

## QUAN TRỌNG!

**Chì Từ Sơn, Bụi, Và Đất trong và Xung Quanh Nhà Bạn Có Thể Nguy Hiểm nếu Không Được Quản Lý Đúng Cách**

- Trẻ em dưới 6 tuổi là có nguy cơ ngộ độc chì cao nhất.
- Tiếp xúc với chì có thể gây hại cho trẻ nhỏ và trẻ sơ sinh ngay cả trước khi chúng chào đời.
- Các nhà cửa, trường học và các cơ sở chăm sóc trẻ em được xây trước năm 1978 có khả năng chứa sơn chứa chì.
- Ngay cả những trẻ em trông khỏe mạnh cũng có thể có mức độ chì nguy hiểm trong cơ thể.
- Việc khuấy động các bề mặt có sơn chứa chì hoặc loại bỏ sơn chứa chì không đúng cách có thể làm tăng nguy hiểm cho gia đình bạn.
- Mọi người có thể hấp thụ chì vào cơ thể bằng cách hít thở hoặc nuốt bụi chì, hoặc bằng việc ăn đất hoặc các mảnh sơn chứa chì.
- Mọi người có nhiều lựa chọn để giảm nguy cơ nhiễm chì. Nhìn chung, sơn chứa chì trong tình trạng tốt không phải là một nguy cơ (xem trang 10).



Tháng Giêng 2026

# Bảo Vệ Gia Đình Bạn Khỏi Chì Trong Nhà Bạn



Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ



Ủy Ban An Toàn Sản Phẩm Cho Người Tiêu Dùng Hoa Kỳ



Bộ Phát Triển Gia Cư và Đô Thị Hoa Kỳ

## Bạn Đang Có Kế Hoạch Mua hoặc Thuê Nhà Được Xây Trước Năm 1978?

Bạn có biết nhiều nhà được xây trước năm 1978 có sơn chứa chì? Chì từ sơn, các mảnh vụn và bụi có thể gây nguy hiểm nghiêm trọng cho sức khỏe.

### Đọc toàn bộ tài liệu này để tìm hiểu:

- Chì vào cơ thể bằng cách nào
- Chì có ảnh hưởng tới sức khỏe như thế nào
- Bạn có thể làm gì để bảo vệ cho gia đình mình
- Đi đâu để biết thêm thông tin

### Trước khi thuê hoặc mua một căn nhà hoặc căn hộ xây trước năm 1978, luật liên bang yêu cầu người bán, chủ nhà, người môi giới và người quản lý bất động sản cho thuê phải:

- Tiết lộ thông tin đã biết về sự hiện diện của sơn chứa chì hoặc các nguy cơ từ sơn chứa chì trước khi bán nhà (hoặc tuyên bố là không có)
- Cung cấp tất cả các hồ sơ và báo cáo hiện có về sơn chứa chì và các nguy cơ từ sơn chứa chì (hoặc tuyên bố là không có)
- Bao gồm một tuyên bố cảnh báo cụ thể về sơn chứa chì
- Cho người mua có tối đa 10 ngày để thuê một người kiểm tra hoặc đánh giá rủi ro được chứng nhận để kiểm tra hàm lượng chì

### Nếu thực hiện các dự án trùng tu, sửa chữa hoặc sơn (RRP) trong nhà hoặc căn hộ được xây trước năm 1978 của bạn:

- Đọc tờ rơi của EPA, Hướng dẫn được chứng nhận để trùng tu đúng cách cho an toàn về chì, để tìm hiểu về các biện pháp làm việc an toàn liên quan đến chì mà các nhà thầu bắt buộc phải tuân theo khi làm việc tại nhà bạn (xem trang 12).



## Ủy Ban An Toàn Sản Phẩm Cho Người Tiêu Dùng (CPSC)

CPSC bảo vệ công chúng chống lại rủi ro bị thương tích vô lý từ các sản phẩm cho người tiêu dùng thông qua giáo dục, các hoạt động về tiêu chuẩn an toàn và thực thi pháp luật. Liên hệ với CPSC để biết thêm thông tin về an toàn sản phẩm cho người tiêu dùng và các quy định.

### CPSC

4330 East West Highway  
Bethesda, MD 20814-4421  
1-800-638-2772

[cpsc.gov](https://www.cpsc.gov) hoặc [saferproducts.gov](https://www.saferproducts.gov)

## Bộ Phát Triển Gia Cư và Đô Thị Hoa Kỳ (HUD)

Nhiệm vụ của HUD là tạo ra những cộng đồng vững mạnh, bền vững toàn diện và những ngôi nhà chất lượng, giá cả phải chăng cho tất cả mọi người. Các khoản tài trợ loại bỏ nguy cơ nhiễm chì, tài trợ nhà ở lành mạnh, cùng với hướng dẫn và thực thi Quy tắc Công bố Thông tin về Chì và Quy tắc Nhà ở An toàn về Chì của Văn phòng Kiểm soát Nguy cơ Nhiễm Chì và Nhà ở Lành mạnh (OLHCHH) nhằm bảo vệ các gia đình khỏi chì và các nguy cơ nhà ở khác.

