

## 饮用水和住房水管中的铅 如何降低铅污染的风险

以下是关于饮用水含铅的重要信息。波特兰水务局发现有些住家饮用水的含量升高。铅可造成严重健康问题，尤其对怀孕妇女和年幼儿童。请认真阅读这份资料，了解如何减少饮用水中的含铅量。

### 铅对健康的影响

如果过多的铅从饮用水或其它来源进入您的身体，可导致严重健康问题。进入人体的铅会损伤大脑和肾脏，并干扰生成将氧带到身体各部位的红血细胞。铅污染给婴儿、小儿和孕妇造成的风险最大。科学家认为铅对大脑的影响与儿童低智商有关。低水平的铅对患有肾病和高血压的成人造成的危害大于对健康的成人。铅可储存在骨骼中并在日后释出。孕妇怀孕期间，小儿接受来自母体骨骼的铅，从而影响大脑发育。

### 铅的来源

铅是环境中普遍存在的常见金属。人体接触的铅一般来源于铅基油漆、居家尘埃、土壤和管道材料。铅也存在于其它家用物品中，如玩具、化妆品和陶器。

波特兰的水源很少含铅，在供水系统中也未采用铅制水管。在 1998 年，波特兰水务局拆除了最后一批铅制水管接头。今天波特兰地区水中铅的主要来源是用于连接铜管以及黄铜水具及部件的含铅焊料，包括那些在广告中声称“无铅”的焊料。1985 年以前建造的房屋采用黄铜水管，当时可能用含铅焊料连接水管。当水在水管系统中停留数小时或更久以后，铅会溶解到您的饮用水中。积存在家用水管中几个小时的水，例如在早晨或下班或放学后，就很可能含铅。

饮用水中存在的铅可能相当于一个人总铅摄入量的 20-30%。如果婴儿大多用含铅的水调制奶糕，则其总铅摄入量有 40-60% 来自饮用水。波特兰水务局防腐处理部门通过提高水的 pH 值来减少水管腐蚀。将经过 pH 值调整和未经 pH 值调整的检测结果相比较，显示出前者出水中的铅含量比后者减少 50% 以上。

除降低饮用水中的含铅量外，波特兰水务局还支持一些计划以减少所有来源的铅。在波特兰，1978 年以前建造的住房油漆粉尘是最常见的铅污染源。其它铅来源有饮用水、土壤、陶器、民间传统药物或化妆品、玩具以及某些职业和爱好。关于这些危害的资料及如何减少各种来源的铅污染，请联系 **Multnomah 郡健康部** **LeadLine 热线 503-988-4000** 或上网 **www.leadline.org** 查询。

为了减少管道造成的铅污染，波特兰税务管理局建议您采取以下简便步骤：

1. **放水冲去管道中的铅。**如果水已经在水管中停留数小时而未加使用，请在饮水或用水烹饪之前将每个水龙头打开放水 30 秒至 2 分钟，或一直放到水变得较冷为止。
2. **用新放出的冷水烹饪及调制婴儿奶糕。**请勿饮用从热水龙头中放出的水或将其用于烹饪。铅较易溶入热水。请勿用热水龙头中放出的水调制婴儿奶糕。
3. **请勿将水煮沸来除铅。**将水煮沸不会减少含铅量。
4. **考虑使用过滤器。**检查过滤器是否能减少水中的铅 – 并非所有过滤器均有此功能。请务必按照厂商说明保养及更换过滤装置以保护水质。有关水过滤器性能标准的资料请联系 NSF International，电话 **800-NSF-8010** 或上网 [www.nsf.org](http://www.nsf.org) 查询。
5. **测试水中的含铅量。**请打 **LeadLine** 热线电话 **503-988-4000** 了解如何免费测试水的含铅量。
6. **测试孩子体内的含铅量。**请咨询您的医生或打 **LeadLine** 热线电话了解如何测试孩子体内含铅量。测试血铅水平是了解孩子是否铅中毒的唯一办法。
7. **定期清洗水龙头上的充气嘴。**来自焊料或家用管道的含铅颗粒可滞留在水龙头上的充气嘴里。每几个月清理一下可去除这些颗粒，从而减少铅污染。
8. **考虑购买低铅水具。**新的水龙头、接头和阀门均可释放铅到您的饮用水中。目前联邦法律允许终端使用的黄铜水具（如水龙头）含铅量最多为 8%。这些水具贴有“无铅”标记。在购买新的水具时，消费者应选用含铅量最低的产品。请访问网站 [www.nsf.org](http://www.nsf.org) 了解更多水具含铅知识。

### 测试水中含铅量

波特兰水务局向顾客提供**免费**水含铅量测试包。请电 **LeadLine** 热线电话 **503-988-4000** 索取。

若需更多信息，请电 **503-823-7525** 或上网站 [www.portlandoregon.gov/water](http://www.portlandoregon.gov/water) 与我们联系。有关住家或大楼如何减少铅污染以及铅对健康危害的更多资料，请打 **LeadLine** 热线电话 **503-988-4000**、访我们的网站 [www.leadline.org](http://www.leadline.org) 以及环保署 (EPA) 网站 <http://www.epa.gov/lead>，或联系您的保健单位。

关于铅的所有危害，请电郡健康部：

**LeadLine** 热线电话 **503-988-4000**

- 免费水含铅量测试
- 免费儿童血铅水平测试
- 铅中毒预防讲习班
- 合格住家减少铅危害计划

波特兰水务局支持这项计划和 LeadLine 热线。

如果您对这些材料或铅的危害有任何问题，请联系 **LeadLine 热线 503-988-4000**。

波特兰水务局 (Portland Water Bureau)  
1120 SW Fifth Avenue, Room 600  
Portland, OR 97204

Randy Leonard, 主任  
David G. Shaff, 管理员

波特兰水务局 (Portland Water Bureau)  
顾客服务处: 503-823-7770  
波特兰水务局水务专线  
503-823-7525

语障/听障专线: 503-823-6868

[www.portlandoregon.gov/water](http://www.portlandoregon.gov/water)

为确保人人均能参与市政计划，享受服务及参加活动，波特兰市将适当修订政策和程序，并向残障人士提供辅助及服务。若有此类要求请电503-823-7404。