



# 납 중독 예방

## 납은 어디에서 발견되나요?

- **페인트:** 납은 1978년 이전에 만들어진 페인트에서 발견될 수 있습니다. 이 페인트는 문, 창문, 현관 등 집 안의 모든 페인트 표면에 적용될 수 있습니다.
- **먼지:** 집 안의 납 먼지는 납으로 칠해진 표면이 부서지고 벗겨지는 데서 발생합니다. 다시 칠하거나 리모델링할 때 오래된 페인트를 샌딩하거나 긁어내는 것도 납 먼지 문제를 일으킬 수 있습니다.
- **토양:** 집 외부에서 땅에 떨어진 오래된 페인트는 토양에 납을 남길 수 있습니다.
- 납은 세라믹 접시, 크리스털, 미국 이외 지역의 식품 캔, 수도관, 땀납 및 부속품, 일부 민속 화장품 및 가정 요법에서도 발견될 수 있습니다.
- 일부 직업과 취미는 어린이와 성인을 납에 노출시킬 수 있습니다. 몇 가지 예로는 화가, 주택 리모델링업자, 배관공, 기계공, 교량 작업자, 보석, 세라믹/도자기 또는 스테인드 글라스 제조, 실내 사격장 방문 등이 있습니다.

## 자녀가 납 중독 위험에 처해 있나요?

다음 중 하나라도 '예'라고 답한다면 자녀가 나이가 많더라도 검사를 받는 것이 좋습니다.

- 자녀가 1960년 이전에 건축된 건물에 거주하거나 자주 방문합니까?
- 자녀가 1978년 이전에 건축되었으며 현재 또는 방금 수리 또는 리모델링 중인 건물에 거주하거나 자주 방문합니까?
- 자녀가 페인트가 벗겨지거나 떨어진 건물에 거주하거나 자주 방문합니까?
- 자녀가 직업이나 취미로 인해 납에 노출된 성인과 함께 살고 있거나 자주 방문합니까?
- 가족이 미국 이외의 지역에서 만든 요리를 먹거나 마십니까?
- 가족이 가정 요법을 사용합니까?

## 아동이 어떻게 납에 중독되나요?

- 납중독은 일반적으로 어린이가 납이 포함된 먼지를 섭취(먹음)할 때 발생합니다. 어린이들은 납이 함유된 납 페인트 조각이나 흙을 먹을 수도 있습니다.

## 납은 신체에 어떤 영향을 미치나요?

- 신체에 안전한 납의 양은 없습니다. 납이 유발할 수 있는 피해는 영원합니다! 납은 뇌를 손상시킬 수 있습니다. 성장 문제, 청력 상실, 학습 문제를 일으킬 수 있습니다.
- 많은 어린이들이 납중독의 징후를 보이지 않습니다. 높은 수준의 납 중독의 일부 징후는 일반적인 감기나 이가 나는 것과 같은 다른 아동기 질병과 동일합니다.

## 납은 신체에 어떤 영향을 미치나요? (계속)

- 임산부가 납 주변에 있으면 임산부와 태아가 납중독에 걸릴 수 있습니다. 납은 산모와 아기에게 지속적인 손상을 초래할 수 있습니다.

## 어떻게 위험을 줄일 수 있나요?

모든 납 위험물질을 납에 안전한 방식으로 교체, 수리 또는 관리하십시오.

### 어린이의 납중독을 예방하기 위해 취할 수 있는 조치:

- 어린이와 임산부를 모든 납 위험물질에 가까이 하지 않도록 하십시오.
- 창틀, 창틀과 벽 사이 공간, 바닥을 젖은 걸레질로 닦아 납 먼지와 페인트 조각을 청소하십시오. 건식 청소 또는 진공 청소기로 청소하지 마십시오. 납 먼지가 퍼질 수 있습니다.
- 페인트가 벗겨지거나 떨어진 곳을 막으십시오. 페인트가 벗겨진 창문은 사용하지 마십시오.
- 자녀의 침실이나 놀이 공간을 페인트가 벗겨지거나 떨어지지 않는 방으로 옮기십시오.
- 출입문 내부와 외부에 세탁 가능한 매트를 놓으십시오.
- 사람들이 집에 들어오기 전에 신발을 벗도록 하십시오.
- 어린이(또는 애완동물)가 흙에서 놀지 못하게 하십시오.
- 어린이의 손, 장난감, 고무 젓꼭지를 자주 씻고 말리십시오. 놀기, 먹기, 취침 시간 전에 자녀의 손을 씻고 말리십시오.
- 물을 마시고, 요리하고, 분유를 만들 때 수도의 찬물을 사용하십시오. 사용하기 전에 1~2분 동안 물을 흘려 보내십시오.
- 자녀에게 건강한 식사와 간식을 제공하십시오. 공복 상태에서는 배가 부를 때보다 더 빨리 납이 흡수됩니다.

### 직업이나 취미로 인한 본인과 자녀의 납 중독을 예방하기 위해 성인이 취할 수 있는 조치:

- 직장/취미 공간에서 먹거나 마시거나 담배를 피우지 마십시오.
- 식사, 흡연, 음료를 마시기 전에 손과 얼굴을 씻으십시오.
- 납으로 작업할 때는 보호복(일회용 장갑, 모자, 신발 커버 등)을 착용하십시오. 미국 국립 직업안전위생연구소(NIOSH) 승인 호흡보호구를 사용하십시오.
- 작업장을 떠나기 전에 샤워를 하고 머리를 감은 다음 깨끗한 옷과 신발로 갈아입으십시오. 옷에 먼지가 남으면 집과 자동차가 오염될 수 있습니다.
- 작업복과 신발은 밀봉된 비닐 봉지에 넣으십시오.
- 작업복은 가족의 세탁물과 따로 세탁하십시오.

## 자녀가 납중독 검사를 받아야 합니까?

- 예. 1~2세의 모든 어린이는 납중독 검사를 받아야 합니다...이것이 법입니다!
- 혈액 검사를 통해 검사 당시 자녀의 혈액에 납이 얼마나 들어 있는지 알 수 있습니다. 이 수준이 높으면 자녀에게 더 많은 검사가 필요합니다.
- 다른 연령에서도 자녀에게 위험이 있는 경우에는 해당 연령에서도 자녀가 검사를 받도록 하십시오.

## 코네티컷 납 중독 예방 프로그램

(860) 509-7299

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

