

حوضه رود پوتوماک

ساحه آبی و حد متاثر	ساحات تحت تأثیر	آلاینده	گونه ها	توصیه‌ها / محدودیت‌ها
حوضه رود پوتوماک (شاخه‌های فرعی زیر در بازه بین خط مرزی ویرجینیا-مریلند نزدیک پل مسیر ۳۴۰ در کونتی لودون تا پل 395-1 در کونتی آرلینگتون (بالادست پل وودرو ویلسون): نهر گوس تا پل جاده Dulles Greenway، برود ران تا پل مسیر ۶۲۵، دیفیکالت ران تا تا پل مسیر ۷، و پیمیت ران تا پل مسیر ۳۰۹. این شاخه‌های فرعی در مجموع حدود ۲۴ مایل را تشکیل می‌دهند).	لودون کونتی، فیرفکس کونتی آرلینگتون کونتی	بی‌فیل‌های چندکلره	مارماهی آمریکایی	بیش از دو وعده در ماه نباشد
حوضه رود پوتوماک (بخش جزر و مدی شاخه‌ها و خلیجچه‌های زیر، از پل ۳۹۵-1 (بالادست پل وودرو ویلسون) تا پل رود پوتوماک در مسیر ۳۰۱): فور مایل ران، هانتینگ کریک، لیثل هانتینگ کریک، پوهیک کریک، اکوتینک کریک رود کوانتیکو، نهر نیبیسکو، نهر پاول، نهر کوانتیکو نهر چوپاوامسیک، نهر آکیا، و نهر پوتوماک این شاخه‌های فرعی در مجموع حدود ۱۲۶ مایل را تشکیل می‌دهند).	کونتی آرلینگتون، شهر الکساندریا فیرفکس کونتی، پرنس ویلیام کونتی استافورد کونتی، کینگ جورج کونتی	بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کپور	از خوردن آن خودداری کنید
		بی‌فیل‌های چندکلره	مارماهی آمریکایی	از خوردن آن خودداری کنید
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش کانال طول ۱۸ اینچ	از خوردن آن خودداری کنید
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش کانال طول کمتر از ۱ اینچ	بیش از دو وعده در ماه نباشد
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش بولهد	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی بایس دهان کلان	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی بایس رامکوجنده دریایی رامراه	
		بی‌فیل‌های چندکلره	گونه‌های سان‌فیش	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی بایس دهان‌کوچک	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش سفید	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی پرچ سفید	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی گیزارد شند	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی پرچ زرد	
حوضه رود پوتوماک (بخش جزر و مدی شاخه‌های زیر از پل رود پوتوماک در مسیر ۳۰۱ تا دهانه رود نزدیک اسمیت پوینت: نهر آپر ماچودوک، نهر مونرو، و رود کوان این شاخه‌های فرعی در مجموع حدود ۳۱ مایل را تشکیل می‌دهند)	کینگ جورج کونتی، وست‌مورلند کونتی، نورث‌امبرلند کونتی	بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی گیزارد شند	بیش از دو وعده در ماه نباشد
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی پرچ سفید	
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش کانال	
نهر ایندین (کل نهر) (نزدیک اندنیل (مسیر ایالتی ۲۲۶) به سمت پایین‌دست حدود ۳ مایل تا محل پیوستن به بک لیک ران)	فیرفکس کونتی	بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کریک چاب	بیش از دو وعده در ماه نباشد
(از پل 66-1 به سمت پایین‌دست حدود ۱۴ مایل تا پل مسیر ۶۱۲ (جاده بیتس فورد) نزدیک پارک منطقه‌ای هملوک اورلوک)	فیرفکس کونتی، شهر ماناسس پارک، پرنس ویلیام کونتی	بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کتفیش کانال	بیش از دو وعده در ماه نباشد
		بی‌فیل‌های چندکلره	ماهی کپور	
		پرفلوروکتان سولفونات	ماهی بایس دهان کلان	
		پرفلوروکتان سولفونات	ماهی سان‌فیش بلوگیل	
براد ران / ساوت ران (از خروجی دریاچه ماناسس به سمت پایین‌دست تا محل پیوستن به نهر سدر و ساوت ران، و از خروجی دریاچه بریتل به سمت پایین‌دست تا محل پیوستن به دریاچه ماناسس (براد ران))	فاوکیه کونتی، شهر ماناسس، پرنس ویلیام کونتی	پرفلوروکتان سولفونات	ماهی بایس دهان کلان	بیش از دو وعده در ماه نباشد
		پرفلوروکتان سولفونات	ماهی سان‌فیش بلوگیل	
نهر کاب ران (از محل پیوستن به نهر الکلیک به سمت پایین‌دست تا محل پیوستن به نهر بول ران)	فیرفکس کونتی	پرفلوروکتان سولفونات	ماهی سان‌فیش بلوگیل	بیش از دو وعده در ماه نباشد
رود اکواکان / مخزن اکواکان (بخش جزر و مدی پایین‌دست رود اکواکان از سد مخزن، اکواکان به سمت پایین‌دست تا خلیج اکواکان، شامل خلیج بلمونت و آب‌های پس‌زده مخزن اکواکان در شاخه بول ران نزدیک پارک منطقه‌ای هملوک اورلوک و تا کمی بالادست جاده دیویس فورد در شاخه رود اکواکان تا سد تأمین آب اداره آب فیرفکس کونتی)	فیرفکس کونتی، پرنس ویلیام کونتی	پرفلوروکتان سولفونات	ماهی بایس دهان کلان	از خوردن آن خودداری کنید
		پرفلوروکتان سولفونات	ماهی سان‌فیش بلوگیل	بیش از دو وعده در ماه نباشد

یک وعده ماهی برابر با حدود ۸ اونس (نیم پوند) ماهی پخته یا آماده مصرف حساب می‌شود.

توصیه‌های مربوط به مصرف ماهی هر سال بررسی می‌شوند و در صورت نیاز آپدیت می‌شوند. این توصیه نامه مصرف ماهی، رهنمودهایی درباره تعداد وعده‌های مناسب برای خوردن برخی از انواع ماهی که از آب‌های مشخص صید شده‌اند، ارائه می‌کند. توصیه می‌شود برای کاهش میزان کلی مواجهه شما با آلاینده‌های موجود در ماهی، رهنمودهای ارائه‌شده در این توصیه‌نامه را دنبال کنید. برای پرسش‌ها در مورد خطرات صحتی برای انسان ناشی از مواجهه با آلاینده‌های موجود در ماهی، با [یرنامه سم‌شناسی اداره صحت ویرجینیا](#) به شماره (۸۰۴) ۸۱۸۲-۸۶۴ تماس بگیرید. برای معلومات بیشتر در مورد آب‌هایی که نمونه‌برداری شده‌اند یا روند نمونه‌برداری از بافت ماهی، با [اداره کیفیت محیط‌زیست ویرجینیا](#) تماس بگیرید.