### HUD OLHCHH

[hud.gov/lead](https://www.hud.gov/lead)

Tài liệu này thuộc phạm vi công cộng. Cá nhân hoặc tổ chức có thể sao chép tài liệu này mà không cần sự cho phép. Thông tin được cung cấp trong tài liệu này dựa trên hiểu biết khoa học và kỹ thuật hiện tại về các vấn đề được trình bày và phản ánh các phạm vi tài phán được thiết lập bởi các đạo luật điều chỉnh các cơ quan đồng tác giả. Việc tuân theo sự khuyến nghị được đưa ra sẽ không nhất thiết cung cấp sự bảo vệ hoàn toàn trong mọi tình huống hoặc chống lại tất cả các nguy cơ về sức khỏe có thể do tiếp xúc với chì gây ra.

U. S. EPA Washington DC 20460  
U. S. CPSC Bethesda MD 20814  
U. S. HUD Washington DC 20410

EPA-747-K-26-023

Tháng Ba 2021

## Các Văn Phòng Khu Vực của Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ (EPA)

Nhiệm vụ của EPA là bảo vệ sức khỏe con người và môi trường. Văn Phòng EPA Khu vực của bạn có thể cung cấp thêm thông tin về các quy định và chương trình bảo vệ khỏi chì: [epa.gov/lead/contacts](https://epa.gov/lead/contacts).

**Khu Vực 1** (Connecticut, Massachusetts, Maine, New Hampshire, Rhode Island, Vermont và 10 Bộ lạc được liên bang công nhận)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 1  
5 Post Office Square, Suite 100  
Boston, MA 02109-3912  
(888) 372-7341

**Khu Vực 2** (New Jersey, New York, Puerto Rico, Virgin Islands và 8 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 2  
2890 Woodbridge Avenue  
Building 205, Mail Stop 225  
Edison, NJ 08837-3679

**Khu Vực 3** (Delaware, Maryland, Pennsylvania, Virginia, DC, West Virginia và 7 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 3  
Four Penn Center  
1600 JFK Blvd  
Philadelphia, PA 19103-2029

**Khu Vực 4** (Alabama, Florida, Georgia, Kentucky, Mississippi, North Carolina, South Carolina, Tennessee và 6 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 4  
61 Forsyth Street, SW  
Atlanta, GA 30303

**Khu Vực 5** (Illinois, Indiana, Michigan, Minnesota, Ohio, Wisconsin và 37 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 5 (LL-17J)  
77 West Jackson Boulevard  
Chicago, IL 60604-3666  
(312) 353-3808

**Khu Vực 6** (Arkansas, Louisiana, New Mexico, Oklahoma, Texas, and 66 Tribes)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 6  
1201 Elm Street, Suite 500  
Dallas, TX 75270  
(214) 665-7577

**Khu Vực 7** (Iowa, Kansas, Missouri, Nebraska và 9 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 7  
11201 Renner Blvd.  
LCRD/TTPB  
Lenexa, KS 66219  
(800) 223-0425

**Khu Vực 8** (Colorado, Montana, North Dakota, South Dakota, Utah, Wyoming và 28 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 8  
1595 Wynkoop St.  
Denver, CO 80202  
(303) 312-6169

**Khu Vực 9** (Arizona, California, Hawaii, Nevada, Guam, American Samoa, Northern Marianas, Palau, Micronesia, Marshall Islands and 148 Tribes)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 9 (LND-2-2)  
75 Hawthorne Street  
San Francisco, CA 94105  
(415) 947-8000

**Khu Vực 10** (Alaska, Idaho, Oregon, Washington và 271 Bộ lạc)

Liên hệ Trưởng khu vực  
U.S. EPA Region 10  
Air and Toxics Enforcement Section  
1200 Sixth Avenue, Suite 900  
Seattle, WA 98101  
(206) 553-1200

