

Chì Trong Nước Uống và Hệ Thống Ống Nước Hộ Gia Đình
Làm thế nào để hạn chế nhiễm chì

THÔNG TIN QUAN TRỌNG VỀ CHÌ TRONG NƯỚC UỐNG. Thủy Cục Portland đã phát hiện thấy lượng chì đang ngày một tăng trong nước uống ở một số hộ gia đình/tòa nhà. Chì có thể gây ra những vấn đề nghiêm trọng cho sức khỏe, đặc biệt là đối với phụ nữ mang thai và trẻ em. Vui lòng đọc kỹ thông tin này để biết được những gì quý vị có thể làm để hạn chế chì trong nước uống.

Những ảnh hưởng của chì đối với sức khỏe

Khi chì từ nguồn nước hoặc các nguồn khác vào cơ thể của quý vị quá nhiều thì có thể sẽ gây ra những vấn đề nghiêm trọng về sức khỏe. Chì có thể gây hại cho não và thận, cũng như có thể cản trở việc sản xuất tế bào hồng cầu mang oxy đến tất cả các bộ phận trong cơ thể. Đối tượng có nguy cơ nhiễm chì nhiều nhất là trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ và phụ nữ đang mang thai. Các nhà khoa học đã phát hiện ra rằng những ảnh hưởng của chì có thể tác động đến não bộ, dẫn đến chỉ số IQ thấp ở trẻ. So với người lớn khỏe mạnh, người lớn có vấn đề về thận và cao huyết áp sẽ bị ảnh hưởng ngay cả với hàm lượng chì thấp. Chì được tích tụ trong xương và có thể gây bệnh về sau. Trong thời gian mang thai, trẻ sẽ hấp thụ chì từ xương của người mẹ và điều này có thể ảnh hưởng đến sự phát triển não của trẻ.

Nguồn Chì

Chì có mặt ở khắp nơi trong môi trường sống của chúng ta. Chì hiếm khi được phát hiện trong nguồn nước của Portland, và không có đường ống dịch vụ nào có chì được biết đến trong hệ thống phân phối. Tại Portland, chì được tìm thấy chủ yếu trong hệ thống ống nước hộ gia đình. Hàn chì thường được sử dụng trong xây dựng nhà hoặc mối hàn ống nước bằng đồng trước năm 1985. Chì cũng có thể được tìm thấy trong vòi nước hay các bộ phận ống nước bằng đồng thau. Khi nước ăn mòn tích tụ trong hệ thống vòi nước có chứa chì từ vài giờ trở lên, chì có thể hòa tan vào nước uống. Nước đọng trong đường ống của các hộ gia đình có chứa chì trong vài giờ, ví dụ như vào buổi sáng, hoặc sau khi tan trường hoặc tan sở, rất có thể chứa chì.

Tại Portland, nguồn gây nhiễm chì phổ biến nhất là sơn chứa chì, bụi trong nhà, đất và vật liệu của hệ thống ống nước. Chì còn được tìm thấy trong các vật gia dụng khác như đồ chơi, mỹ phẩm và đồ gốm.

Nhằm giảm nhiễm chì từ nước uống, Thủy Cục Portland khuyến khích quý vị thực hiện theo các bước đơn giản sau:

- 1. Xả nước để thải chì.** Nếu đã không sử dụng nước trong nhiều giờ, quý vị hãy xả vòi trong khoảng từ 30 giây đến 2 phút hoặc cho đến khi nước lạnh hơn hẳn trước khi uống hoặc sử dụng để nấu ăn.
- 2. Dùng nước lạnh, nước mới để nấu ăn và pha sữa cho em bé.** Không nấu ăn hoặc uống nước từ vòi nước nóng vì chì rất dễ hòa tan trong nước nóng. Không lấy nước từ vòi nước nóng để pha sữa cho em bé.
- 3. Không đun sôi nước để khử bỏ chì.** Việc đun sôi nước không giúp giảm chì.
- 4. Xem xét việc sử dụng bộ lọc nước.** Quý vị cần kiểm tra xem bộ lọc có làm giảm lượng chì không vì không phải bộ lọc nào cũng đều có thể khử chì. Nên nhớ bảo

quản và thay thế thiết bị trong bộ lọc theo đúng chỉ dẫn của nhà sản xuất để bảo đảm chất lượng nước. Hãy liên hệ với NSF International theo số **800-NSF-8010** hoặc truy cập www.nsf.org để biết thông tin về những tiêu chuẩn đối với bộ lọc nước.

