



Thông Tin Quan Trọng Về Chì Trong Đường Ống

Hộ Gia Đình và Nước Uống

Bản Tiếng Việt

Thông Tin Quan Trọng Về Chì Trong Đường Ống Hộ của Gia Đình và Nước Uống

Các Bước Đơn Giản để Giảm Phơi Nhiễm Chì

ĐIỀU QUÝ VỊ CẦN BIẾT

Các kết quả giám sát gần đây thu được từ các hộ gia đình đã vượt quá mức cho phép theo luật đối với chì trong nước uống.

THÔNG TIN QUAN TRỌNG VỀ CHÌ TRONG NƯỚC UỐNG CỦA QUÝ VỊ

Thủy Cục Portland đã phát hiện các mức cao chì trong nước ở một số hộ gia đình/tòa nhà. Chì có thể dẫn đến các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, nhất là đối với phụ nữ đang mang thai và trẻ nhỏ. Quý vị vui lòng đọc kỹ thông tin này để biết những điều có thể làm nhằm giảm lượng chì trong nước uống của quý vị.

ẢNH HƯỞNG CỦA CHÌ ĐỐI VỚI SỨC KHỎE

Chì có thể gây các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng nếu cơ thể quý vị bị nhiễm quá nhiều chì từ nước uống hoặc các nguồn khác. Chì có thể làm tổn thương não và thận, can thiệp vào sự sản xuất hồng cầu vận chuyển oxy đến tất cả các phần của cơ thể. Đối tượng có nhiều nguy cơ phơi nhiễm chì nhất là trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ và phụ nữ có thai. Các nhà khoa học đã liên kết mối liên hệ của các ảnh hưởng của chì đến bộ não với tình trạng IQ thấp ở trẻ em. Người lớn bị các bệnh về thận và huyết áp cao cũng có thể dễ bị ảnh hưởng bởi các mức chì thấp so với người lớn khỏe mạnh. Chì tích lũy trong xương và có thể phát ra về sau này trong đời sống của đối tượng. Trong thời gian nằm trong bụng mẹ, trẻ nhiễm chì từ xương của mẹ và chì đó có thể gây ảnh hưởng đến sự phát triển não bộ.

CÁC NGUỒN PHƠI NHIỄM CHÌ

Chì thường được tìm thấy ở nhiều nơi trong môi trường của chúng ta. Mặc dù hiếm khi tìm thấy chì trong nguồn nước của chúng ta và **không có đường ống có chì nào đã biết trong hệ thống nước**, chì có thể được tìm thấy trong một số hộ gia đình. Tại Portland, chì nhiễm vào nước uống từ sự rỉ sét (bào mòn) của các vật liệu chứa chì trong đường ống của hộ gia đình. Những vật liệu này bao gồm mối hàn gốc chì được dùng để nối các ống đồng - thường được sử dụng trong các **căn nhà được xây hoặc đường ống được lắp từ 1970 đến 1985** - và các bộ phận và vòi nước bằng đồng thau. Chì trong đường ống hộ gia đình có thể hòa tan vào trong nước uống khi nước nằm trong những đường ống này trong nhiều giờ, chẳng hạn như qua đêm hoặc sau khi trở về nhà sau giờ làm việc hoặc học tập.

Tại Portland, các nguồn phơi nhiễm chì thường gặp nhất là sơn gốc chì, bụi sinh hoạt, đất và các vật liệu đường ống. Chì cũng được tìm thấy trong các đồ dùng gia dụng khác như đồ chơi, mỹ phẩm và đồ gốm.

CÁC BƯỚC ĐƠN GIẢN ĐỂ GIẢM PHƠI NHIỄM CHÌ TRONG NƯỚC UỐNG:

- 1. Mở vòi nước để xả chì ra ngoài.** Trước khi uống hoặc nấu ăn, nếu nước đã không được dùng trong vài giờ, mở từng vòi nước trong 30 giây đến 2 phút hoặc cho tới khi nước lạnh hơn.

