



CHƯƠNG TRÌNH NGĂN NGỪA NGỘ ĐỘC CHÌ  
CT DPH (SỞ Y TẾ CÔNG CỘNG CONNECTICUT)

THÔNG TIN THỰC TẾ

# Ngăn Ngừa Ngộ Độc Chì

## Chì Được Tìm Thấy Ở Đâu?

- **Sơn:** Có thể tìm thấy chì trong các loại sơn được sản xuất từ trước năm 1978. Loại sơn này có thể được tìm thấy trên bất kỳ bề mặt nào ở trong nhà của quý vị, chẳng hạn như cửa ra vào, cửa sổ, và hiên nhà.
- **Bụi:** Bụi chì trong nhà có từ các bề mặt được sơn chì bị bong và tróc. Chà nhám và cạo lớp sơn cũ khi sơn lại hoặc tu sửa cũng có thể gây ra vấn đề về bụi chì.
- **Đất:** Lớp sơn cũ rơi từ phía ngoài ngôi nhà của quý vị xuống đất có thể để lại chì trong đất.
- Chì cũng có thể được tìm thấy trong đĩa sứ, pha lê, hộp thực phẩm có xuất xứ bên ngoài Hoa Kỳ, ống nước, chất/hộp kim hàn và phụ kiện, cũng như mỹ phẩm của một số dân tộc, và các bài thuốc gia truyền.
- Một số công việc và sở thích có thể khiến trẻ em và người lớn tiếp xúc với chì. Một vài trường hợp bao gồm họa sĩ, thợ tu sửa nhà cửa, thợ sửa ống nước, thợ cơ khí, công nhân cầu đường, làm đồ trang sức, đồ gốm/đồ sứ hoặc kính màu, và đến các trường bắn trong nhà.

## Con Quý Vị Có Nguy Cơ Nhiễm Độc Chì Không?

Nếu quý vị trả lời "có" cho bất kỳ câu hỏi nào dưới đây, quý vị có thể muốn cho con mình được xét nghiệm, ngay cả khi trẻ đã lớn hơn.

- Con quý vị có sống hay thường đi đến một tòa nhà được xây dựng từ trước năm 1960 không?
- Con quý vị có sống hay thường đi đến một tòa nhà được xây dựng từ trước năm 1978 và tòa nhà này đang hoặc vừa được sửa chữa hoặc trùng tu?
- Con quý vị có sống hay thường đi đến một tòa nhà đang có các lớp sơn bị bong và tróc không?
- Con quý vị có sống cùng một người lớn, hoặc thường xuyên đến thăm một người lớn có công việc hoặc sở thích khiến họ thường xuyên tiếp xúc với chì?
- Gia đình quý vị có ăn hoặc uống bằng các loại bát đĩa được sản xuất bên ngoài Hoa Kỳ không?
- Gia đình quý vị có sử dụng các bài thuốc gia truyền không?

## Trẻ bị nhiễm độc chì như thế nào?

- Ngộ độc chì thường xảy ra khi trẻ hấp thu (ăn) phải bụi có chứa chì. Trẻ cũng có thể ăn phải những mảnh sơn có chứa chì hoặc đất có chứa chì.

## Chì Ảnh Hưởng Thế Nào Lên Cơ Thể?

- Chì đã đi vào trong cơ thể thì đều nguy hiểm, bất kể số lượng chì là bao nhiêu. Tổn thương mà chì có thể gây ra là vĩnh viễn! Chì có thể gây tổn thương cho não bộ. Chì có thể gây ra các vấn đề về phát triển, mất thính giác, và các vấn đề về học tập.
- Nhiều trẻ không có biểu hiện gì khi bị nhiễm độc chì. Một vài biểu hiện khi nhiễm độc chì ở mức độ cao lại giống hệt như những bệnh khác ở trẻ nhỏ, chẳng hạn như cảm lạnh thông thường hay đang mọc răng.

