



سرب در آب آشامیدنی Lead in Drinking Water

از آنجا که سرب موجود در آب آشامیدنی از طریق پوست چندان جذب نمی‌شود، در معرض سرب قرار گرفتن در نتیجه دوش گرفتن، حمام کردن یا نظافت موجب نگرانی نیست. برای آگاهی بیشتر درباره رنگ حاوی سرب این پرونده آگاهی رسانی را ببینید: [HealthLinkBC File #31](#) رنگ نقاشی حاوی سرب و خطرات آن.

سرب چگونه می‌تواند وارد آب آشامیدنی شود؟

زمانی سرب ماده رایجی بود که در لوله‌های آب از جمله وسایل و شیرآلات برنزی، مسی و برنجی و به عنوان ماده جوشکاری استفاده می‌شد. در سال ۱۹۸۹ قانون لوله کشی در بی‌سی اصلاح شد تا استفاده از سرب را در لوله کشی محدود کند. ساختمان‌هایی که قبل از سال ۱۹۸۹ ساخته شده اند ممکن است به دلیل خوردگی لوله‌ها در معرض خطر بیشتری نسبت به وجود سرب در آب باشند. میزان سرب حل شده در آب بستگی به مواد به کار رفته در لوله کشی، قدرت خوردگی آب و مدت ماندن آب در لوله‌ها دارد.

چه اقدام‌هایی برای رسیدگی به سرب موجود در آب آشامیدنی انجام شده است؟

وزارت بهداشت با اداره‌های بهداشت مناطق و نیز دولت فدرال همکاری می‌کند تا بهترین روشها و سیاستها تدوین شود. آنها همچنین توصیه‌هایی به تأمین کنندگان آب و عموم مردم در مورد کاهش جذب سرب ارائه می‌کنند.

برخی تأمین کنندگان آب اقداماتی برای تعدیل ویژگی‌های آب برای کاهش خوردگی انجام می‌دهند. به مدارس توصیه شده است تا با نمونه برداری از آب اطمینان حاصل کنند که میزان سرب در سطوح ایمن قرار دارد و اگر متوجه وجود سرب شدند، اقدامات لازم را برای کاهش سرب در آب آشامیدنی مدارس انجام دهند.

مالکان ساختمان‌ها مسئول ارزیابی لوله کشی ساختمان خود و اقدام برای کاهش سرب می‌باشند.

چگونه می‌توانم از خود و خانواده ام محافظت کنم؟

اگر نسبت به وجود میزان بالای سرب در آب آشامیدنی

تأمین کنندگان آب موظف هستند که آب آشامیدنی را از نظر سرب موجود در آن مطابق با دستور العمل کیفیت آب آشامیدنی در کانادا عرضه کنند. با این وجود در شرایط خاصی، ممکن است سرب از طریق تماس آب با لوله کشی ساختمان پس از تحویل به ملک مصرف کننده وارد آب آشامیدنی شود.

دستور العمل وجود سرب در آب آشامیدنی چیست؟

دستور العمل کیفیت آب آشامیدنی در کانادا میزان حداکثر غلظت مجاز برای کل سرب موجود در آب آشامیدنی که از شیر آب گرفته می‌شود را ۰,۰۰۵ میلی گرم بر لیتر (۵ جزء در یک میلیارد) تعیین کرده است. شما باید حداکثر تلاش خود را بکنید که میزان سرب موجود در آب به کمترین حد ممکن برسد. این دستور العمل تدوین شده است تا از زنان باردار، نوزادان و کودکان محافظت کند، زیرا آنها آسیب پذیرترین افراد هستند. این میزان بر اساس متوسط غلظت سرب در آب مصرفی برای مدت طولانی است.

برای آگاهی بیشتر درباره این دستور العمل، سازمان بهداشت کانادا راهنمای کیفیت آب آشامیدنی در کانادا را

ببینید: www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/healthy-living/guidelines-canadian-drinking-water-quality-guideline-technical-document-lead.html

احتمال چه نگرانی‌های بهداشتی وجود دارد؟

بنا به اعلام سازمان بهداشت کانادا، حتی جذب مقادیر اندک سرب ممکن است به رشد عقلی، رفتار، اندام و شنوایی جنین، نوزادان و نوجوانان در حال رشد آسیب بزند. آسیبهای سلامت بستگی به عوامل متعددی از جمله میزان مصرف شده در طول زمان، سن، تغذیه و مشکلات سلامت زمینه ای دارد.