- 5. Thử chì cho trẻ.** Hãy hỏi bác sĩ hoặc gọi đến đường dây LeadLine để biết cách đưa trẻ đi thử chì. Xét nghiệm lượng chì trong máu là cách duy nhất để biết liệu trẻ có nhiễm chì không.
- 6. Kiểm tra độ chì trong nước.** Hãy liên hệ với đường dây **LeadLine** theo số **503-988-4000** để được thực hiện xét nghiệm hàm lượng chì trong nước MIỄN PHÍ.
- 7. Thường xuyên lau chùi vòi nước.** Những phần tử chứa chì từ mỗi hàn hoặc hệ thống đường ống nước gia dụng có thể tích tụ lại trong vòi nước. Việc lau chùi thường xuyên vài tháng một lần sẽ giúp loại bỏ các phần tử này và giảm mức độ nhiễm chì.
- 8. Nên mua những vật dụng có độ chì thấp.** Từ tháng 1 năm 2014, tất cả các đường ống, phụ kiện và thiết bị đều được yêu cầu phải chứa hàm lượng chì dưới 0,25%. Khi mua thiết bị mới, người tiêu dùng nên tìm những loại chứa hàm lượng chì thấp nhất.

Mỗi năm hai lần, Thủy Cục Portland theo dõi lượng chì và lượng đồng trong nước lấy từ vòi nước của trên 100 hộ gia đình. Những hộ gia đình này đều có đường ống được cho là chứa hàn chì và đại diện cho những trường hợp nước nhiễm chì nặng nhất. Kết quả theo dõi mới đây từ các hộ gia đình cho thấy chì trong nước uống đã vượt quá mức quy định.

Từ kết quả trên, chúng tôi đang thông báo cho khách hàng của mình về tình trạng chì trong nước uống. Chúng tôi cũng đã tiến hành các bước để giảm sự ăn mòn của chì trong đường ống dẫn nước bằng cách tăng độ pH của nước. Điều chỉnh độ pH có thể làm giảm sự hiện diện của chì trong nước máy hơn một nửa.

Ngoài việc làm giảm chì trong nước uống, Thủy Cục Portland còn hỗ trợ những chương trình hạn chế tất cả các nguồn nhiễm chì. Tại Portland, bụi từ sơn của những ngôi nhà xây trước năm 1978 là nguồn gây nhiễm chì phổ biến nhất. Muốn biết thông tin về cách thức hạn chế tất cả những nguồn nhiễm chì, hãy liên hệ với **Đường Dây LeadLine của Sở Y Tế Hạt Multnomah, 503-988-4000** hoặc truy cập www.leadline.org.

Kiểm Nghiệm Độ Chì Trong Nước

Thủy Cục Portland cung cấp **miễn phí** bộ dụng cụ thử chì trong nước cho người tiêu dùng. Muốn đăng ký nhận bộ dụng cụ thử chì, vui lòng liên hệ đường dây **LeadLine** tại trang mạng www.leadline.org hoặc gọi điện thoại đến số **503-988-4000**.

*Để biết thêm thông tin, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-823-7525**, hoặc truy cập trang mạng www.portlandoregon.gov/water. Muốn biết thêm thông tin về việc làm giảm lượng chì quanh hộ gia đình/tòa nhà của quý vị cũng như các ảnh hưởng do chì gây ra, vui lòng liên hệ đường dây **LeadLine** theo số **503-988-4000** hoặc truy cập www.leadline.org, trang mạng của EPA tại www.epa.gov/lead hoặc liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.*

Muốn biết thêm thông tin về tất cả những mối nguy hiểm do chì gây ra, hãy gọi đến Sở Y Tế Hạt Multnomah:

Đường dây giải đáp về chì LeadLine 503-988-4000

- Kiểm tra chì trong nước miễn phí
- Kiểm tra nồng độ chì trong máu cho trẻ em miễn phí
- Hội thảo ngăn ngừa nhiễm độc chì
- Các chương trình nhằm giảm mối nguy hiểm cho các hộ gia đình đủ điều kiện tham gia chương trình

Thủy Cục Portland hỗ trợ những chương trình này và đường dây LeadLine.

Nếu quý vị có thắc mắc gì về tài liệu này hoặc về các mối nguy hiểm của chì, vui lòng liên hệ đường dây **LeadLine, 503-988-4000**.

Portland Water Bureau (Thủy Cục Portland)
1120 SW Fifth Avenue, Room 600
Portland, OR 97204

Nick Fish, Ủy Viên
David G. Shaff, Quản Trị Viên

Portland Water Bureau (Thủy Cục Portland)
Dịch Vụ Khách Hàng: 503-823-7770
Đường Dây Nước Water Line của Thủy Cục Portland:
503-823-7525

Số TTY: 503-823-6868

www.portlandoregon.gov/water

Để giúp đảm bảo sự tiếp cận bình đẳng đối với các chương trình, dịch vụ và hoạt động của Thành Phố, Portland sẽ sửa đổi các chính sách/thủ tục hợp lý và cung cấp hỗ trợ/dịch vụ phụ trợ cho người khuyết tật. Hãy gọi số 503-823-7404 khi có yêu cầu về việc này.