## Các Bước Để Bảo Vệ Gia Đình Bạn Khỏi Các Nguy cơ nhiễm Chì

**Nếu bạn nghĩ rằng ngôi nhà của bạn được sơn bằng sơn chì:**

- Đừng cố gắng tự mình tẩy sơn chứa chì.
- Luôn giữ bề mặt đã được sơn trong tình trạng tốt để giảm thiểu sự xuống cấp.
- Kiểm tra xem nhà bạn có các nguy cơ nhiễm chì hay không. Tìm một người đánh giá rủi ro được chứng nhận tại [cdxapps.epa.gov/leadpro](https://cdxapps.epa.gov/leadpro).
- Nói với chủ nhà bạn về việc sửa chữa các bề mặt có sơn bong tróc hoặc sứt mẻ.
- Thường xuyên lau sạch sàn nhà, bề cửa sổ và các bề mặt khác bằng các phương pháp ướn.
- Hãy thận trọng để tránh tiếp xúc với bụi chì khi tu sửa.
- Chỉ thuê các công ty được chứng nhận an toàn về chì và được EPA, bộ lạc hoặc tiểu bang phê duyệt khi trùng tu, sửa chữa hoặc sơn. Tìm công ty do EPA chứng nhận bằng cách dùng [cdxapps.epa.gov/leadpro](https://cdxapps.epa.gov/leadpro).
- Kiểm tra xem nhà bạn có sơn chứa chì hay không bởi một người kiểm tra hoặc đánh giá rủi ro được chứng nhận trước khi mua, thuê hoặc trùng tu nhà bạn.
- Tham khảo ý kiến nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn về việc kiểm tra chì cho con bạn. Bác sĩ nhi khoa của bạn có thể kiểm tra chì bằng một xét nghiệm máu đơn giản.
- Rửa tay cho trẻ em, bình sữa, núm vú giả và đồ chơi thường xuyên.
- Hãy đảm bảo trẻ em ăn một chế độ ăn uống cân bằng với các thực phẩm giàu chất sắt, canxi và sinh tố C vì những chất dinh dưỡng này có thể giúp ngăn ngừa sự hấp thụ chì.
- Cởi giày hoặc lau sạch đất và bụi bẩn trên giày trước khi vào nhà bạn.

## Chì Xâm Nhập Vào Cơ Thể Bằng Nhiều Cách

### Người lớn và trẻ em đều có thể bị nhiễm chì vào cơ thể nếu họ:

- Hít thở bụi chì (đặc biệt là trong các hoạt động như trùng tu, sửa chữa hoặc sơn làm khuấy động các bề mặt sơn).
- Nuốt bụi chì đã đọng trên thực phẩm, các bề mặt chuẩn bị thực phẩm và những nơi khác.
- Ăn mảnh sơn vụn hoặc đất có chứa chì.

### Chì đặc biệt nguy hiểm cho trẻ em dưới 6 tuổi.

- Ở độ tuổi này, não và hệ thần kinh của trẻ em nhạy cảm hơn với các tác nhân gây hại của chì.
- Cơ thể đang phát triển của trẻ em hấp thụ nhiều chì hơn.
- Trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ thường đặt tay và các vật thể khác vào miệng của chúng. Những vật thể này có thể có bụi mà trên đó có thể chứa chì.



### Chì rất nguy hiểm đối với thai nhi đang phát triển.

- Chì có thể tích tụ trong cơ thể theo thời gian, lắng đọng trong xương. Lượng chì tích trữ này có thể truyền sang thai nhi trong thời kỳ mang thai hoặc sang trẻ sơ sinh sau khi sinh qua sữa mẹ.

Vui lòng xem trang 13 và 14 để biết thêm thông tin về các nguồn tiếp xúc với chì.

## Để Biết Thêm Thông Tin

### Trung Tâm Thông Tin Chì Quốc Gia

Tìm hiểu cách bảo vệ trẻ em khỏi ngộ độc chì và nhận thông tin khác về các nguy cơ nhiễm chì trên trang Web tại [epa.gov/lead](http://epa.gov/lead) và [hud.gov/lead](http://hud.gov/lead), hoặc gọi số **1-800-424-LEAD (5323)**.

### Đường Dây Nóng Nước Uống An Toàn của EPA

Để biết thông tin về chì trong nước uống, truy cập [epa.gov/safewater](http://epa.gov/safewater) hoặc sử dụng mẫu trực tuyến về Nước uống an toàn của EPA tại [epa.gov/safewaterhotline](http://epa.gov/safewaterhotline).

### Đường Dây Nóng của Ủy Ban An Toàn Sản Phẩm Cho Người Tiêu Dùng (CPSC)

Để biết thông tin về chì trong các đồ chơi và sản phẩm tiêu dùng khác, hoặc để báo cáo sản phẩm tiêu dùng không an toàn hoặc thương tích có liên quan đến sản phẩm, gọi điện thoại miễn phí 1-800-638-2772, hoặc truy cập trang web của CPSC tại [cpsc.gov](http://cpsc.gov) hoặc [saferproducts.gov](http://saferproducts.gov).

### Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm

Để biết thông tin về chì trong thực phẩm và đồ dùng cho ăn uống, truy cập [fda.gov/food/environmental-contaminants-food/lead-food-and-foodwares](http://fda.gov/food/environmental-contaminants-food/lead-food-and-foodwares).

### Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh

Để biết thông tin về phòng ngừa ngộ độc chì ở trẻ em, truy cập: [cdc.gov/lead](http://cdc.gov/lead).

### Các Cơ Quan Y Tế và Môi Trường Cấp Tiểu Bang và Địa Phương

Một số tiểu bang, bộ lạc, quận và thành phố có các quy tắc riêng có liên quan đến sơn chứa chì. Kiểm tra với cơ quan địa phương của bạn để xem luật nào áp dụng cho bạn. Hầu hết các cơ quan cũng có thể cung cấp thông tin về việc tìm kiếm một công ty khử chì trong khu vực bạn và về các nguồn hỗ trợ tài chính có thể để giảm thiểu nguy cơ nhiễm chì. Nhận thông tin địa chỉ và số điện thoại cập nhật cho các liên hệ với tiểu bang hoặc địa phương của bạn trên trang Web tại [epa.gov/lead](http://epa.gov/lead), hoặc liên hệ với Trung Tâm Thông Tin Chì Quốc Gia tại số điện thoại miễn phí **1-800-424-LEAD**.

