



成年人铅中毒 须知



铅是一种会伤害儿童和成人的危险金属。铅暴露可导致：

- 儿童学习和行为问题
- 高血压
- 脑部或肾脏损伤
- 生殖健康问题，如精子异常、勃起功能障碍（阳痿）、不孕症（无法生育）及流产（妊娠流失）

如果您吸入铅尘或含铅烟雾，在触碰过带铅或含铅的表面或产品后将手放入口中，或食用含铅产品时，铅就会进入您的体内。

大多数有铅中毒的人看不出患病，或并未感到不适。若想得知您是否接触了铅，唯一的方法就是进行血铅检测。

铅的来源

工作场所是未怀孕成年人最常见的铅暴露来源。具有高风险的工作和爱好包括：

- 清理被铅污染的区域
- 建造或拆除建筑物、桥梁或隧道
- 使用电动工具处理含铅金属（如喷砂处理与火焰切割）
- 干刮、干磨、软焊、电焊、熔化含铅涂料或产品
- 回收电池、电子产品或废旧金属
- 翻新 1978 年前建造的住房或建筑物
- 修理汽车、船只或电子产品
- 复原或修理古董，包括家具
- 处理或发射含铅子弹
- 制作子弹或钓鱼坠子
- 使用含铅涂料、颜料或釉料
- 加工彩色玻璃、陶器或珠宝
- 铅融化

如果您从事使用铅或接触铅的工作，您的雇主应该采取下列措施以减低您的铅暴露程度：

- 提供铅安全培训和个人防护装备，如防护服、呼吸器及其适合性测试。
- 将含铅工作区与无铅区分隔开来，并提供洁净的餐饮区和更衣区。
- 提供洗手台和淋浴设施。
- 使用排气通风和其他方法以减少铅尘和含铅烟雾。
- 提供定期血铅检测。

如果您认为自己在工作中可能接触到铅，应与雇主沟通。若雇主未能解决问题，请致电职业安全与健康管理局 (Occupational Safety and Health Administration, OSHA)：800-321-6742，请其检查您的工作场所，或访问以下链接提出投诉：[osha.gov/contactus](https://www.osha.gov/contactus)。OSHA 不会告知您的雇主与其联系的人员是谁。



铅的其他来源在怀孕的成年人中更为常见。

来源包括：

- 某些传统消费品，如保健品、食品和调味品、化妆品和宗教用粉、炊具和餐具
- 不慎入口的非食品类物品，如粘土、土壤、陶器碎片及涂料脱片

**如需更多了解需避免的产品，请访问
nyc.gov/hazardousproducts。**



保护自己和家人免受铅的危害

在工作或从事爱好活动时：

- 请勿在工作区吃、喝或吸烟。
- 在吃、喝或吸烟前要洗手洗脸。
- 尽可能使用不含铅的用品。
- 穿上防护服并佩戴干净的、贴合面部且可净化空气的呼吸器。

- 采用安全操作措施及湿式清洁方法以减少灰尘。
- 切勿对涂料进行干磨或干刮。
- 回家或上车前应换下作服和鞋子。应将工作服存入单独的袋子里。
- 下班前要清洗并淋浴。





为避免将铅带入家中：

- 在吃、喝或吸烟前要洗手。
- 进入家门前要脱鞋。
- 避免使用已知含铅的传统消费品。
- 切勿食用或咀嚼非食品类物品。
- 如果您或家人有涉铅工作或爱好，
则需单独清洗该人员的工作服。

如果您认为自己或家人有铅暴露风险，应向您的医疗保健提供者请求进行血铅检测。如需查找提供者，请致电 **311**。

如需更多信息，请访问
nyc.gov/lead。