



关于家居管道系统及饮用水中含铅量的重要讯息 减少与铅接触的简单步骤

您需要知道的事情

波特兰市饮用水源的品质一直符合或高于各州或联邦政府的标准。我们庆幸在水源中鲜有发现铅的存在。即使如此，取决于家用供水管道系统的类型，在某些家庭中用水的含铅量可能会较高。

关于饮用水中含铅量的重要讯息

波特兰水务局（Portland Water Bureau）于某些家居或建筑物中发现饮用水中的含铅量水平上升。铅可以导致严重的健康问题，特别是对怀孕妇女和年幼儿童的影响尤甚。请仔细阅读本讯息，以了解您如何可以降低饮用水中的含铅量。

铅对健康所带来的影响

若过量的铅从饮用水或其它源头中进入您的体内，可能导致严重的健康问题。它可对脑部及肾脏造成损害，妨碍把氧气带到身体各部分的红血球细胞的生成。对于婴儿、年幼儿童及怀孕妇女而言，接触铅可说是最大的风险。科学家已发现，铅对脑部的影响可能与儿童智商 (IQ) 降低有关联。相对于健康的成年人而言，肾脏有问题及患有高血压的成年人，更容易受到低含量的铅的影响。铅储存于骨骼中，并且可在生命周期较后的时间释放出来。于妊娠期内，婴儿会从母体的骨骼中吸收铅，可能会影响其脑部发展。

铅的源头

在我们身处的环境中，有许多不同的地方都可发现到铅的踪迹。纵使铅在我们的饮用水源中十分罕见，而且在供水系统中亦已知并无含铅管道，但在有些家居中仍会发现到铅的踪迹。在波特兰市，透过因含铅物料制造的家居供水组件设备的腐蚀作用（磨损），铅会进入饮用水中。这些物料，包括以铅金属为主，用作接驳铜喉管的焊料 - 常用于**1970 至 1985 年间所建造或铺设管道系统的房屋** - 以及黄铜物料的组件和龙头。当饮用水停留在管道中数小时后，例如隔夜、上班或上学等一段长时间内，家居管道系统中的铅便有可能溶解到饮用水中。

在波特兰市，最常见接触到铅金属的源头是来自主要以铅为材料的油漆、家居中的尘埃、土壤及管道系统的材料。其他的家居物件例如玩具、化妆品及陶器中都会有铅的存在。

降低从饮用水中接触到铅的简单步骤：

1. **打开水龙头，将铅冲出管道。** 如果已经有几个小时没有用过水，则请打开每个水龙头放水 30 秒到 2 分钟，或直至水温变凉后再饮用或烹饪。
2. **烹饪及冲调婴儿配方奶粉时，请使用新鲜的凉水。** 切勿使用热的自来水来作烹饪或饮用；铅会更容易溶解于热水中。切勿使用热的自来水冲调婴儿配方奶粉。



3. 切勿采用将水煮沸的形式来除铅。将水煮沸并不能除铅。
4. 考虑使用过滤器。查看该过滤器是否能够降低铅含量 — 并非所有的过滤器都有此功能。确保按照生产商出具的说明来维护和更换过滤设备，以维护水质。要获取有关水过滤器性能标准的信息，请拨打：**800-NSF-8010**，或访问：www.nsf.org 与美国国家卫生基金会（NSF International）联系。
5. 检测您的孩子体内的含铅水平。询问您的医生或致电**铅问题专线（LeadLine）**，了解如何检测您孩子体内的含铅量。血铅测试是唯一能检测到您的孩子是否有接触铅的方式。
6. 检测水中含铅量。请访问www.leadline.org或拨打 **503-988-4000**与**铅问题专线（LeadLine）**联系，以了解如何获得**免费**食水含铅量测试。
7. 定时清洁水龙头的通风器。您的水龙头通风器可能会捕集到来自焊料或家用水管中的含铅颗粒。定时相距数月清理一次可去除这些颗粒，降低您接触到铅的风险。
8. 考虑购买含铅量低的固件。自2014年起，所有管道、配件和固件的含铅量必须低于0.25%。当购买新的固件时，消费者应选择含铅量最低的产品。

保障公众健康

波特兰水务局（Portland Water Bureau）：

- 通过提高水中的 pH 值，降低管道系统中铅的腐蚀作用。pH 值的调整可降低自来水中超过一半的含铅量。为了进一步降低含铅量，波特兰市已着手改善腐蚀控制处理的流程。这些改善措施将会在 2022 年春季前推出。
- 消除系统中已知的铅金属来源。所有已知的含铅的服务连接（引流管）已于 1998 年从系统中移除。
- 为受含铅风险影响的人口，**更换**过往大型和含铅的供水表。超过十年来，所有替换的水表都是无铅的。

降低接触铅风险的资讯

除了致力降低暴露于饮用水中的铅风险外，波特兰水务局（Portland Water Bureau）亦会通过 **铅专线（LeadLine）**，支持一些项目以降低所有铅风险的来源：

- 预防铅中毒工作坊
- 在合资格的家居中降低危害物的计划
- 为儿童提供免费的血中含铅量水平检测
- 为顾客提供免费的食水中含铅量检测工具包

联系 铅专线（LeadLine）：www.leadline.org 或 拨打 **503-988-4000**。



关于家居
管道系统及饮用水中含铅量的重要讯息

中文

欲知更多信息，请拨打 **503-823-7525**，或访问本局网站 www.portlandoregon.gov/water。欲知更多关于减低家居 / 建筑物周围暴露于铅风险的方法，及铅对健康带来的影响，请访问环保署（EPA）的网站 www.epa.gov/lead，或与您的医疗服务机构联系。

Portland Water Bureau
1120 SW Fifth Avenue, Room 600
Portland, OR 97204

Amanda Fritz（局长）
Michael Stuhr（专业工程师、署长）
波特兰水务局（Portland Water Bureau）

如要求翻译、传译，或残疾人士所需的便利设施，请与我们联系。

More Information · Más información · Дополнительная информация · Thêm thông tin · 欲了解更多信息 · Mai multe informații · Macluumaad dheeri ah · Подробиці · Tichikin Poraus · अधिक सूचना

www.portlandoregon.gov/water/leadbrochure

波特兰水务局水务专线（Portland Water Bureau Water Line）：503-823-7525
客服部门：503-823-7770
转接服务：711