## Chì Ảnh Hưởng Thế Nào Lên Cơ Thể? (tiếp tục)

- Nếu phụ nữ có thai ở gần khu vực có chì, người mẹ và đứa trẻ chưa ra đời có thể bị nhiễm độc chì. Chì có thể gây ra tổn thương lâu dài cho người mẹ và đứa bé.

---

### Quý Vị Làm Thế Nào Để Giảm Thiểu Nguy Cơ?

Thay thế, sửa chữa hoặc kiểm soát tất cả các mối nguy hiểm liên quan đến chì theo cách thức an toàn với chì.

#### Những hành động giúp ngăn ngừa trẻ không bị nhiễm độc chì:

- Để trẻ và phụ nữ có thai tránh xa tất cả các mối nguy hiểm liên quan đến chì.
- Vệ sinh bụi chì và mảng sơn bằng cách lau bề cửa sổ, cửa sổ ngàm và lau sàn nhà bằng nước (dạng ẩm). KHÔNG quét khô hoặc hút bụi, cách này sẽ làm phát tán bụi chì.
- Chặn những chỗ có sơn bị bong hoặc tróc. Không sử dụng cửa sổ đã bị tróc sơn.
- Chuyển phòng ngủ hoặc khu vực vui chơi của con quý vị đến một căn phòng không bị bong tróc sơn.
- Đặt các tấm thảm có thể giặt rửa ở bên trong và bên ngoài cửa ra vào.
- Để mọi người tháo bỏ giày của họ trước khi đi vào trong nhà.
- Không để con quý vị (hoặc thú cưng) nghịch bẩn.
- Thường xuyên rửa và làm khô bàn tay của trẻ, đồ chơi và núm vú giả. Rửa và làm khô bàn tay của trẻ trước khi trẻ chơi, ăn, và khi đi ngủ.
- Dùng nước lạnh từ vòi để uống, nấu ăn và pha sữa công thức. Để nước chảy không trong 1-2 trước khi sử dụng.
- Để con quý vị ăn các bữa ăn và đồ ăn vặt tốt cho sức khỏe. Bụng trống rỗng sẽ tiêu hóa chì nhanh hơn là bụng no.

#### Người lớn có thể làm gì để ngăn ngừa bản thân và trẻ không bị ngộ độc chì do công việc hoặc sở thích:

- Không được ăn, uống, hoặc hút thuốc trong khu vực làm việc/khu vực dành cho sở thích của quý vị.
- Rửa tay và mặt của quý vị trước khi ăn, hút thuốc, hoặc uống.
- Mặc trang phục bảo hộ (chẳng hạn như găng tay, mũ, và lớp che giày dùng một lần) khi quý vị làm việc với chì. Sử dụng một chiếc mặt nạ phòng hơi độc được Viện An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp Quốc Gia (NIOSH) phê duyệt.
- Tắm, gội đầu, và thay quần áo và giày sạch trước khi quý vị rời khỏi khu vực làm việc. Để lại bụi trên quần áo có thể khiến nhà và xe ô tô của quý vị bị nhiễm độc.
- Đặt quần áo và giày làm việc của quý vị trong các túi ni-lông được đóng kín.
- Giặt quần áo làm việc riêng, tách khỏi quần áo của gia đình.

---

### Con quý vị có cần xét nghiệm ngộ độc chì không?

- Có, tất cả trẻ, khi đủ một và hai tuổi, phải được xét nghiệm về ngộ độc chì... đây là quy định của luật pháp!
- Xét nghiệm máu sẽ cho kết quả về lượng chì có trong máu của trẻ vào thời điểm xét nghiệm. Nếu mức độ chứa chì cao, con quý vị sẽ cần được xét nghiệm thêm.
- Nếu con quý vị gặp nguy cơ khi ở các độ tuổi khác, hãy để em được xét nghiệm vào thời điểm đó.

---

**Chương Trình Ngăn Ngừa Ngộ Độc Chì Connecticut**

**(860) 509-7299**

**[www.ct.gov/dph/lead](http://www.ct.gov/dph/lead)**



**CONNECTICUT**

Public Health