



Пороговые дозы PFAS в питьевой воде в штате Вашингтон


КОГДА И КАК

СЛЕДУЕТ УМЕНЬШИТЬ СОДЕРЖАНИЕ PFAS В ПИТЬЕВОЙ ВОДЕ



 Содержание perfluoroalkyl and polyfluoroalkyl substances (PFAS, перфторалкильные и полифторалкильные вещества), обнаруженных в питьевой воде миллионов американцев, включая жителей штата Вашингтон, превысило безопасную пороговую дозу, рекомендуемую для штата и страны. На выведение PFAS из нашего организма может уйти много лет. Воздействие PFAS, концентрация которых превышает рекомендуемую норму, может привести к пагубным последствиям для здоровья.

 Washington State Action Levels (SALs, пороговые дозы вещества, утвержденные в штате Вашингтон) помогут вам определить, когда необходимо принять меры для защиты своего здоровья. Если концентрация PFAS в вашей водопроводной воде превышает SAL, примите меры для снижения содержания PFAS в воде, которую вы пьете и используете для приготовления пищи.

 Ограничение воздействия PFAS — это лучший способ защитить себя и свою семью. Чем раньше вы снизите воздействие PFAS, тем быстрее ваш организм сможет начать очищаться от них.

Установка фильтра для воды, уменьшающего содержание PFAS, на кухонной раковине может помочь снизить концентрацию PFAS в питьевой воде и воде для приготовления пищи.

Если уровень PFAS в вашей питьевой воде превышает SAL, следуйте рекомендациям на последней странице.

Наши SAL основаны на передовых научных данных и могут обновляться по мере получения дополнительной информации о воздействии PFAS на здоровье.

В результатах анализов воды от частных лабораторий концентрация иногда указана в единицах измерения или долях, отличных от триллионной доли. SAL представлены здесь в распространенных единицах измерения.

ВЕЩЕСТВА PFAS	SAL в триллионных долях (ppt)	SAL в нанogramмах на литр (нг/л)	SAL в микрограммах на литр (мкг/л)	SAL в миллиардных долях (ppb)
PFOA (перфтороктановая кислота)	10 ppt	10 нг/л	0.010 мкг/л	0.010 ppb
PFOS (перфтороктановый сульфат)	15 ppt	15 нг/л	0.015 мкг/л	0.015 ppb
PFNA (перфторнонановая кислота)	9 ppt	9 нг/л	0.009 мкг/л	0.009 ppb
PFHXS (перфторгексановый сульфат)	65 ppt	65 нг/л	0.065 мкг/л	0.065 ppb
PFBS (перфторбутансульфоновая кислота)	345 ppt	345 нг/л	0.345 мкг/л	0.345 ppb

Кому следует придерживаться рекомендованных State Action Levels (SAL)?

Все люди, пьющие воду с содержанием PFAS, превышающим SAL, должны принять меры для снижения концентрации PFAS. Это особенно важно для чувствительных групп населения, таких как беременные, люди, которые могут забеременеть, кормящие грудью и их младенцы, а также младенцы, пьющие детские смеси, приготовленные с использованием водопроводной воды, и дети в возрасте до 5 лет. Эти группы населения обычно пьют больше воды и более уязвимы.

Почему следует уменьшить воздействие PFAS?

Есть убедительные доказательства того, что PFAS может нанести вред здоровью человека. Они были получены в результате исследований, проведенных на животных, и подкреплены данными исследований, проведенных на людях. Повышенное содержание PFAS в организме человека может препятствовать работе иммунной системы и снижать эффективность некоторых прививок, а также повысить риск развития рака почек, спровоцировать повышение уровня холестерина и рождение детей с пониженной массой тела. PFAS также могут увеличить риск развития других видов рака (например, яичек), заболеваний щитовидной железы и репродуктивной системы, спровоцировать повышение кровяного давления во время беременности.

Риск развития заболеваний зависит от того, сколько, как часто и как долго вы подвергались воздействию. Возраст, образ жизни и общее состояние здоровья могут повлиять на то, как ваш организм реагирует на воздействие PFAS.

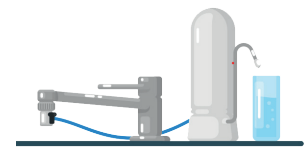
Снижение воздействия этих веществ — лучший способ защитить себя и свою семью.

Фильтры для воды Point Of Use (POU) могут снизить концентрацию PFAS

Некоторые фильтры для воды Point Of Use (POU, точечный) могут снизить концентрацию PFAS. Конструкция этих фильтров часто предусматривает возможность размещения под раковиной и на столешнице. Фильтры POU обычно представляют собой фильтры с гранулированным активированным углем, сертифицированные National Sanitation Foundation для снижения уровня PFOA и PFOS (Стандарт NSF/ANSI 53, должен включать заявление о снижении концентрации PFOA/PFOS), или фильтры обратного осмоса. См. наш информационный бюллетень (<https://doh.wa.gov/sites/default/files/2022-10/331-699.pdf>) чтобы определить, какой тип фильтра лучше всего соответствует вашим потребностям и где его приобрести.



Модель фильтра для размещения под раковиной



Модель фильтра для размещения на столешнице

Примечание о поливе сада и поении домашнего скота

Мы все еще изучаем, какая концентрация PFAS безопасна для полива сада и поения домашнего скота. Нам известно, что растения могут поглощать определенные PFAS из почвы и воды для полива. То, в каком количестве вы поглощаете PFAS, употребляя в пищу загрязненные растения, зависит от состояния почвы, типа растения, типа PFAS и концентрации PFAS в почве и воде. Нам также известно, что из воды, которую пьют сельскохозяйственные животные, содержащиеся в ней PFAS могут попадать в их яйца, молоко или мясо. Нет никаких правил или руководств по употреблению в пищу растений и продуктов животного происхождения, загрязненных PFAS.

Если вас беспокоит эта проблема, рассмотрите возможность фильтрации воды, используемой для садоводства и поения домашнего скота. Мы рекомендуем садоводам:

- мыть продукты или другим способом удалять с них всю грязь перед употреблением, чтобы не проглотить частички земли;
- снимать кожуру с корнеплодов и мыть их перед употреблением;
- использовать дождевую воду для полива сада;
- удобрять почву в саду чистым компостом. Увеличение содержания органических веществ в почве в саду может уменьшить количество PFAS, которое растения поглощают из почвы.

Чтобы ознакомиться со списком сертифицированных лабораторий по тестированию воды на наличие PFAS, перейдите по ссылке <https://doh.wa.gov/sites/default/files/2022-09/221-700.pdf>

Для получения дополнительной информации о PFAS перейдите по ссылке <https://doh.wa.gov/community-and-environment/contaminants/pfas>