

# 成人鉛暴露自我評估

鉛是一種危險的金屬，會對任何年齡的人造成傷害。鉛中毒者可能看起來並未發病或沒有感到不適。以下問題可幫助您判斷自己是否可能接觸過鉛。

您或與您同住的人是否有涉及鉛的工作或愛好？例子包括：

- 建造或翻修老舊建築、橋樑或隧道
- 使用電動工具處理含鉛金屬
- 清理含鉛的區域
- 回收電池、電子產品或廢舊金屬
- 復原或修理汽車、船隻、電子產品或古董（包括家具）
- 製造或發射含鉛子彈
- 使用含鉛顏料或釉料製作陶器、首飾或彩色玻璃

是： 否：

在工作或進行愛好活動期間：

- 請勿在工作區飲食或吸煙。
- 在飲食或吸煙前，請用肥皂和水清洗雙手和面部。
- 穿著防護服，並佩戴貼合面部的呼吸器。
- 採用安全作業規範，並使用濕式清潔方法，以減少粉塵。
- 盡可能選用不含鉛的替代材料來進行愛好活動。
- 工作或進行愛好活動後，請清洗及淋浴。
- 上車或回家前，請換掉工作服和鞋子，以防「將鉛帶回家」。
- 請將工作服與其他家用衣物分開清洗。

您是否居住於正在進行翻修並會產生粉塵的老舊房屋或建築物中？

1960 年以前建造的房屋和建築物中使用了含鉛塗料。受到擾動後的舊塗料會產生有害的含鉛粉塵。

是： 否：

- 請經常清洗地板、窗檯和其他室內表面。
- 在處理含鉛塗料的危害和進行可能擾動含鉛塗料的維修時，應僱用經過認證的工人。
- 切勿在裝修時乾擦或乾磨含鉛塗料。
- 讓兒童遠離剝落或受損的塗料。
- 向房東舉報不安全的作業行爲。如果問題未能解決或您認為維修工作存在安全隱患，請致電 **311**。

您是否使用來自美國境外的產品，例如香料、保健品、化妝品、宗教用粉末，或陶瓷、金屬廚具？

一些來自世界各地的消費品可能含鉛。

是： 否：

避免使用已知含鉛的產品。如需應避免使用的產品的相關資訊，請造訪 [nyc.gov/hazardousproducts](https://nyc.gov/hazardousproducts)。

您是否會食用、咀嚼或口含非食品類物品，比如黏土、土壤、粉碎的陶器或油漆碎片？

食用或將非食品類物品放入口中（稱為異食癖）可能讓您接觸到鉛。

是： 否：

避免食用、咀嚼或口含任何非食品類物品。

您是否曾受過槍傷？

子彈通常含有鉛。體內殘留的子彈碎片可能導致血鉛水平偏高。

是： 否：

如果您曾受過槍傷或體內留有子彈碎片，請告知醫生並要求進行血鉛檢測。

您或與您同住的人是否曾有過血鉛水平高的情況？

您或家中某人的血鉛水平偏高，可能表示存在共同的鉛暴露來源。

是： 否：

請諮詢醫生，為自己及家庭成員安排血鉛檢測。

您是否經常往返美國？

近期往來於鉛監管標準較為寬鬆的國家，可能會增加鉛暴露的風險。

是： 否：

請將近期旅行情況告知醫生。如需更多預防鉛中毒的相關資訊，請造訪 [nyc.gov/lead](https://nyc.gov/lead) 和 [nyc.gov/hazardousproducts](https://nyc.gov/hazardousproducts)。

如果您對以上任何問題的回答為「是」，請向醫生要求進行血鉛檢測。如在尋找醫生方面需要幫助，請致電 **311** 或造訪 [nyc.gov/healthcoverage](https://nyc.gov/healthcoverage)。如需更多鉛的相關資訊，請造訪 [nyc.gov/lead](https://nyc.gov/lead)。