Các cá nhân bị khiếm thính hoặc khiếm ngôn có thể tiếp cận với bất kỳ số điện thoại nào trong tài liệu này thông qua TTY bằng cách gọi số **711**.

## Các Nguồn Chì Khác, tiếp tục

- **Các nhà máy luyện chì** hoặc các ngành công nghiệp khác thải chì vào không khí.
- **Công việc của bạn.** Làm việc trong một số ngành nghề nhất định có thể làm tăng nguy cơ tiếp xúc với chì ở người lớn, chẳng hạn như: sửa chữa hoặc cải tạo nhà cửa và các công trình cũ, sơn nhà; xây dựng, tân trang đồ nội thất, luyện kim, khai thác mỏ, sửa chữa ô tô, xử lý súng và làm việc tại các khu vực chứa chất thải nguy hại. Nếu bạn làm việc với chì, bụi chì hoặc đất chì có thể bám vào da, tóc và quần áo của bạn, và có thể truyền vào bên trong xe hoặc nhà của bạn. Tắm và thay quần áo trước khi về nhà. Giặt quần áo làm việc riêng biệt với quần áo của các thành viên khác trong gia đình bạn.
- **Các sở thích** sử dụng chì, chẳng hạn như làm đồ gốm hoặc kính màu, câu cá, bắn súng tại trường bắn hoặc trang trí lại đồ nội thất có sơn hoặc vecni chứa chì. Gọi cho sở y tế địa phương để biết thông tin về các sở thích có thể sử dụng chì.
- **Đồ chơi và đồ nội thất** cũ có thể đã được sơn bằng sơn hoặc vecni có chứa chì. Đồ chơi cũ và các sản phẩm khác dành cho trẻ em có thể có các bộ phận chứa chì.<sup>4</sup>
- Thực phẩm và đồ uống được nấu chín hoặc lưu trữ trong đồ đựng bằng **pha lê có chì** hoặc **đồ gốm** hoặc **đồ sứ tráng men chì** có thể chứa chì.
- Các mặt hàng sản xuất ở nước ngoài và nhập khẩu vào Hoa Kỳ có thể chứa chì, bao gồm đồ chơi, đồ nội thất sơn, đồ trang sức bằng kim loại hoặc nhựa, thuốc chữa bệnh, thực phẩm, gia vị, kẹo, mỹ phẩm, phấn, đồ trang điểm dùng trong các nghi lễ tôn giáo và văn hóa, và các bài thuốc dân gian chẳng hạn như củ cải **"greta"** và **"azarcon"** dùng để điều trị chứng đau bụng.
- **Các thiết bị sân chơi cũ hơn** có thể chứa sơn chứa chì cũ, và cỏ nhân tạo cũng như các bề mặt sân chơi làm từ cao su vụn có thể chứa chì. Thực hiện các biện pháp phòng ngừa để đảm bảo trẻ nhỏ không ăn cao su vụn hoặc cho tay vào miệng trước khi rửa tay.

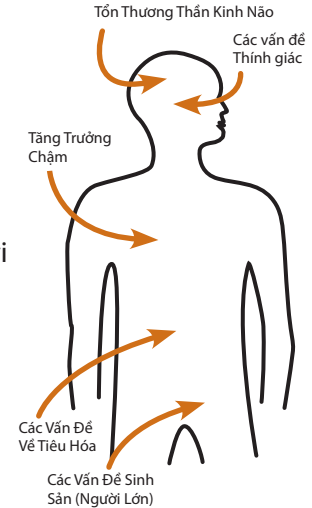
<sup>4</sup> Năm 1978, chính phủ liên bang đã cấm đồ chơi, các sản phẩm khác dành cho trẻ em và đồ nội thất có sơn chứa chì. Năm 2008, chính phủ liên bang đã cấm chất chì trong hầu hết các sản phẩm dành cho trẻ em. Chính phủ liên bang hiện đang cấm chì vượt quá 100 ppm theo trọng lượng trong hầu hết các sản phẩm dành cho trẻ em.

## Tác Dụng của Chì lên Sức Khỏe

**Chì ảnh hưởng đến cơ thể theo nhiều cách.** Điều quan trọng cần biết là chưa xác định được mức độ chì trong máu nào là an toàn và ngay cả việc tiếp xúc với lượng chì thấp cũng có thể gây hại cho trẻ em.

### Ở trẻ em, tiếp xúc với chì có thể gây ra:

- Sự tổn thương của hệ thần kinh và thận
- Khuyết tật học tập, rối loạn thiếu chú ý và trí thông minh giảm sút
- Các vấn đề về lời nói, ngôn ngữ và hành vi
- Phổi hợp cơ bắp kém
- Giảm sự phát triển của cơ và xương
- Sự tổn thương của thính giác



Mặc dù tiếp xúc với chì ở mức thấp là phổ biến nhất, việc tiếp xúc với lượng chì cao có thể có hậu quả tàn phá nghiêm trọng đối với trẻ em, bao gồm co giật, bất tỉnh, và trong một số trường hợp, tử vong.

