅效果。

请联系您的自来水公司, 确认您家中连接主管道的水管 (也称家庭供水管道) 是否由含铅材料制成。您所在地区的自来水公司还可提供您的供水系统中饮用水含铅量信息。

有关饮用水中铅的更多信息, 请拨打 EPA 安全饮用水热线 1-800-426-4791。如果您对预防铅中毒还有其他疑问, 请致电 1-800-424-LEAD。

您可致电您当地的卫生部门或自来水公司, 了解水质检测的相关信息; 或访问 [epa.gov/safewater](http://epa.gov/safewater), 获取 EPA 关于饮用水中铅的信息。一些州或公用事业机构也会为居民的水质测试提供费用。请联络您所在州或当地的自来水公司以了解更多信息。

## 7. 正确饮食。

均衡饮食, 多吃富含钙、铁和维生素 C 的食物。

- 切勿在铅晶质玻璃器皿、旧陶器或进口陶器中长时间存放食物或液体。

# 铅意识与儿童

铅中毒对儿童来说是个严重的问题, 年龄越小, 风险越大。

## 保护您的孩子免受铅中毒的 7 个途径:

1



即使孩子看起来健康, 也要为其进行铅中毒检测。

2



每周清洁地板、窗框、窗台和其他表面。使用拖把、海绵或纸巾搭配温水和通用全效清洁剂进行清洁。

3



确保您的孩子没有啃咬任何可能涂有含铅油漆的物体。

4



切勿自行去除含铅油漆。雇佣经过铅安全认证的公司进行操作。

5



请勿将工作或其他活动中产生的铅尘带回家。

6



饮水前冲洗家中的管道。冲洗管道的方式包括: 打开水龙头让水流一会、洗澡、洗衣服或者洗碗。

7



均衡饮食, 多吃富含钙、铁和维生素 C 的食物。切勿在铅晶玻璃器皿、旧陶器或进口陶器中长时间存放食物或液体。



1-800-424-5323  
epa.gov/lead

回收/可回收 — 使用植物性油墨在回收纸张上印刷(至少含有 30%消费后纸类成分)

Simplified Chinese-中文: 简体版