انسان ممکن است سرب را از منابع گوناگونی، مانند غذا، آب آشامیدنی، خاک، رنگ و گردوغبار جذب کند. هیچ شواهدی مبنی بر اینکه آب آشامیدنی در بی‌سی به طور معمول منبع قابل ملاحظه جذب سرب باشد وجود ندارد.

خود شک دارید یا این مسئله اثبات شده است، باید اقداماتی برای کاهش قرارگیری در معرض سرب انجام دهید. اگر درباره قرار گرفتن خود یا فرزندتان در معرض سرب در گذشته نگران هستید، باید این نگرانی را با مراقبتگر بهداشتی خود مطرح کنید.

مشکل را شناسایی کنید

به طور کلی تأمین کننده آب مسئول خط لوله تا کنتور یا شیر فلکه آب ملک می باشد. تأمین کننده آب شما اطلاعاتی درباره کیفیت آب در شبکه توزیع خود دارد؛ اما برای آنکه بدانید چه آبی از شیر شما بیرون می آید، باید آب مصرفی خود را در آزمایشگاه از نظر سرب آزمایش کنید. میزان سرب در زمانهای مختلف روز فرق می کند، نمونه ای که اول صبح پیش از استفاده از آب گرفته می شود، معمولاً نشان دهنده هرگونه مشکل است.

اگر ملک شما قبل از سال ۱۹۸۹ ساخته شده است، لوله کشی شما خطر بیشتری از نظر داشتن مواد حاوی سرب دارد. یک لوله کش می تواند به تشخیص اینکه آیا منزل شما لوله های با ترکیب سرب دارد و نیز اینکه آیا خط لوله موجود در ملک شما از ترکیبات سرب ساخته شده است کمک کند.

اقدام کنید

اگر ملک شما به دلیل نوع لوله کشی میزان سرب بالایی داشته باشد، می توانید آب لوله ها را تا حد لازم جاری کنید تا قرارگیری در معرض سرب کاهش یابد.

برای جاری کردن آب، اجازه دهید تا شیر آب سرد شما یک تا ۵ دقیقه یا تا زمانی که آب سردتر می شود باز بماند. شما باید این کار را قبل از نوشیدن آب یا استفاده از آن برای پخت اولین غذا در صبح یا هر زمانی که از آب لوله کشی به مدت چند ساعت استفاده نشده است انجام دهید.

همیشه برای نوشیدن یا پخت و پز از آب سرد استفاده

کنید، زیرا آب گرم شسته شدن سرب را افزایش می دهد. توجه: جوشاندن آب موجب از بین رفتن سرب نمی شود و حتی ممکن است میزان سرب در آب را افزایش دهد.

می توانید از فیلترهای خانگی آب و ابزارهای تصفیه برای از میان بردن سرب آب استفاده کنید. فیلترهای کربن- پایه، اسمز معکوس و فیلترهای تقطیر که برای حذف سرب از آب آشامیدنی از سوی استاندارد بین المللی NSF تأیید شده اند، مؤثر هستند. برای کسب بهترین نتیجه، این فیلترها و تجهیزات را بر روی شیر آبی نصب کنید که معمولاً آب آشامیدنی را از آن برمی دارید، مانند شیر آشپزخانه. مطمئن شوید که این ابزارها مطابق راهنمای سازنده نصب شده اند.

همچنین می توانید با برداشتن یا جایگزین کردن منبع سرب، مانند شیرآلات موجود در ساختمان یا خط لوله سربی متصل به منبع آب، این مشکل را حل کنید. از طریق تماس با شهرداری محل خود اطلاع کسب کنید که آیا برنامه ای در محل شما برای جایگزینی خطوط لوله وجود دارد.

برای آگاهی بیشتر

اگر درباره کیفیت آب آشامیدنی خود نگرانی یا دغدغه ای دارید، با مأمور بهداشت محیط در اداره بهداشت محل خود تماس بگیرید.

- [متصدی بهداشت اقوام اولیه](http://www.healthlinkbc.ca) 604-693-6500، تلفن رایگان 1-866-913-0033
- [اداره بهداشت فریزر](http://www.healthlinkbc.ca) 604-587-4600
- [اداره بهداشت اینتریور](http://www.healthlinkbc.ca) 250-862-4200
- [اداره بهداشت آیلند](http://www.healthlinkbc.ca) 250-370-8699
- [اداره بهداشت نورثرن](http://www.healthlinkbc.ca) 250-565-2649
- [اداره بهداشت ونکوور کوستال](http://www.healthlinkbc.ca) 604-736-2033