### Ở người lớn, tiếp xúc với chì có thể làm tăng một sự rủi ro cho:

- Sảy thai trong thời kỳ mang thai
- Em bé sinh non hoặc quá nhỏ.
- Gây hại cho não bộ, thận và hệ thần kinh đang phát triển của thai nhi.
- Các vấn đề về khả năng sinh sản (ở nam và nữ)
- Huyết áp cao
- Các vấn đề về tiêu hóa
- Rối loạn thần kinh
- Các vấn đề về trí nhớ và sự tập trung
- Đau cơ bắp và khớp

## Kiểm Tra Gia Đình Bạn để Tìm Chì

### Cho con bạn và nhà xét nghiệm nếu bạn nghĩ nhà bạn có chì.

Mức độ chì trong máu của trẻ em có xu hướng tăng nhanh từ 6 đến 12 tháng tuổi và mức độ chì trong máu có xu hướng đạt đỉnh ở 18 đến 24 tháng tuổi.

Một xét nghiệm máu đơn giản là cách tốt nhất để biết liệu trẻ có bị nhiễm chì hay không. Trẻ bị nhiễm chì có thể không có dấu hiệu hoặc triệu chứng rõ ràng và có thể trông và hoạt động bình thường. Tham khảo ý kiến bác sĩ để được tư vấn về việc xét nghiệm cho con bạn.

Các xét nghiệm chì trong máu là bắt buộc cho các nhóm đối tượng sau đây:

- Trẻ em ở 12 và 24 tháng tuổi được đăng ký tham gia chương trình Medicaid.
- Trẻ em từ 24 đến 72 tháng tuổi được đăng ký tham gia chương trình Medicaid mà không có tiền sử xét nghiệm chì trong máu trước đó.
- Trẻ em nên được xét nghiệm theo kế hoạch xét nghiệm sức khỏe của bộ lạc, tiểu bang hoặc địa phương của bạn.

Xét nghiệm chì trong máu thường được khuyến nghị cho các nhóm đối tượng sau:

- Trẻ em ở 12 đến 24 tháng tuổi sống ở những khu vực có nguy cơ cao hơn\* hoặc thuộc các nhóm dân cư có nguy cơ cao hơn\*
- Trẻ em hoặc các thành viên khác trong gia đình đã bị tiếp xúc với chì.

### Bác sĩ của bạn có thể giải thích ý nghĩa của kết quả xét nghiệm và nếu cần xét nghiệm thêm.

\* Một số trẻ em có nguy cơ tiếp xúc với chì cao hơn những trẻ khác. Đó là những trẻ sống hoặc dành thời gian trong nhà hoặc tòa nhà được xây dựng trước năm 1978, đến từ các hộ gia đình có thu nhập thấp, sống hoặc dành thời gian với người làm việc với chì, hoặc là người nhập cư, người tị nạn hoặc người mới được nhận nuôi từ các quốc gia kém phát triển

## Các Nguồn Chì Khác

### Chì trong Nước Uống

Các nguồn chì phổ biến nhất trong nước uống sinh hoạt tại nhà là các ống dẫn nước, các thiết bị vệ sinh, vòi nước bằng đồng thau hoặc mạ crom và hệ thống đường ống có mối hàn chì.

Các ống dẫn có chất chì thường được tìm thấy nhiều hơn ở các thành phố cổ và nhà cũ xây trước năm 1986.

Quý vị không thể ngửi hoặc nếm được chì trong nước uống.

Để chắc chắn nước uống của bạn có chứa chì hay không, hãy xét nghiệm nước (Xem bên dưới).

Nhớ là các căn nhà cũ có giếng nước riêng cũng có thể có các vật liệu làm đường ống dẫn có chứa chì.

### Các Bước Quan Trọng Bạn Có Thể Thực Hiện để Giảm Lượng Chì Trong Nước Uống

- Chỉ dùng nước lạnh để uống, nấu ăn và pha sữa cho em bé. Đun nước sôi không loại bỏ được chì trong nước.
- Trước khi uống, hãy xả sạch các đường ống dẫn trong nhà bạn bằng cách cho nước máy chảy, tắm vòi sen, giặt quần áo, hoặc rửa một lò chén đĩa.
- Chùi rửa thường xuyên lưới lọc của vòi nước (cũng còn gọi là bộ thông khí).
- Nếu bạn sử dụng một bộ lọc được chứng nhận để loại bỏ chì, hãy đọc các chỉ dẫn để tìm hiểu xem khi nào thì thay thế lõi lọc. Dùng một bộ lọc sau khi hết hạn có thể làm cho việc loại bỏ chì kém hiệu quả.

Liên lạc với công ty nước của bạn để xác định xem đường ống dẫn nối nhà bạn với nguồn nước chính (được gọi là đường dịch vụ) có làm bằng chất chì hay không. Công ty nước trong khu vực bạn cũng có thể cung cấp thông tin về mức độ chì trong hệ thống nước uống của bạn.

