

حوضه رودخانه جیمز

پهنه آبی و مرزهای تحت‌تاثیر	مناطق تحت‌تاثیر	آلاینده	گونه‌ها	توصیه‌های بهداشتی/ محدودیت‌ها			
رودخانه موری (از بونتا ویستا در جاده 60 حدود 15 مایل تا محل تلاقی با رودخانه جیمز)	شهرستان راکبریج، شهر بونتا ویستا	بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		حداکثر دو وعده در ماه			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
رودخانه جیمز (از پایین‌دست سد بیگ آیلند زیر پارکوی ریج بلو) تا پل بزرگراه I-95 روی رودخانه جیمز در ریچموند، شامل شاخه‌های فرعی آن یعنی رودخانه هارنور تا پل جاده 6 و رودخانه اسلیت تا پل جاده 676. طول این بخش‌ها از رودخانه در مجموع حدود 234 مایل است.)	شهرستان امهرست، شهرستان بندفورد، شهر لینچبرگ، شهرستان کمبل، شهرستان ایومتوکس، شهرستان نلسون، شهرستان باکینگهام، شهرستان الیمارل، شهرستان فلووانا، شهرستان کامبرلند، شهرستان گرجلند، شهرستان پوهتان، شهرستان هنرایکو، شهرستان چسترفیلد، شهر ریچموند	بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		حداکثر دو وعده در ماه			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
مصرف نکنید		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		مصرف نکنید			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		مصرف نکنید			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		مصرف نکنید			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		مصرف نکنید			
رودخانه جیمز (از پل بزرگراه I-95 روی رودخانه جیمز در ریچموند به‌سمت پایین‌دست تا تونل-پل همپتون رودز، و بخش جزر و مدی شاخه‌های فرعی زیر: رودخانه ایومتوکس تا سد دریاچه چسپیدن، بیلی کریک تا جاده 630، پوینترس ران، خلیج بیلی، رودخانه چیکاوهمینی تا سد واکرز، اسکیفس کریک تا سد اسکیفس کریک، رودخانه پاگان و شاخه فرعی آن یعنی جوزز کریک، چوکاتوک کریک، رودخانه نالسوموند و شاخه‌های فرعی آن شامل بنت کریک و استار کریک، رودخانه همپتون، خلیج ویلویای و سیستم رودخانه الیزابت (شاخه غربی، شاخه شرقی، شاخه جنوبی و رودخانه لافایت) و شاخه‌های فرعی جزر و مدی آن. طول این بخش‌ها از رودخانه در مجموع حدود 325 مایل است.)	شهر ریچموند، شهرستان هنرایکو، شهرستان چسترفیلد، شهرستان چارلز سیتی، شهر هوپ‌ول، شهر کولونیال هایتس، شهر پینترزبورگ، شهرستان دین‌ویدی، شهرستان پرینس جورج، شهرستان سوری، شهرستان جیمز سیتی، شهرستان نیو کنت، شهرستان آبل او وایت، شهر نیوپورت نیوز، شهر سافک، شهر پورتسموث، شهر همپتون شهر نورفک، شهر چسپایک، شهر ویرجینیا بیچ	بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		حداکثر دو وعده در ماه			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		توصیه‌های بهداشتی درخصوص بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs) محدودکننده است. برای گونه‌های فهرست‌شده، توصیه‌های بهداشتی درخصوص PCBs را رعایت کنید. برای گونه‌های فهرست‌شده، مصرف هر ماهی را به یک وعده در روز محدود کنید.			همه گونه‌ها		
		شاخه جنوبی رودخانه الیزابت و شاخه‌های فرعی جزر و مدی آن (حدود 23 مایل)	شهر پورتسموث، شهر چسپایک، شهر نورفک		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه دی‌اکسین‌ها		هیاتولایت‌کراس خرچنگ را مصرف نکنید («خرنل»، «ده سبز، توملی، جگر خرچنگ هم گفته می‌شود). این توصیه بهداشتی فقط مصرف هیاتولایت‌کراس با «خرنل» خرچنگ را ملع می‌کند (در تصویر زیر نشان داده شده است). گوشت خرچنگ مشمول این توصیه بهداشتی نمی‌شود.
جیوه				حداکثر دو وعده در ماه			
جیوه							
جیوه							
دریاچه هریسون (کل دریاچه، حدود 82 اکر)	شهرستان چارلز سیتی	جیوه			حداکثر دو وعده در ماه		
		جیوه					
		جیوه					
		جیوه					
دریاچه چیکاوهمینی (کل دریاچه، حدود 1230 اکر)	شهرستان چارلز سیتی، شهرستان نیو کنت،	جیوه		حداکثر دو وعده در ماه			
		جیوه					
		جیوه					
		جیوه					
رودخانه چیکاوهمینی (شامل دریاچه چیکاوهمینی، از محل تلاقی رودخانه چیکاوهمینی با رودخانه جیمز، به‌سمت بالادست تا پل جاده ایالتی 360 در مرز شهرستان‌های هنرایکو-هاننور در نزدیکی مکانیکسویل.)	شهرستان هنرایکو، شهرستان هاننور، شهرستان نیو کنت، شهرستان جیمز سیتی، شهرستان چارلز سیتی	پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)		حداکثر دو وعده در ماه			
		پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)					
		پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)					
		پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)					
میل کریک (کل نهر) نزدیک فورت مونرو	شهر همپتون	بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		حداکثر دو وعده در ماه			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
رودخانه جیمز علیا (از سرچشمه جیمز نزدیک به ایرون گیت (در محل تلاقی رودخانه جکسون و رودخانه کلایسجور) تا سد بالکونی فالز در پایین‌دست گلاسگو (در نزدیکی رودخانه موری)	شهرستان بالتئورت، شهرستان راکبریج	بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)		حداکثر دو وعده در ماه			
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
		بی‌فنیل‌های پلی‌کلرینه (PCBs)					
تالاب وایت اوک (تالاب وایت اوک و تمامی شاخه‌های فرعی، از محل تلاقی تالاب وایت اوک و رودخانه چیکاوهمینی، به‌سمت بالادست تا سرچشمه‌های تالاب وایت اوک و نهر تالاب وایت اوک در نزدیکی فرودگاه بین‌المللی ریچموند)	شهرستان هنرایکو، شهرستان چارلز سیتی	پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)		مصرف نکنید			
		پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)					
		پرفلئوئوروآکتان‌سولفه و نیک اسید (PFOS)					

یک وعده غذایی شامل شل آب (نیم پوند) ماهی است.

توصیه‌های بهداشتی درمورد مصرف ماهی سالانه باربیشی می‌شوند و درصورت نیاز به‌روز می‌شوند. این توصیه‌نامه بهداشتی درمورد مصرف ماهی، توصیه‌هایی درخصوص مصرف گونه‌های خاصی از ماهی که از پهنه‌های آبی مشخص‌شده صید شده‌اند ارائه می‌دهد. توصیه می‌شود برای کاهش میزان مواجهه با آلاینده‌های ماهی، از راه‌نمایی‌های ارائه‌شده در این توصیه‌نامه پیروی کنید. اگر دربار خطرات ناشی از مواجهه با آلاینده‌های ماهی بر سلامت انسان سوالی دارید، با برنامه بهداشتی اداره بهداشت ویرجینیا به شماره 804-8182 (804) تماس بگیرید. برای اطلاعات بیشتر درباره پهنه‌های آبی نمونه‌برداری‌شده یا روند نمونه‌برداری از بافت ماهی‌ها، با اداره بهداشت ویرجینیا تماس بگیرید.