

## 4 điều cần biết về chì trong nước uống



### 1. Phơi nhiễm chì có thể gây hại cho sức khỏe con bạn.

Phơi nhiễm chì có thể khiến trẻ chậm lớn, chậm phát triển và gặp khó khăn trong học tập. Phụ nữ mang thai và em bé đang phát triển của họ dễ phơi nhiễm chì.



### 2. Đường ống nước của nhà bạn có thể chứa chì.

Nguồn chì trong nước chính là trong ống nước tại nhà. Những ngôi nhà được xây hoặc được lắp ống nước trong khoảng 1970 và 1985 có thể có mối hàn chì trong ống nước. Nhiều nhà cũng có thể có các phụ kiện ống nước bằng đồng chứa chì.



### 3. Chì trong nước có hại nhất đối với trẻ nhỏ dùng sữa bột công thức.

Trẻ dùng sữa bột uống lượng nước lớn so với kích thước cơ thể trẻ. Khi pha sữa bột, hãy dùng nước lạnh và được lọc. Đừng dùng nước từ vòi nước nóng.



### 4. Nước uống không thường là nguồn chứa chì.

Sơn có chứa chì và bụi chì trong những nhà được xây trước 1950 là nguồn gây nhiễm độc chì thường gặp nhất trong khu vực Portland.

## 3 Điều bạn có thể làm để bảo vệ gia đình mình khỏi nhiễm chì



### 1. Xét nghiệm chì cho trẻ em và phụ nữ mang thai trong gia đình.

Đưa con bạn đi xét nghiệm máu là cách duy nhất để biết liệu trẻ đã bị phơi nhiễm chì hay chưa. Hãy hỏi nhân viên y tế của bạn về việc xét nghiệm chì. **Đường Dây LeadLine** cung cấp xét nghiệm chì miễn phí cho trẻ em dưới 6 tuổi và phụ nữ mang thai.



### 2. Xét nghiệm chì trong nước MIỄN PHÍ.

Có kiểm nghiệm miễn phí ở Portland cho khách hàng của nhiều nhà cung cấp nước ở Portland. Đặt hàng bộ kiểm nghiệm miễn phí của bạn tại **Đường Dây LeadLine**.



### 3. Chỉ sử dụng nước lạnh, sạch từ vòi nước lạnh để uống, nấu ăn, hoặc pha sữa bột cho trẻ em.

- Xả nước lạnh 30 giây đến 2 phút, hoặc chờ đến khi nước có vẻ lạnh hơn, trước khi sử dụng để xả bớt chì.
- Đừng dùng nước từ vòi nước nóng. – nước nóng có thể chứa nhiều chì hơn.
- Bạn cũng có thể cân nhắc việc sử dụng bộ lọc nước. Kiểm tra xem nó có thể khử chì hay không, không phải mọi bộ lọc đều làm được điều này.

LeadLine: [www.leadline.org](http://www.leadline.org) hay 503-988-4000