- 2. Dùng nước lạnh, mới để nấu ăn và pha sữa bột cho trẻ em.** Không nấu hoặc uống nước từ vòi nước nóng; chì hòa tan dễ dàng hơn trong nước nóng. Không dùng nước từ vòi nước nóng để pha sữa bột cho trẻ em.
- 3. Không nấu sôi nước để loại bỏ chì.** Nấu sôi nước sẽ không giúp giảm bớt lượng chì.
- 4. Nên cân nhắc dùng thiết bị lọc nước.** Hãy kiểm tra xem nó có lọc bớt chì hay không – không phải tất cả dụng cụ lọc đều lọc bớt chì. Cần bảo đảm duy trì và thay thế thiết bị lọc theo hướng dẫn của nhà sản xuất để bảo vệ phẩm chất nước. Liên lạc NSF International tại đường dây **800-NSF-8010** hoặc www.nsf.org để biết thêm thông tin về các tiêu chuẩn hoạt động cho thiết bị lọc nước.
- 5. Kiểm tra xem con quý vị có bị nhiễm chì.** Hãy hỏi bác sĩ của quý vị hoặc gọi đường dây **LeadLine** để tìm hiểu cách kiểm tra xem con quý vị có bị nhiễm độc chì. Cách duy nhất để biết liệu con quý vị có bị phơi nhiễm chì hay không là xét nghiệm lượng chì trong máu.
- 6. Kiểm tra xem nước của quý vị có bị nhiễm chì.** Liên lạc **LeadLine** tại www.leadline.org hoặc số điện thoại **503-988-4000** để tìm hiểu cách để được kiểm tra chì trong nước **MIỄN PHÍ**.
- 7. Thường xuyên làm vệ sinh đầu vòi nước của quý vị.** Các hạt chứa chì từ môi hàn hoặc đường ống nước sinh hoạt có thể tích tụ trong đầu vòi nước của quý vị. Thường xuyên làm vệ sinh đầu vòi vài tháng một lần sẽ giúp loại bỏ các hạt này và giúp quý vị giảm phơi nhiễm chì.
- 8. Quý vị cần cân nhắc việc mua các thiết bị ít chì.** Kể từ năm 2014, tất cả các loại ống, vật dụng nội thất và gắn lắp cố định đều được quy định chứa dưới 0,25% chì. Khi mua thiết bị mới, người tiêu dùng nên tìm những loại có hàm lượng chì thấp nhất.

Mỗi năm hai lần Thủy Cục Portland theo dõi lượng chì và đồng trong nước máy ở hơn 100 hộ. Đây là những căn nhà có đường ống nước đã được biết là có môi hàn bằng chì, và có nhiều khả năng có chì trong nước nhất. Kết quả thử chì từ Mùa Thu 2017 cho thấy 17 phần tỷ, trên mức hành động là 15 phần tỷ. Mười tám trên 134 hộ có nhiều nguy cơ có mức chì trong nước trên mức hành động. Những kết quả này đòi hỏi Thủy Cục Portland phải thông báo cho người dân và tiến hành những hoạt động sửa chữa.

BẢO VỆ SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG

Thủy Cục Portland sẽ:

- **Giảm** sự bào mòn chì trong đường ống bằng cách tăng độ pH của nước. Điều chỉnh độ pH đã giúp giảm hơn một nửa lượng chì trong nước máy. Portland đã bắt đầu quá trình cải thiện phương pháp xử lý để kiểm soát rỉ sét. Những cải thiện này sẽ được tiến hành trễ nhất là vào Mùa Xuân 2022.
- **Loại bỏ** các nguồn phát tán chì trong hệ thống. Đến 1998, tất cả các mối nối trong đường ống nước có chứa chì đã biết (ống nối) đã được loại bỏ khỏi hệ thống.



Thông Tin Quan Trọng Về Chì Trong Đường Ống

Hộ Gia Đình và Nước Uống

Bản Tiếng Việt

- **Thay thế** các đồng hồ nước có các bộ phận bằng chì cung cấp nước cho nhóm dân cư có nguy cơ cao bị nhiễm độc chì. Trong hơn mười năm tất cả đồng hồ thay thế đã là loại đồng hồ không chứa chì.

CÁC NGUỒN HỖ TRỢ ĐỂ GIẢM PHƠI NHIỄM

Ngoài việc giảm phơi nhiễm chì trong nước uống, Thủy Cục Portland hỗ trợ các chương trình để giảm tất cả các nguồn phơi nhiễm chì:

- Các hội thảo về phòng ngừa nhiễm độc chì
- Các chương trình giúp giảm bớt nguy hại ở những hộ gia đình hội đủ điều kiện
- Kiểm tra MIỄN PHÍ mức chì trong máu cho trẻ em
- Bộ kiểm tra mức chì trong nước MIỄN PHÍ cho quý khách hàng

Để biết thêm thông tin, hãy gọi chúng tôi theo số **503-823-7525**, hoặc vào website của chúng tôi tại **www.portlandoregon.gov/water**. Để biết thêm thông tin về cách giảm phơi nhiễm chì ở nhà/tòa nhà của quý vị và các ảnh hưởng của chì đối với sức khỏe, hãy liên lạc **LeadLines** số **503-988-4000**, hoặc vào website **www.leadline.org**, ghé thăm website của EPA tại **www.epa.gov/lead** hoặc liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.

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

Nick Fish, Commissioner
Michael Stuhr, P.E., Director
Portland Water Bureau
Dịch Vụ Khách Hàng: 503-823-7770
Đường Dây Thủy Cục Portland: 503-823-7525

TTY: 503-823-6868

www.portlandoregon.gov/water

Để bảo đảm sự công bằng trong việc tiếp cận các chương trình, dịch vụ và các hoạt động của Thành Phố, Thành Phố Portland sẽ cung cấp dịch vụ biên dịch, điều chỉnh hợp lý các chính sách/thủ tục và cung cấp sự trợ giúp. Để nhận được những sắp xếp điều chỉnh, dịch vụ biên dịch và thông dịch, để khiếu nại và để có thêm thông tin, hãy liên lạc số 503-823-7525, dùng dịch vụ TTY của Thành Phố 503-823-6868, hoặc Dịch Vụ Tiếp Âm của Oregon: 711.