

# 致对饮用水装置铅含量超标而担忧的Multnomah县家庭

波特兰公立学校 (PPS) 报道了几所Creston和Rose City Park学校饮用水装置铅水平超标的问题。PPS已有计划在今年夏天测试学区内所有的饮水泉和水龙头。所有PPS学校将在余下的学年向全体学生、教职员提供瓶装水。

任何有孩子、或者怀孕并且担忧通过学校饮用水或任何其它来源而接触到铅的风险的人，可以：

接受铅测试。血液检测是唯一能查处一个人是否有铅中毒的方式。孩子们可能会有铅中毒，但他们不像也不表现出病状。验血会查出在过去3-4个月内体内含有的铅。请见您的医疗保健提供者以获得血铅检测。

确保你的孩子没有在其它地方接触铅。1978年以前建造的房屋和公寓可能有含铅油漆。仔细清理任何的掉漆并保持油漆处于良好状态。如果你打算改造，首先检查铅，并只雇用有许可和执照的承包商。人们还可以通过家用水管装置、汽车修理、焊接、制作铅锤或子弹、彩色玻璃和陶器而接触铅。

确保你的孩子吃大量含铁（肉类、鱼类、豆类）、钙（牛奶、酸奶、菠菜）、维生素C（莓子、橘子、蕃茄）的食物。良好的饮食习惯有助于保护青少年的身体免受铅暴露引起的健康问题。

**测试血液中的铅：**

## 测试血液中的铅：

要查出在一个人身上含有多少铅，需要从手臂抽取少量血液。

在非常年幼的儿童中，血液可以从手指或脚跟抽出。从手臂静脉抽血（被称为静脉血测试）是最可靠测试手段。血铅测试表明在孩子的每分升（十分之一升）血液中含有多少微克（百万分之一克）的铅( $\mu\text{g}/\text{dL}$ )。

Multnomah县卫生局和一些医疗诊所使用刺手指测试来筛查铅。这对孩子们来说更容易更不可怕。这个筛查出现的高结果总要与检查静脉血液的测试来进行比较。卫生局介入以帮助血铅水平为或高于 $5\mu\text{g}/\text{dL}$ 的儿童和孕妇。

某些另类医疗保健提供者可能会建议在头发或尿液中进行铅检测。这些方法尚未被证明与血液测试一样可靠。

“螯合”是指通过口服或静脉注射药品来除去身体中的金属。这种类型的治疗应在医生监督下用于治疗危险的高铅含量。

有些信息来源提到草药为“草药螯合”疗法。使用“草药螯合”降低升高的血铅水平还没有被证明是安全或有效的。与您的医疗服务提供者讨论另类疗法，包括使用草药补充剂，是非常重要的。



Be tested for lead. A blood test is 某  
Multnomah 县健康部分析员于2016年5月在波特兰进行血铅筛查。

## Multnomah县的铅调查

Multnomah县卫生局筛查幼儿的铅暴露。学龄的孩子没有非常频繁得接受铅测试。3岁以下的儿童最有可能获得铅筛查，因为他们更容易通过嘴巴吃到铅，他们成长的大脑对铅的影响更敏感。

从2013年至2016年，Multnomah县进行了超过15,000次铅检测。其中，有188名儿童出现高血铅水平。其中有18名儿童在5至19岁之间。其余的儿童在5岁以下。没有任何一个病例来源于饮用水中含铅。

### 铅和身体：

当过多的铅在人体内积聚时会发生铅中毒。儿童和成人通常通过呼吸或吞咽含铅涂料的灰尘或碎屑而接触到铅。一旦被吸收，铅影响身体几乎所有的器官和系统。即使一点点的铅都会使孩子学习缓慢。接触非常高水平的铅可导致昏迷、抽搐和死亡。

### 接触铅可引起：

- 脑损伤和智力低下
- 行为和学习问题
- 语音和语言受损
- 成长缓慢
- 肾脏和肝脏损害

阅读更多：<https://multco.us/health/lead-poisoning-prevention/>

[https://public.health.oregon.gov/HealthyEnvironments/HealthyNeighborhoods/LeadPoisoning/ParentsFamilies/Pages/prevent\\_child.aspx](https://public.health.oregon.gov/HealthyEnvironments/HealthyNeighborhoods/LeadPoisoning/ParentsFamilies/Pages/prevent_child.aspx)

<http://www.cdc.gov/nceh/lead/>