

Chì trong Nước Uống Lead in Drinking Water

Các đơn vị cung cấp nước chịu trách nhiệm cung cấp nước uống theo đúng Các Hướng dẫn về Chất lượng Nước Uống của Canada (Guidelines for Canadian Drinking Water Quality) đối với chì. Tuy nhiên, trong một số điều kiện, chì có thể rỉ vào trong nước uống qua sự tiếp xúc với hệ thống đường ống nước của tòa nhà sau khi nước đã được chuyển tới một bất động sản.

Các hướng dẫn đối với chì trong nước uống là gì?

Các Hướng dẫn về Chất lượng Nước Uống của Canada quy định nồng độ tối đa của tổng số lượng chì có trong nước uống đo tại vòi được chấp nhận là 0.005 mg/L (5 phần trên một tỷ). Bạn phải thực hiện mọi nỗ lực để duy trì mức chì có trong nước uống sao cho càng thấp càng tốt. Hướng dẫn được đặt ra để bảo vệ phụ nữ có thai, trẻ sơ sinh và trẻ em vì họ là những người dễ bị tổn thương nhất. Hướng dẫn này được dựa trên nồng độ trung bình có trong nước được tiêu thụ trong các khoảng thời gian dài.

Để biết thêm thông tin về các hướng dẫn, hãy truy cập trang Bộ Y Tế Canada - Các Hướng dẫn về Chất lượng Nước Uống của Canada www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/healthy-living/guidelines-canadian-drinking-water-quality-guideline-technical-document-lead.html.

Các điều lo ngại đối với sức khỏe là gì?

Theo Bộ Y Tế Canada, ngay cả khi tiêu thụ chì ở mức độ thấp cũng có thể có hại. Chì có thể gây hại cho sự phát triển trí tuệ, hành vi, kích thích cơ thể và thính giác của các thai nhi đang phát triển, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Ảnh hưởng đối với sức khỏe tùy thuộc vào nhiều yếu tố bao gồm lượng chì đã tiêu thụ theo thời gian, tuổi tác, dinh dưỡng và các vấn đề sức khỏe có sẵn từ trước.

Người ta có thể hấp thụ chì từ nhiều nguồn khác nhau, chẳng hạn như từ thực phẩm, nước uống, đất cát, sơn và bụi bặm. Không có bằng chứng nào cho

thấy nước uống tại B.C. là một nguồn có nhiều chất chì.

Vì chì không dễ thấm vào da từ nước nên việc tiếp xúc với chì khi tắm vòi sen, tắm bồn hoặc vệ sinh không phải là một điều đáng lo ngại. Để biết thêm thông tin về sơn có chứa chì, hãy xem [HealthLinkBC File #31 Sơn Có Chì và Các Điều Nguy Hiểm](#).

Làm thế nào chì vào được trong nước uống của tôi?

Chì trước đây thường được dùng trong các hệ thống đường ống nước uống, bao gồm: các đường ống, vòi nước, thiết bị gắn cố định bằng thiếc, đồng và thau và chất hàn (được dùng để nối các ống kim loại). Năm 1989, Luật về Đường Ống Nước của BC đã thay đổi để hạn chế việc dùng chì trong các đường ống nước. Các tòa nhà được xây trước năm 1989 có thể có nguy cơ cao hơn có chì trong nước uống do sự rỉ sét của hệ thống đường ống nước.

Lượng chì lọt vào trong nước tùy thuộc vào các loại vật liệu đường ống nước được sử dụng, sức ăn mòn của nước, và khoảng thời gian nước nằm trong các đường ống.

Những gì đang được thực hiện để giải quyết vấn đề chì trong nước uống?

Bộ Y Tế làm việc với các cơ quan y tế khu vực và chính phủ liên bang để xây dựng các thực hành và chính sách tốt nhất. Họ cũng tư vấn cho các đơn vị cung cấp nước và công chúng về việc giảm hấp thụ chì.

Một số đơn vị cung cấp nước thực hiện các bước để điều chỉnh chất lượng của nước nhằm giảm tình trạng xói mòn. Các trường học đã được khuyến cáo phải thử nước để bảo đảm lượng chì ở mức an toàn. Nếu các mức chì là không an toàn thì nhà trường được khuyến cáo phải tiến hành các biện pháp cần thiết để giảm lượng chì có trong nước uống tại trường.

Chủ sở hữu của các tòa nhà chịu trách nhiệm thẩm định hệ thống đường ống nước của mình và thực hiện các biện pháp để giảm lượng chì.

Tôi có thể bảo vệ chính mình và gia đình mình bằng cách nào?

