



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

从近期家居监控的结果显示，饮用水中的含铅量超越监督规定的水平。

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物料的油漆、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。** 请到访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1月起，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。

波特兰水务局（Portland Water Bureau）每年会有两次，对来自超过100所家居自来水中的铅和铜含量作出监控。这些家居的供水管道有已知的含铅焊料，并且代表着饮用水中含铅量的最恶劣状况。从近期监控112户家居的结果显示，当中有14户饮用水中的含铅量超越监督规定的水平。

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。
- **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。
- **更换**向高危人口供水，当中带有含铅组件的大型水表。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

除了降低饮用水中接触铅的风险外，波特兰水务局（Portland Water Bureau）支持减少接触到铅的所有来源的项目：

- 预防铅中毒工作坊
- 在合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



关于家居
管道系统及饮用水中含铅量的重要讯息

中文

欲了解更多信息，请拨打：**503-823-7525**，或访问我们的网站

www.portlandoregon.gov/water。欲了解更多有关于降低您家居或建筑物周围接触铅的风险，及铅对健康造成影响的信息，请联系**铅问题专线（LeadLine）503-988-4000**、到访其网站**www.leadline.org**、到访美国环保署（EPA）的网站**www.epa.gov/lead** 或与您的医疗保健供应商联系。

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

Nick Fish（局长）

Michael Stuhr（专业工程师、署长）

波特兰水务局（Portland Water Bureau）

客服部门：503-823-7770

波特兰水务局水务专线（Portland Water Bureau Water Line）：503-823-7525

电传打字机（TTY）：503-823-6868

www.portlandoregon.gov/water

为协助确保公众获得市内计划、服务与活动的平等使用权利，波特兰市将会提供翻译服务、在合理的情况下修改政策或程序，并为残疾人士提供辅助器材 / 服务 / 替代安排。有关住宿、翻译及传译、投诉及其他更多信息，请拨打：503-823-7525，如使用城市的电传打字机（City TTY）请拨打：503-823-6868，或如使用俄勒冈州中继服务（Oregon Relay Service），请拨打：711。