



成年人鉛中毒 須知



鉛是一種會傷害兒童和成人的危險金屬。鉛暴露可導致：

- 兒童學習和行為問題
- 高血壓
- 腦部或腎臟損傷
- 生殖健康問題，如精子異常、勃起功能障礙（陽痿）、不孕症（無法生育）及流產（妊娠流失）

如果您吸入鉛塵或含鉛煙霧，在觸碰過帶鉛或含鉛的表面或產品後將手放入口中，或食用含鉛產品時，鉛就會進入您的體內。

大多數有鉛中毒的人看不出患病或并未感到不適。若想得知您是否接觸了鉛，唯一的方法就是進行血鉛檢測。

鉛的來源

工作場所是未懷孕成年人最常見的鉛暴露來源。

具有高風險的工作和愛好包括：

- 清理被鉛污染的區域
- 建造或拆除建築物、橋樑或隧道
- 使用電動工具處理含鉛金屬（如噴砂處理與火焰切割）
- 幹刮、幹磨、軟焊、電焊、熔化含鉛塗料或產品
- 回收電池、電子產品或廢舊金屬
- 翻新 1978 年前建造的住房或建築物
- 修理汽車、船隻或電子產品
- 復原或修理古董，包括傢俱
- 處理或發射含鉛子彈
- 製作子彈或釣魚墜子
- 使用含鉛塗料、顏料或釉料
- 加工彩色玻璃、陶器或珠寶
- 鉛融化

如果您從事使用鉛或接觸鉛的工作，您的僱主應該採取下列措施以減低您的鉛暴露程度：

- 提供鉛安全培訓和個人防護裝備，如防護服、呼吸器及其適合性測試。
- 將含鉛工作區與無鉛區分隔開來，並提供潔淨的餐飲區和更衣區。
- 提供洗手台和淋浴設施。
- 使用排氣通風和其他方法以減少鉛塵和含鉛煙霧。
- 提供定期血鉛檢測。

如果您認為自己在工作中可能接觸到鉛，應與僱主溝通。若僱主未能解決問題，請致電職業安全與健康管理局 (Occupational Safety and Health Administration, OSHA)：800-321-6742，請其檢查您的工作場所，或造訪以下鏈接提出投訴：[osha.gov/contactus](https://www.osha.gov/contactus)。OSHA 不會告知您的僱主與其聯絡的人是誰。



鉛的其他來源在懷孕的成年人中更為常見。

來源包括：

- 某些傳統消費品，如保健品、食品 and 調味品、化妝品和宗教用粉、炊具和餐具
- 不慎入口的非食品類物品，如粘土、土壤、陶器碎片及塗料脫片

**如需更多瞭解需避免的產品，請造訪
[nyc.gov/hazardousproducts](https://www.nyc.gov/hazardousproducts)。**



保護自己和家人 免受鉛的危害

在工作或從事愛好活動時：

- 請勿在工作區吃、喝或吸煙。
- 在吃、喝或吸煙前要洗手洗臉。
- 盡可能使用不含鉛的用品。
- 穿上防護服並佩戴乾淨的、貼合面部且可淨化空氣的呼吸器。

- 採用安全操作措施及濕式清潔方法以減少灰塵。
- 切勿對塗料進行幹磨或幹刮。
- 回家或上車前應換下工作服和鞋子。應將工作服存入單獨的袋子裡。
- 下班前要清洗並淋浴。





為避免將鉛帶入家中：

- 在吃、喝或吸煙前要洗手。
- 進入家門前要脫鞋。
- 避免使用已知含鉛的傳統消費品。
- 切勿食用或咀嚼非食品類物品。
- 如果您或家人有涉鉛工作或愛好，則需單獨清洗該人員的工作服。

如果您認為自己或家人有鉛暴露風險，應向您的健康照護提供者請求進行血鉛檢測。如需查找提供者，請撥打 311。

如需更多資訊，請造訪
nyc.gov/lead。