

2010 年 11 月

食水中的鉛

鉛是什麼？食水中怎麼會有鉛？

鉛是一種柔軟的金屬，可以用來製造各種各類的產品，包括水管。食水中含鉛的主要原因很多，其中一個是從地下輸水管引水到您家中的水管是鉛製的。這條水管稱為「鉛製管道」。食水留在管道的時間愈長，食水內的含鉛量也愈高。如果您居住的房子建於 1950 代中期前，管道有可能是鉛製的。大型的建築物不會使用鉛製的管道，如果您居住在公寓大廈內，您的管道不會是鉛製的。

您的水管包括兩部分——市府擁有的部分及從您物業範圍進入您家中的部分，您需承擔在您物業範圍內的部分的責任。市府只可以更換它擁有的部分。

鉛會損害我的健康嗎？

鉛可以影響腦部及神經系統的發育，對胎兒、嬰兒及六歲以下兒童的影響最大。因為嬰兒的主糧是配方奶，如果使用鉛製水管內的自來水沖調配方奶餵哺嬰兒，食水便成了嬰兒攝取鉛的最大來源。如果年幼兒童體內有大量的鉛，這會導致他們專注力下降，出現智力及行為問題。

我如何知道水管是否含鉛？

1. 找出您住的房子是否建於 1950 代中期前，如果是的話，房子可能有鉛製的水管。如果您是業主，您可以查看買房子時的有關文件。如果房子是租的，您可以向業主查詢。
2. 可能的話，您可以看看接駁往水錶去的水管。如果水管是灰色的、表面容易刮花，而且在敲打時並非發出空洞的聲音，那麼水管可能是鉛製的。

居於 1950 代中期前建成房子的居民可以採取的行動：

1. 如果您懷孕及/或有六歲以下的孩子：在自來水出口處裝配過濾器。選擇由國家衛生基金（National Sanitation Foundation）檢定，有 NSF-53 除鉛／減鉛標籤的過濾器。查詢合適過濾器的資訊，請電 1-800-673-8010 或瀏覽 NSF 的網址 www.nsf.org。
如果您用配方奶餵哺嬰兒，先從過濾自來水中提取冷水，然後煮沸，再等水冷卻後三十分鐘之內使用。在未安裝過濾器前，考慮飲用瓶裝水及使用瓶裝水沖調嬰兒配方奶，您也可以考慮使用即開即飲的配方奶。
2. 用母乳哺育嬰兒。母乳是健康的，母乳含鉛量比自來水低很多。

資料單張

3. 如果水喉沒有使用超過幾個小時，每次使用時，開啓水喉直至流出來的水很冷，再保持開啓至少 1 分鐘。這稱為沖洗管道。
4. 即使喉管曾經沖洗過，煮食及飲用時只應使用冷水。相對於冷水，鉛較容易滲入熱水中，因此冷水被鉛污染的機會較低。
3. 更換屬於您部分的鉛製管道。多倫多公共衛生署大力建議更換這兩個部分的鉛製管道——市府擁有的部分和你擁有的部分。如果在更換任何一部分的鉛製管道期間，在使用自來水之前，您須採取重要的步驟。要瞭解更多詳情，請瀏覽 www.toronto.ca/health。

減少暴露於鉛的一般提示：

1. 如果您的房子或公寓大廈建於 1950 代中期後及 1989 年之間，定期沖洗您的管道。使用冷水煮食及飲用冷水，以減少可能在您自來水中的少量含鉛量，鉛可能從您水管中的鉛焊料（或接合處）流入水中。即使你懷孕、以母乳餵哺嬰兒、有一個六歲以下的孩子或以自來水沖調配方奶餵哺嬰兒，這就是您所需要做的事情。
2. 如果您居住在較舊的房子內，請不要把漆油磨走或刮走，因為漆油可能含鉛。1980 年前建成的房子所用的油漆可能含鉛。這些鉛的成份可能會流入房子的塵埃當中，所以記緊要定期用濕布或地拖抹塵。
3. 孩子應經常洗手，尤其是飯前及睡覺前，以洗去手含鉛的塵埃。
4. 戶外的鞋子不要在戶內穿。鞋底的污穢物可能會含鉛或其他污染物。

查詢更多有關含鉛油漆及塵埃的資訊，請到網址 www.toronto.ca/health/hphe/children.htm 參閱多倫多公共衛生署的資料單張「察覺不到的暴露」（Hidden Exposures）。查詢更多有關多倫多市政府更換含鉛水管計劃的資訊，請瀏覽網址 www.toronto.ca/water。