

# 铅 101 家长和照护 人员须知



## 什么是铅，铅为什么是危险的？

- 铅是一种存在于环境之中的剧毒金属。
- **铅给幼儿带来的危险尤其严重。** 这是因为幼儿仍处在生长发育时期。铅对孕妇也很危险。若孕妇接触铅，则可能会伤害腹中胎儿。
- 儿童铅中毒会引发**智商（IQ）下降、多动症（ADHD）以及发育、注意力和学习问题。**
- 高血铅水平会导致头痛、易怒、听力损失和腹痛。

## 儿童是如何接触到铅的？

### 油漆

1978 年之前建造的房屋油漆脱落和剥落

### 土壤

含铅汽油和旧房子的油漆会沉淀在土壤里

### 水

铅可能存在于旧房子的水里，这是因为旧房子的管道、固定装置或焊料里可能含有铅

### 消费品

一些玩具、珠宝、进口香料、化妆品、药品和旧的乙烯基百叶窗可能含有铅

血铅水平无安全之说：请医生在孩子 12 个月和 24 个月时检查血液里的铅含量。

## 如何防止孩子接触铅？

- 湿布擦拭和拖洗窗台与家门周边区域。
- 定期清洗孩子的双手和玩具。
- 不要让孩子在裸露土壤里玩耍。若孩子在裸露土壤里玩耍，请立即清洗孩子的双手和衣物。
- 用水前先放水 60 秒，煮饭时只用冷水。
- 烹煮营养丰富且富含钙、铁和维生素 C 的膳食。
- 室内装修时注意铅安全。

### 工作或兴趣爱好可能会接触到铅的成年人应当：

- 进屋前脱鞋。
- 回家后立即洗手、换衣服。

**确定孩子是否接触过铅的唯一可靠方法是血铅检测。**

### 若孩子血液的铅含量低（低于 10 $\mu\text{g}/\text{dL}$ ）：

- 了解潜在的铅暴露源。
- 清除铅来源。
- 在家里实施铅安全做法。
- 和医生讨论何时再次检查孩子的血液。
- 为家人提供营养食物。
- 让家中其他 6 岁以下儿童也接受检测。

### 若孩子血液的铅含量较高（10 $\mu\text{g}/\text{dL}$ 或以上）：

- 当地卫生部门的病案管理员会与您一起采取后续措施。
- 请访问 Lead Safe Virginia 网站，详细了解高血铅水平指南。  
([www.vdh.virginia.gov/leadsafe/](http://www.vdh.virginia.gov/leadsafe/))