

我的孩子的铅测试结果

血铅测试可告知您的孩子血液中的铅浓度。铅可能会影响儿童的生长、行为和学习能力。血铅水平越低越好。大多数铅中毒的发生源于在儿童于旧铅涂料的灰尘中进食或呼吸。如果您认为您的孩子曾接触过铅，则应带您的孩子接受测试。

测试结果 这说明什么？

0-4

您的孩子的铅测试结果与美国大多数儿童的结果大体相同。

- 遵循下页贴士，从而继续保护您的孩子免受铅伤害。
-

5-14

您的孩子的铅测试结果较高。迅速行动！

- 与您的医生讨论保护您的孩子远离铅伤害的方法，并且讨论您孩子的饮食、生长和发育。
 - 仔细检查您的家，以寻找可能的铅源。公共卫生工作者可能会与您联络，以提供信息或安排家访，从而帮助您找到可能的铅源。
 - 测试在此房中居住的其他所有儿童。
 - 在一到三个月内再次测试您的孩子。如果您孩子的首次测试采用指尖取血，则立即令其再次接受静脉取血测试。
-

15-44

您的孩子的铅测试结果非常高。获取帮助！

- 与您的医生讨论保护您的孩子远离铅伤害的方法，并且讨论您孩子的饮食、生长和发育。
 - 仔细检查您的家，以寻找可能的铅源。公共卫生工作者可能会与您联络，以提供信息或安排家访，从而帮助您找到可能的铅源。
 - 测试在此房中居住的其他所有儿童。
 - 在一到四个月内再次测试您的孩子。
 - 询问医生您的孩子是否应接受胃部 X 射线或污染清除。
-

44

您的孩子需要立即接受治疗！

及更高

- 在您的孩子返家之前移除所有铅源。公共卫生工作者可能会与您联络，以提供信息或安排家访，从而帮助您找到可能的铅源。
 - 询问医生您是否应将孩子带往医院。
 - 询问医生您的孩子是否应接受胃部 X 射线或污染清除。
 - 与您的医生讨论保护您的孩子远离铅伤害的方法，并且讨论您孩子的饮食、生长和发育。
 - 在两天内再次让您的孩子接受测试。
-

儿童姓名： _____ 测试结果： _____ mcg/dL 日期： _____

如果测试结果未写于此处，请询问医生或护士并记下，然后作为您的记录保存。

保护您的孩子远离铅中毒

清洗手部、玩具和地板

- 经常清洗孩子的双手，尤其是在吃饭、睡觉前以及玩耍后。
- 经常使用肥皂和清水洗涤玩具、填充毛绒玩具、安抚奶嘴和瓶子。
- 定期使用湿拖把或抹布清洁地板、窗台和其他表面。

食用健康食物

- 饮食健康的儿童会减少铅的吸收。提供含钙、铁和维生素 C 的食物。
- 含钙食物包括牛奶、奶酪、酸奶、豆腐和绿色多叶蔬菜。
- 含铁食物包括瘦红肉、鱼肉、鸡肉、豆类、部分谷物和干果，例如葡萄干和梅干。
- 富含维生素 C 的食物包括草莓、橙子、灯笼椒、西兰花、猕猴桃、番石榴、木瓜、葡萄、芒果、哈密瓜卷心菜、西红柿和马铃薯。

化妆品、药物和其他产品

- 如果您的孩子血铅水平较高，请避免使用进口药物和化妆品，因为这些产品可能包含铅。
- 来自中东和亚洲的可能含铅的化妆品包括 kohl、kajal、kohl 和 suma。可能含铅并有时用于西班牙裔社区的家庭药物包括 azarcon、greta、maria luisa、alarcon、coral、liga、rueda 和 albayalde。来自亚洲的可能含铅的药物包括 daw tway、paylooh、ghasard、bali goli 和 kandu。
- 如果您不知道其是否含铅，请避免使用进口陶器、餐具以及用于盛装食物和饮料的陶瓷。
- 进口玩具、珠宝和糖果有时经发现含铅。前往 www.recalls.gov/cpsc.html，选择“产品搜索”并输入“铅”，以查找产品召回和安全警告。



老旧住宅中的铅涂料

- 建于 1978 年之前的老旧住宅可能具有含铅的涂料。当老旧的铅涂料开裂并脱落时，可能会造成能够被吸入或食用的危险铅尘。
- 保持您的家中干净无尘。使用湿抹布定期擦拭表面，尤其是门窗周围，以清除涂料碎片和灰尘。
- 砂纸打磨和刮擦铅涂料可能造成铅尘。令儿童和孕妇远离破坏老旧铅涂料的修复，直至该区域使用湿拖把或抹布清洁完毕。

不要将铅带回家

- 可能令您接触到铅的工作和爱好包括绘画、管道工程、建筑、修车、电池和金属回收、摆弄枪和弹药、钓鱼用铅坠子、彩色玻璃、陶器和珠宝。
- 如果您与铅打交道，请穿戴单独的衣物和鞋子。回家前或到家后尽快淋浴。将脏污的工作服放进塑料袋并与其他家庭成员的衣物分开清洗。

了解更多有关铅的内容

- 铅信息热线：1-800-909-9898
- 华盛顿州卫生部：www.doh.wa.gov（搜索“铅”）
- 本地卫生署：www.doh.wa.gov/localhealth

