

EPA 납 중독과 당신의 자녀들



납에 대한 인식과 당신의 자녀들

미국에는 혈중 납 수치가 기준치 3.5µg/dL를 초과한 1~5세의 어린이가 약 50만 명이 있으며, CDC가 공중 보건 조치를 취할 것을 권고하는 수치입니다. 거주지에 납이 존재할 수 있으며 납 성분은 보이지도 않고, 맛도 안나고, 냄새도 없기 때문에 납이 존재하는지 알아내는 방법이 없습니다. 집 안팎의 먼지, 페인트, 흙, 식수나 음식에 납이 섞여 있을 수 있습니다. 납은 자연적으로 분해되지 않기 때문에 제거할 때까지 문제가 될 수 있습니다.

납이 얼마나 해로운지 알려지기 전에는 페인트, 휘발유, 수도관 및 기타 여러 제품에 납이 사용되었습니다. 이제는 납의 위험성을 알기 때문에 현재 미국에서는 주택용 페인트에 납을 거의 사용하지 않고, 유연 휘발유는 단계적으로 사라지고 있으며, 더 이상 가정용 배관에 납 재료를 사용하지 않습니다.

납이 당신의 자녀의 건강에 미치는 영향

납이 어린이에게 장기적으로 미치는 영향은 심각할 수 있습니다. 그 영향에는 학습 장애, 성장 저하, 과잉 행동, 청력 장애 그리고 뇌 손상까지 포함됩니다. 조기에 발견할 경우 납 노출을 줄이거나 의학적 치료를 받음으로써 이런 영향을 줄일 수 있습니다. 임신 중이면 납에 노출을 피해야 합니다. 납은 임산부의 몸을 통해 아기에게 전달될 수 있습니다. 다행히 여러분이 가족을 보호하기 위해 할 수 있는 간단한 방법들이 있습니다.

1. 자녀검사 받기

건강해 보이는 어린이도 납 수치가 높을 수 있습니다. 검사를 받지 않는 이상 자녀가 납에 중독이 됐는지 알 수 없습니다. 혈액 검사는 10분 정도 소요되며, 결과는 일주일 이내에 나옵니다.



혈액 검사는 일반적으로 다음과 같은 경우에 권장됩니다.

- 1-2세 사이의 어린이.
- 높은 납 수치에 노출되었던 어린이 또는 다른 가족.
- 주 또는 지역 선별검사 계획에 따라 검사를 받아야 하는 어린이.

자녀가 검사를 받을 수 있는 곳을 알아보려면 의사나 지역 보건소에 문의하십시오. 검사 결과가 무엇을 의미하며, 추가 검사가 필요한지에 대한 설명을 들을 수 있습니다.

2. 청결 유지하기

먼지와 흙에는 납이 포함되어 있을 수 있습니다. 아이들이 먼지나 흙이 있는 곳에서 놀거나, 놀다가 손가락이나 장난감을 입에 넣거나 또는 손을 먼저 씻지 않고 음식을 섭취하면 납을 삼키거나 납에 오염된 먼지를 흡입할 수 있습니다.

- 아이들이 노는 공간을 가능한 한 먼지 없이 청결하게 유지할 것.
- 바닥에 떨어졌던 실리콘 젓꼭지와 젓병은 필히 세척. 젓꼭지 여유분 구비할 것.
- 바닥, 창틀, 창턱 및 기타 표면을 매주 청소. 따뜻한 물과 일반 다목적 세척제에 적신 대걸레, 스펀지, 종이 타월을 사용. 주의 사항: 위험한 가스가 생성될 수 있으므로 암모니아와 표백제 제품 절대 혼합 금지.
- 더럽고 먼지가 많은 곳을 청소한 후 스펀지와 대걸레는 철저히 세척할 것.
- 장난감과 봉제인형을 정기적으로 세탁할 것.
- 자녀로 하여금 식사, 낮잠, 저녁 취침 전에 손 씻게 할 것.

3. 납 함유 페인트로 인한 위해성 줄이기

1978년 이전에 건축된 대부분의 주택에는 납 함유 페인트가 포함되어 있습니다. 이런 페인트는 창틀, 벽, 주택 외부 또는 기타 표면에 사용되었을 수 있습니다. 벗겨지거나 표면이 일어난 작은 페인트 부스러기를 먹게 되면 위험합니다. 페인트 상태가 좋은 납 함유 페인트는 일반적으로 문제가 되지 않지만, 칠한 표면이 서로 마찰하면 먼지가 발생할 수 있습니다. (예를 들어, 창문을 열면 페인트가 칠해진 면이 서로 마찰됩니다.)

- 자녀가 창틀, 유아용 침대, 놀이용 펜스 같이 납 함유 페인트가 칠해진 물품에 입을 대고 씹지 않도록 지도.
- 페인트가 칠해진 나무 조각 금지. 납 성분이 있을 수 있음.

- 연방법에 따르면 1978년 이전에 건축된 주택, 보육 시설 및 학교의 도장된 표면을 건드리는 작업을 하는 계약 업체는 인증을 받고 구체적인 작업 기준을 준수해야 함. 또한 해당업체는 1978년 이전에 건축된 주택에서 6제곱피트 이상 도장된 실내 표면이나 20제곱피트 이상 도장된 외부 표면의 개조 또는 창문 교체가 철거 작업을 시작하기 전에 주택 소유자나 임차인에게 EPA 납 성분 안내서 “올바른 개조 작업을 위한 납 안전 인증 안내서”를 제공해야 함.