Nếu lượng chì trong nước uống của bạn bị nghi ngờ hoặc đã được đo là cao, bạn phải giảm sự tiếp xúc với chì. Nếu bạn lo ngại về việc con của bạn hoặc chính bản thân bạn, hiện tại hay trong quá khứ, có tiếp xúc với chì, bạn nên thảo luận những điều lo ngại của mình với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn.

Nhận dạng vấn đề

Nói chung, đơn vị cung cấp nước chịu trách nhiệm về đường ống dẫn nước cho đến tận đồng hồ nước hoặc van cung cấp nước tại đường biên sở hữu bất động sản. Đơn vị cung cấp nước của bạn sẽ có thông tin về chất lượng nước trong hệ thống phân phối của họ. Bạn sẽ phải nhờ phòng xét nghiệm thử nước của bạn để tìm chì và để biết chất lượng nước ở vòi của bạn. Các mức chì có thể thay đổi trong ngày, và một mẫu nước lấy đầu tiên vào buổi sáng trước khi sử dụng nước thường sẽ cho thấy bất kỳ vấn đề nào.

Nếu căn nhà của bạn đã được xây trước năm 1989, hệ thống đường ống nước của bạn có nguy cơ cao hơn có chứa chì. Một người thợ ống nước có thể giúp xác định xem nhà của bạn có các bộ phận đường ống nước có chì hay không, và nếu phần của đường ống dẫn nước vào nhà của bạn được làm bằng chì.

Hành động

Nếu nhà của bạn có lượng chì trong nước cao do hệ thống đường ống nước của bạn, bạn có thể xả nước đọng từ trong ống để giảm tiếp xúc với chì.

Để xả nước, hãy để vòi nước lạnh chảy trong 1 đến 5 phút hoặc cho đến khi nước trở nên lạnh hơn. Bạn nên làm điều này trước tiên vào buổi sáng trước khi uống nước hoặc dùng nước để nấu ăn hoặc bất cứ lúc nào hệ thống đường ống nước của bạn đã không được sử dụng trong vài tiếng đồng hồ.

Luôn luôn dùng nước ở vòi lạnh để uống hoặc để nấu ăn vì nước nóng có thể làm tăng sự rò rỉ chì. *Lưu ý: Việc đun sôi nước sẽ không loại bỏ được chì và thực tế có thể làm tăng nồng độ chì trong nước.

Bạn có thể dùng các đồ lọc nước và các thiết bị xử lý nước để lọc chì ra khỏi nước uống. Các đồ lọc nước và các thiết bị xử lý nước, chẳng hạn như các đồ lọc bằng than, thẩm thấu ngược và chung cất được chứng nhận theo tiêu chuẩn quốc tế NSF để loại bỏ chì thì hiệu quả. Để có được các kết quả tốt nhất, hãy lắp đặt các đồ lọc và các thiết bị này tại vòi được dùng nhiều nhất để lấy nước uống, chẳng hạn như vòi nước ở bếp. Hãy chắc chắn bảo trì chúng theo đúng các chỉ dẫn của nhà sản xuất.

Bạn cũng có thể khắc phục vấn đề bằng cách loại bỏ hoặc thay mới bất cứ các nguồn nào có chì, chẳng hạn như các thiết bị gắn cố định gia dụng trong nhà bạn hoặc các đường ống có chì dẫn đến nguồn cung cấp nước. Hãy liên lạc với chính quyền địa phương của bạn để tìm hiểu xem có bất kỳ chương trình nào trong cộng đồng của bạn để thay các đường ống cung cấp nước hay không.

Để Biết thêm Thông tin

Nếu bạn có lo ngại về chất lượng nước mà bạn đang uống, hãy liên hệ với nhân viên y tế môi trường địa phương tại cơ quan y tế.

- [Cơ quan Y tế First Nations \(First Nations Health Authority\)](#) 604-693-6500, số miễn phí 1-866-913-0033
- [Cơ quan Y tế Fraser \(Fraser Health\)](#) 604-587-4600
- [Cơ quan Y tế Nội địa \(Interior Health\)](#) 250-469-7070
- [Cơ quan Y tế vùng Đảo \(Island Health\)](#) 250-370-8699
- [Cơ quan Y tế phía Bắc \(Northern Health\)](#) 250-565-2649
- [Cơ quan Y tế Duyên hải Vancouver \(Vancouver Coastal Health\)](#) 604-736-2033

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số 8-1-1 (miễn phí). Đối với người khiếm thính và lạng tai, hãy gọi số 7-1-1. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.