



# 有关铅中毒 你需要了解的 常识

**尽**管在七十年代订立了法律,让人们意识到铅及其毒性的危害,但是在美国,在儿童身上发生的铅中毒一直是一个普遍的、但可以预防的环境健康问题。通过了解、识别、安全地消除铅的源头,我们就可以确保儿童的长期健康并防止其毁灭性的、不可逆转的后果。

## 什么叫铅中毒?

铅是一种具有毒性的金属,用于多种产品与材料中,包括油漆、聚乙烯百叶窗、管子、含铅水晶、餐具及陶瓷的釉。铅若被吸收到人体内,会对诸如大脑、肾、神经等内脏及血细胞造成损害。铅中毒对六岁以下的儿童特别有害。

## 儿童身上的铅中毒有哪些健康方面的危害?

铅对几乎所有内脏的发育与功能产生干扰,特别对于肾、红血球与中枢神经系统来说是如此。

儿童与铅接触时,铅中毒的问题特别严重。由于他们的身体尚未完全发育,铅中毒会造成如下危害:

- ▶ 损坏大脑、肝脏与肾脏;
- ▶ 发育减慢;
- ▶ 学习与行为方面发生问题;
- ▶ 智力(或智商)降低;
- ▶ 丧失听力;
- ▶ 坐立不安。

## 铅中毒有哪些症状?

除非血铅水平非常高,大多数铅中毒的儿童并不显示明显的症状;因此,很多铅中毒的儿童得不到诊断与治疗。不过,有些中毒的症状是:

- ▶ 头痛;
- ▶ 胃痛;
- ▶ 恶心;
- ▶ 疲倦;
- ▶ 易怒。

由于铅中毒的症状与流感或病毒感染的症状相似,了解某个孩子是否中毒的唯一方法是让医生对其进行简单的验血。

**验血:**检测铅中毒的唯一方法是进行简单的验血。六个月至两岁小孩的身体对铅的吸收能力更强;因此,化验对他们的健康来说越来越重要。不过,六岁以下的儿童应该在儿科诊所或公共诊所检测其血铅水平,即使他们的健康没有明显的不正常。

## 铅的主要来源是哪些?

铅的危害性可以在室内外的好几处地方找到,包括:

- ▶ **旧的油漆:**含铅油漆往往存在于1978年以前建造的房子里。如果这些油漆已剥落、龟裂或粉化,就变得不安全了。由于婴儿和小孩常把手和其它东西放进嘴里,他们可能会吞下铅灰或咀嚼漆片。
- ▶ **铅灰:**当门窗、楼梯边缘、护栏或其它带有含铅油漆的表面由于不断摩擦而磨损时(如门窗的开与关),有害而无形的铅灰就产生了。儿童往往由于把手放到嘴里摄入铅灰而中毒。在铅灰含量高的空气中呼吸的孕妇会把铅传给自己的胎儿,造成严重的危害。
- ▶ **注意:**当墙壁或其它带有油漆的表面被砂纸磨光、被刮拭或拆卸时,铅灰容易散播在整个屋子里。只有经过培训的专业人士才可以在房屋内把旧的油漆表面安全地除去。
- ▶ **土壤:**对屋外含铅油漆的刮削会使房屋周围的土壤受到污染。小孩在屋外(特别是在裸露的泥地上)玩耍时,可能会意外地吞入污染了的土壤或者在室内的地毯与地板上留下带泥的足迹,然后与泥迹接触。



如欲了解铅中毒的详情,请访问环境保护局的网站:  
[www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead) 或打电话到全国铅信息中心。电话号码是:  
1-800-424-LEAD (5323).



# 你需要了解的有关铅的常识 你需要了解的有关铅的常识 你需要了解的有关铅的常识 你需要了解的有关铅的常识 你需要了解的有关铅的常识

- ▶ **饮用水:** 1930年前安装在家里的铅管可能会含铅; 当水通过这些旧管子时铅会进入饮用水里。非铅中毒的儿童与铅接触总量的百分之十至二十来自于饮用水。
- ▶ **食物:** 铅会依附在食品与饮料中, 而食品与饮料往往被储存在进口的瓷器与陶器中。

## 铅的其它来源:

- ▶ **在工作场所与铅接触:** 父母在与铅有关的行业工作(如油漆、汽车或回收等行业)或父母把铅用于自己的喜好中(如用于有色玻璃窗)。
- ▶ **家庭用药:** Azarcon, greta, 或 pay-loo-ah.
- ▶ **化妆品:** 眼圈粉与眼圈油

## 如何防止铅中毒?

由于对铅中毒的治疗方案有限, 最好在铅中毒发生前就加以防止。铅中毒可以用适当方式防止:

- ▶ **营养:** 给孩子吃的食物要含铁量高(如蛋、熟的大豆或者红色肉类)、含钙量高(如奶酪、酸奶或熟的绿叶菜类)、维生素C成份高(如柑橘果类、青椒或西红柿)。充足地摄入此类养分可以最大限度地减少儿童身体对铅的吸收。
- ▶ **生活习惯:** 教孩子们养成健康的生活习惯, 如吃饭、睡觉、前要洗手; 脱鞋子; 孩子的玩具或其它可咀嚼的东西表面要洗净; 购买无铅百叶窗; 用水拖地板及表面, 然后再擦干地板与表面。请一位有证书的专业人员把家里的铅源安全地清除出去。家里装修时, 孩子与孕妇不能待在家里。
- ▶ **个人保健:** 自己经常洗手并给孩子洗手, 特别在吃饭与睡觉前要这样。



如欲了解铅中毒的详情, 请访问环境保护局的网站:  
[www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead) 或打电话到全国铅信息中心。电话号码是:  
1-800-424-LEAD (5323).