모든 거주자, 특히 어린이와 임산부는 모든 작업이 완료되고 철저한 청소가 이루어질 때까지 건물로부터 떠나 있어야 합니다.

5. 납 먼지의 실내 유입 방지

건설, 철거, 도장 작업 또는 배터리를 사용하는 작업을 수행하거나 라디에이터 수리점 또는 납 공장에서 일하거나 납 관련 취미를 갖고 있는 경우에는 자신도 모르게 납이 손이나 옷에 묻어서 집안으로 유입될 수 있습니다. 집 주변의 토지로부터 납 성분이 묻어서 실내로 유입될 수도 있습니다. 주택 근처의 토양은 건물 외부의 납 함유 페인트로 인해 오염되어 있을 수도 있습니다. 도로나 고속도로의 토양은 납 함유 휘발유를 사용하는 자동차와 트럭에서 수년간 배출된 배기가스로 인해 오염되어 있을 수도 있습니다.

- 직업이나 취미 생활에서 납을 사용하는 경우, 집에 들어가기 전에 옷을 갈아입고 샤워할 것.
- 아이들의 손가락이나 장난감에 달라붙는 흙 대신 모래밭이나 잔디밭에서 노는 것을 권장할 것. 아이들이 흙을 먹지 않도록 하고, 집에 오면 반드시 손을 씻게 할 것.

6. 식수에 함유된 납에 대해 자세히 알아보기

식수에 함유된 납의 가장 일반적인 발생원은 납 파이프, 수도꼭지 및 부속 설비입니다. 납 파이프는 1986년 이전에 건설된 오래된 도시나 주택에서 발견될 가능성이 더 높습니다. 식수에서는 납 냄새나 맛을 느낄 수 없습니다. 식수에 확실히 납이 함유되었는지 확인하려면 수질을 검사해야 합니다. 개인 우물이 있는 오래된 주택에도 납이 포함된 배관 자체가 사용되었을 수 있음을 기억하십시오.

식수에서 납을 줄이기 위한 중요한 조치

- 식수, 조리, 분유 조제시에는 찬물을 사용할 것. 물을 끓여도 납은 제거되지 않음.
- 물을 마시기 전에 수도관을 씻어 내릴 것. 수도관을 씻어 내리는 방법으로 수도물을 틀어 놓거나 샤워를 하거나 빨래를 하거나 설거지를 한번 할 것.
- 수도꼭지의 거름망(통기 장치라고도 함)을 정기적으로 세척할 것.
- 납 제거 인증을 받은 필터를 사용하는 경우, 카트리지를 교체 시기를 숙지하기 위해 안내서를 필독할 것. 사용 기한이 만료된 필터를 사용하면 납 제거 효과가 감소할 수 있음.

집과 수도 본관(서비스 라인이라고 함)을 연결하는 파이프가 납으로 만들어졌는지 알아보려면 수도 회사에 문의하십시오. 해당 지역의 수도 회사가 시스템의 식수에 함유된 납 수치에 대한 정보를 제공할 수도 있습니다.

식수에 함유된 납에 대한 자세한 정보는 EPA의 안전한 식수 핫라인 1-800-426-4791로 문의하십시오. 납 중독 예방에 대해 기타 궁금한 점이 있으면 1-800-424-LEAD (5323)로 문의하십시오.

지역 보건부나 수도 회사에 전화하여 수질 검사에 대해 알아보거나 epa.gov/safewater를 방문하여 EPA의 식수 내 납 함유 정보를 확인하십시오. 일부 주 또는 수도 회사는 주민들을 위해 수질 검사 비용을 지불하는 프로그램을 운영합니다. 보다 자세한 내용은 주 또는 지역 수도 회사에 문의하십시오.

7. 올바른 식습관 유지

칼슘, 철분 및 비타민C가 풍부한 음식으로 균형 잡힌 식사를 하십시오.

- 납이 사용된 크리스탈 유리 용기, 오래되거나 수입한 도자기에 음식이나 액체를 담아 장기간 보관 금지.



납 중독과 당신의 자녀들

납 중독은 아이들에게 심각한 문제입니다. 아이가 어릴수록 위험성이 높습니다.

납 중독으로부터 자녀를 보호하는 7단계:

1



자녀가 건강해 보이더라도 납 중독 검사를 받게 하십시오.

2



바닥, 창틀, 창턱 및 기타 표면을 매주 청소하십시오. 따뜻한 물과 일반 다목적 세척제를 적신 대걸레, 스펀지, 종이 타월을 사용하십시오.

3



자녀가 납 함유 페인트가 칠해진 물건에 입을 대고 씹지 않게 하십시오.

4



납 함유 페인트를 직접 제거하려고 하지 마십시오. 납 안전 인증을 받은 업체를 이용하십시오.

5



직장이나 취미 활동으로부터 납 먼지를 집안으로 가져오지 마십시오.

6



물을 마시기 전에 수도관을 씻어 내리십시오. 수도관을 씻어 내리는 방법은 수도물을 틀어 놓거나 샤워를 하거나 빨래를 하거나 설거지를 한번 하는 것입니다.

7



칼슘, 철분 및 비타민C가 많이 함유된 음식으로 균형 잡힌 식사를 하십시오. 납이 사용된 크리스털 유리 용기 또는 오래되거나 수입한 도자기에 음식이나 액체를 담아 장기간 보관하지 마십시오.



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