Để biết thêm thông tin về chì trong nước uống vui lòng sử dụng biểu mẫu trực tuyến của Văn phòng Nước ngầm và Nước uống thuộc Cơ quan Bảo vệ Môi trường Hoa Kỳ (EPA) tại [epa.gov/safewaterhotline](https://epa.gov/safewaterhotline).

Gọi số y tế tại địa phương hoặc công ty nước để tìm hiểu về việc kiểm tra nước của bạn, hoặc truy cập [epa.gov/safewater](https://epa.gov/safewater) để xem thông tin về chì trong nước uống của EPA. Một số tiểu bang hoặc công ty nước có các chương trình hỗ trợ chi phí kiểm tra nước cho các cư dân. Liên lạc với tiểu bang hoặc công ty nước tại địa phương của bạn để tìm hiểu thêm.

## Trùng Tu, Sửa Chữa hoặc Sơn Nhà Với Sơn Chứa Chì

**Nếu bạn thuê một nhà thầu để tiến hành các dự án trùng tu, sửa chữa hoặc sơn (RRP) trong nhà của bạn được xây trước năm 1978 hoặc cơ sở chăm sóc trẻ em (như trường mầm non và mẫu giáo), nhà thầu của bạn phải:**

- Là một công ty được Chứng Nhận An Toàn về Chì được phê duyệt bởi EPA hoặc một chương trình cấp tiểu bang hoặc bộ lạc được EPA ủy quyền
- Sử dụng các cá nhân được đào tạo bài bản (các nhà trùng tu được Chứng Nhận An Toàn về Chì) tuân theo các Các biện pháp làm việc an toàn liên quan đến chì cụ thể để ngăn ngừa ô nhiễm chì
- Cung cấp một bản sao tài liệu thông tin về nguy cơ nhiễm chì của EPA, *Hướng dẫn được chứng nhận An toàn về Chì để Trùng Tu Đúng cách*.



**Các nhà thầu RRP làm việc trong các ngôi nhà và cơ sở chăm sóc trẻ em xây trước năm 1978 phải tuân theo các thực hành công việc an toàn về chì:**

- **Khoanh vùng khu vực làm việc.** Khu vực này phải được khoanh vùng để bụi và các mảnh vụn không thoát ra ngoài khu vực làm việc. Các dấu hiệu cảnh báo phải được dựng lên, và nhựa hoặc vật liệu không thấm nước khác và băng dính phải được sử dụng.
- **Tránh các phương pháp trùng tu nào phát ra các số lượng lớn bụi nhiễm chì.** Một số phương pháp phát ra bụi nhiễm chì nhiều đến mức bị cấm sử dụng. Các phương pháp bị cấm đó là:
  - Đốt cháy hoặc đốt đuốc có lửa ngọn
  - Chà nhám, mài, bào, súng phun kim, hoặc thổi bay bằng các công cụ chạy điện và các thiết bị không được trang bị với một màn bao phủ và kèm theo máy hút bụi HEPA
  - Sử dụng một khẩu súng nhiệt ở nhiệt độ cao hơn 1100°F
- **Dọn dẹp kỹ lưỡng.** Khu vực làm việc nên được dọn dẹp hàng ngày. Khi hoàn tất công việc, khu vực phải được làm sạch bằng cách sử dụng các phương pháp vệ sinh và sau đó kiểm tra để xác nhận việc dọn dẹp đã đạt yêu cầu.
- **Vứt bỏ chất thải đúng cách.** Thu gom và niêm phong chất thải trong một bao tải hoặc tấm bạt chắc chắn. Khi vận chuyển, đảm bảo chất thải được chứa đựng để tránh phát tán bụi và các mảnh vụn.

Để tìm hiểu thêm về các yêu cầu của EPA cho các dự án RRP, hãy truy cập [epa.gov/getleadsafe](http://epa.gov/getleadsafe), hoặc đọc *Hướng dẫn được chứng nhận An toàn về Chì để Trùng Tu Đúng cách*.

## Nơi Tìm Thấy Sơn Chứa Chì

Nhìn chung, nhà ở hoặc cơ sở chăm sóc trẻ em càng cũ thì càng có nhiều khả năng có sơn chứa chì.<sup>1</sup>

**Nhiều nhà và cơ sở chăm sóc trẻ em được xây dựng trước năm 1978 có thể có sơn chứa chì.** Năm 1978, chính phủ liên bang đã cấm người tiêu dùng sử dụng sơn có chứa chì.<sup>2</sup>

Tìm hiểu cách xác định xem sơn có chứa chì hay không ở trang 7.

### Chì có thể được tìm thấy:

- Trong các nhà và cơ sở chăm sóc trẻ em trong thành phố, quốc gia hoặc ngoại ô
- Trong các căn nhà và căn hộ riêng lẻ của tư nhân và công cộng
- Trên các bề mặt bên trong và bên ngoài của ngôi nhà
- Trong đất xung quanh nhà (Đất có thể lấy chì từ sơn ngoại thất hoặc các nguồn khác, chẳng hạn như sử dụng xăng pha chì trong xe hơi trước đây)

Tìm hiểu thêm về nơi chì được tìm thấy tại [epa.gov/lead](http://epa.gov/lead).

