

2015 年 10 月 27 日



亲爱的家长：

为帮助确保弗林特儿童远离铅暴露，杰纳西县卫生部门与密歇根卫生和公众服务部将就以下问题进行解答：

- 铅来自于何处？
- 如何保护我的家人？
- 我的孩子是否需要进行检测？
- 可以从何处了解到更多有关铅的信息？

铅来自于何处？

弗林特市含铅管道中流出的饮用水铅含量超标。儿童也可能会暴露于来自旧含铅油漆、泥土、陶器、化妆品、玩具以及一些家庭治疗的铅中。还有成人的工作与爱好，如汽车维修、彩色玻璃、首饰制作和弹药处理，如果儿童接触到含铅的衣服或是在含铅的区域玩耍，可能会使其处于危险之中。铅会严重危害健康，尤其是对幼小的儿童，如通过饮食和呼吸摄入铅，会导致铅中毒。

我的孩子是否需要进行检测？ 居住在弗林特市的儿童、家中使用弗林特市供水的儿童，以及在弗林特市上学、托管或接受照顾的儿童均应接受铅中毒检测。

应尽快进行检测。

我的孩子应前往何处进行检测？

进行儿童血铅检测的最佳地点是您医生的办公室。大多数医疗保险计划都包含血铅检测。您的医生将跟进实验室检测，并告知您应采取哪些后续措施。也可前往杰纳西县卫生部门接受免费的血铅检测。如需交通工具，请致电 2-1-1 获取帮助。

了解孩子的血铅检测结果。

5 以下的血铅水平表示孩子血液中的铅含量较少。使用以下提示帮助您确保孩子安全。您的医生可能会建议在未来 12 个月内再次进行检测，以确保血铅水平没有上升。

5-44 的血铅水平表示孩子有一定程度的铅暴露。请向医生和当地卫生部门咨询，获取有关如何限制铅暴露的进一步指导。您的医生可能会在 1-3 个月内对孩子重新进行检测，以确保血铅水平没有上升。

血铅水平非常高（**44 以上**）的儿童需在医院接受治疗。

如何确保家人安全?

应立即采取以下步骤, 帮助保护您和孩子的安全。

保护您的家人远离水中的铅:

- 进行水质铅含量检测。可免费检测。请致电 (810) 787-6537 了解详情。
- 在家中 使用滤水器。请致电 2-1-1 了解有关免费获取经 NSF 认证的滤水器的详情。
- 滤水器仅可使用冷水。
- 如未安装滤水器, 请使用瓶装水饮用和冲调奶粉。
- 使用经过滤的水或瓶装水饮用(包括冲咖啡、混合饮料、果汁、婴儿奶粉)和烹饪(即使把水烧开, 铅仍将存留在水和食物中)。
- 可使用未经过滤的自来水洗手和碗碟。
- 如要使用未经过滤的水饮用或烹饪, 请打开水龙头五分钟后再行使用。

安全清洁:

安全清洁非常重要。保持房间清洁、远离铅危害将有助于保护您的家人的安全。

- 1978 年之前的房屋可能会使用含铅油漆。使用湿纸巾清理这些较老旧房屋中的油漆片和灰尘。确保清洁窗户、游戏区域和地板。
- 经常用肥皂和水洗手、洗玩具。
- 可使用未经过滤的自来水擦桌子、拖地、洗衣服。

膳食营养:

一些食物将有助于避免铅在儿童体内存留, 即富含钙、铁和维生素 C 的食物, 包括:

富含钙的食物	富含铁的食物	富含维生素 C 的食物
> 牛奶	> 豆类	> 橘子
> 奶酪	> 精瘦肉, 如鱼肉和鸡肉	> 橘子汁
> 酸奶	> 全谷类食品	> 葡萄柚
> 豆腐	> 花生酱	> 番茄
> 菠菜		> 青椒

始终用经过滤的水洗水果。如果您对孩子的饮食有所担忧, 请咨询医生, 医生可能会建议每日服用复合维生素。


WIC 和 SNAP 将为需要新鲜健康食品的父母与孩子提供援助。请致电 **(810) 237-4537** 联系杰纳西县 WIC 办公室了解更多详情。SNAP 还提供 Double Bucks 计划, 无需支付额外费用便可购买到更多的健康食品。

可以从何处了解到更多有关铅的信息?

- 杰纳西县卫生部门铅计划
(810) 257-3833
www.gchd.us
- 密歇根卫生和公众服务部儿童铅中毒预防计划
(888) 322-4453
www.michigan.gov/lead
- 美国环境保护署
www.epa.gov/lead
- 美国疾病控制和预防中心 (CDC) 网站
www.cdc.gov/nceh/lead

这些建议将保持有效, 直至杰纳西县卫生部门解除对水资源使用的限制。

谨致问候



Eden V. Wells, MD, MPH, FACPM
首席医疗执行官
密歇根卫生和公众服务部



Gary K. Johnson, MD, MPH
医学主管
杰纳西县卫生部门