

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

Nguồn nước uống của Portland đáp ứng hoặc vượt quá tất cả các tiêu chuẩn của tiểu bang hoặc liên bang. Chúng ta thật may mắn vì hiếm khi tìm thấy chì trong vùng nước nguồn của chúng ta. Mặc dù vậy, tùy vào loại hệ thống ống nước hộ gia đình, một số hộ nhất định có thể có lượng chì cao.

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 mỗi 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 mỗi 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.

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. Để tiếp tục giảm mức độ chì, Portland đã bắt đầu quá trình cải thiện hoạt động kiểm soát ăn mòn. Những cải thiện này sẽ được tiến hành trễ nhất là vào Mùa Xuân 2022.



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

Bản Tiếng Việt

- **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.
- **Thay** các đồng hồ lớn, chứa chì phục vụ nước cho những cụm dân cư gặp nguy cơ. 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, thông qua **Đường dây nóng LeadLine**, hỗ trợ các chương trình để giảm tất cả các nguồn tiếp xúc với 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

Liên lạc với **LeadLine**: www.leadline.org hoặc **503-988-4000**.

Để biết thêm thông tin, hãy gọi cho chúng tôi theo số **503-823-7525**, hoặc vào website của chúng tôi tại www.portlandoregon.gov/water. Để biết thêm thông tin về việc giảm phơi nhiễm chì quanh nhà/tòa nhà của quý vị và ảnh hưởng sức khỏe của chì, hãy truy cập trang web 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

Amanda Fritz, Commissioner
Michael Stuhr, P.E., Director

Vui lòng liên lạc với chúng tôi để được phiên dịch nói hay viết, hoặc nhận hỗ trợ cho người tàn tật.

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

www.portlandoregon.gov/water/leadbrochure
Đường Dây Thủy Cục Portland: 503-823-7525
Dịch Vụ Khách Hàng: 503-823-7770
Dịch Vụ Tiếp Âm của Oregon: 711