<sup>1</sup> “Sơn chứa chì” hiện đang được chính phủ liên bang định nghĩa là loại sơn có hàm lượng chì lớn hơn hoặc bằng 1,0 miligam trên mỗi centimet vuông (mg/cm<sup>2</sup>), hoặc lớn hơn 0.5% theo trọng lượng.

<sup>2</sup> “Sơn chứa chì” hiện được chính phủ liên bang định nghĩa là hàm lượng chì trong sơn mới khô vượt quá 90 phần trên mỗi triệu (ppm) theo trọng lượng.

## Xác Định Sơn Chứa Chì và Các Nguy Cơ Từ Sơn Chứa Chì

**Sơn chứa chì bị xuống cấp (bong tróc, sứt mẻ, phần hóa, nứt nẻ, hoặc hư hỏng)** là một nguy cơ và cần được chú ý ngay lập tức. **Sơn chứa chì** cũng có thể là một nguy cơ khi được tìm thấy trên các bề mặt mà trẻ em có thể nhai hoặc bị hao mòn nhiều, chẳng hạn như:

- Trên các cửa sổ và bệ cửa sổ
- Các cửa và khung cửa
- Các Cầu thang, lan can, tay vịn và hiên nhà

**Sơn chứa chì thường không là nguy cơ nếu nó ở trong tình trạng tốt (nguyên vẹn)** và nếu nó không ở trên bề mặt có va chạm hoặc ma sát như cửa sổ.

**Bụi chì** có thể hình thành khi sơn chứa chì bị cạo, chà nhám, hoặc nung nóng. Bụi chì cũng hình thành khi các bề mặt được sơn có chứa chì va chạm hoặc cọ xát với nhau. Các mảnh sơn và bụi chì có thể bám vào các bề mặt và đồ vật có mọi người chạm vào. Bụi chì lắng đọng có thể bay trở lại không khí khi nhà được hút bụi hoặc quét dọn, hoặc khi mọi người đi qua nó. EPA hiện đang định nghĩa bất kỳ mức độ nào của bụi chì có thể báo cáo, được đo bởi phòng thí nghiệm do EPA công nhận, là nguy hiểm.

Nếu bạn nghi ngờ nhà mình có sơn chứa chì, bạn nên thường xuyên vệ sinh để giảm thiểu bụi bằng cách sử dụng thông tin trên trang 9 và 11, đặc biệt là khi có trẻ nhỏ trong nhà. EPA không khuyến nghị khử chì dựa trên bụi chì trừ khi mức độ bụi chì đạt hoặc vượt quá mức cho phép được liệt kê trên trang 11.

**Chất chì trong đất** có thể là một nguy cơ khi trẻ em chơi trong khu vực đất trống hoặc khi mọi người mang đất dính trên giày của họ vào nhà. EPA hiện đang xác định mức độ chì trong đất sau đây là nguy hiểm:

- 400 phần trên mỗi triệu (ppm) và cao hơn ở các khu vực chơi trên đất trống
- 1,200 ppm (trung bình) và cao hơn trong đất trống trong phần còn lại của sân

**Hãy nhớ, chì từ các mảnh sơn—mà bạn có thể nhìn thấy—và chì trong bụi hoặc đất—mà bạn có thể không nhìn thấy—cả hai đều có thể là các nguy cơ.**

Cách duy nhất để biết liệu sơn, bụi hoặc đất có chứa chì hay không là tiến hành kiểm tra. Trang tiếp theo mô tả cách thực hiện việc này.

## Giảm Nguy Cơ Nhiễm Chì, tiếp theo

**Nếu nhà bạn đã có khử chì**, việc dọn dẹp bụi phải được tiến hành sau khi công việc hoàn tất. Việc dọn dẹp bụi phải được thực hiện cho đến khi cuộc xét nghiệm độ sạch là các mức độ bụi chì ở dưới các mức độ quy định sau đây:

- 5 microgam trên mỗi foot vuông ( $\mu\text{g}/\text{ft}^2$ ) cho sàn nhà, kể cả sàn trải thảm
- 40 microgam trên mỗi foot vuông ( $\mu\text{g}/\text{ft}^2$ ) cho bệ cửa sổ bên trong
- 100 microgam trên mỗi foot vuông ( $\mu\text{g}/\text{ft}^2$ ) cho máng cửa sổ

**Các sự trừ khử được thiết kế để giải quyết vĩnh viễn nguy cơ từ sơn chứa chì.** Tuy nhiên, khi sự trừ khử hoàn tất bụi chì vẫn có thể tồn tại ở mức cao hơn các mức mức độ có thể báo cáo (xem trang 6) và cũng có thể được đưa trở lại khu vực đã được khử. Các bước để giữ mức bụi chì thấp sau khi trừ khử bao gồm:

- Sử dụng máy hút bụi HEPA trên tất cả đồ nội thất và các vật dụng khác được mang về lại trong khu vực.
- Thường xuyên lau chùi sàn nhà, bệ cửa sổ, máng xối và các bề mặt cứng khác bằng một khăn ẩm hoặc miếng bọt biển và chất tẩy rửa đa năng thông thường.

Vui lòng xem trang 9 để biết thêm thông tin về các bước bạn có thể thực hiện để bảo vệ nhà mình sau khi trừ khử. Để được trợ giúp tìm các chuyên gia khử chì được chứng nhận trong khu vực bạn, gọi cho cơ quan tiểu bang, bộ lạc hoặc địa phương của bạn (xem trang 15 và 16), truy cập [cdxapps.epa.gov/leadpro](https://cdxapps.epa.gov/leadpro), hoặc gọi **1-800-424-LEAD [5323]**.

## Giảm Nguy Cơ Nhiễm Chì

**Khuấy động sơn có chứa chất chì hoặc loại bỏ chì không đúng cách có thể làm tăng nguy hiểm cho gia đình bạn qua việc phát tán thêm bụi chì ra xung quanh nhà.**

- Ngoài việc làm sạch hàng ngày và dinh dưỡng tốt, bạn có thể **tạm thời** giảm các nguy cơ về sơn có chứa chì bằng cách thực hiện các hành động, chẳng hạn như sửa chữa các bề mặt sơn bị hư hại và trồng cỏ để phủ đất bị nhiễm chì. Những hành động này không phải là giải pháp lâu dài và sẽ cần sự chú ý liên tục.
- Bạn có thể giảm thiểu sự tiếp xúc với chất chì khi trùng tu, sửa chữa hoặc sơn bằng cách thuê một nhà trùng tu được chứng nhận bởi EPA, bộ lạc hoặc tiểu bang, người được đào tạo trong việc dùng các biện pháp làm việc an toàn liên quan đến chì. Nếu bạn là người tự làm lấy, tìm hiểu cách áp dụng các biện pháp an toàn khi làm việc với chì trong nhà bạn.
- Để loại bỏ các nguy cơ nhiễm chì, bạn nên thuê một nhà thầu khử chì được chứng nhận. Các phương pháp khử chì (được thiết kế để giải quyết các nguy cơ từ sơn chứa chì) bao gồm loại bỏ, niêm phong hoặc bao bọc sơn chứa chì bằng các vật liệu đặc biệt. Chỉ cần sơn lên trên chỗ nguy cơ bằng sơn thông thường sẽ không giải quyết vĩnh viễn các nguy cơ từ sơn chứa chì.

**Luôn luôn sử dụng một nhà thầu được chứng nhận là người được đào tạo để giải quyết các nguy cơ nhiễm chì một cách an toàn.**

- Thuê một công ty được chứng nhận an toàn về chì (xem trang 12) để thực hiện các dự án trùng tu, sửa chữa, hoặc sơn (RRP) mà làm khuấy động các bề mặt sơn.
- Thuê một nhà thầu khử chì được chứng nhận để giải quyết vĩnh viễn các nguy cơ nhiễm chì. Điều này sẽ đảm bảo nhà thầu của bạn biết cách làm việc an toàn và có thiết bị phù hợp để dọn dẹp kỹ lưỡng.
- Các nhà thầu được chứng nhận sẽ thuê những người lao động có trình độ và tuân theo các quy tắc an toàn nghiêm ngặt do tiểu bang, bộ lạc hoặc chính phủ liên bang quy định.



## Kiểm Tra Nhà Bạn để Tìm Chì

Thuê một chuyên gia về chì được chứng nhận để kiểm tra hàm lượng chì trong nhà bạn bằng nhiều cách khác nhau:

- **Kiểm tra** Việc kiểm tra sơn chứa chì cho bạn biết nếu nhà bạn có sơn chứa chì và vị trí của nó. Nó sẽ không cho bạn biết nhà bạn hiện có nguy cơ nhiễm chì hay không hoặc cách xử lý chúng. Một chuyên gia kiểm tra sơn chứa chì được đào tạo và chứng nhận sẽ kiểm tra sơn bằng cách sử dụng:
  - Máy phát quang tia x (XRF) cầm tay
  - Mẫu sơn do thanh tra viên thu thập được kiểm tra tại phòng thí nghiệm được EPA công nhận.
- Một đánh giá rủi ro cho bạn biết nếu nhà của bạn hiện có bất kỳ nguy cơ nhiễm chì từ sơn, bụi, hoặc đất và cần thực hiện những hành động nào để giải quyết bất kỳ các nguy cơ nào. Một chuyên gia đánh giá rủi ro sơn chứa chì được đào tạo và chứng nhận sẽ:
  - Lấy mẫu sơn bị xấu đi trên cửa ra vào, cửa sổ, sàn nhà, cầu thang, và tường
  - Lấy mẫu bụi gần các bề mặt sơn và mẫu đất trống trong sân
  - Tiến hành xét nghiệm các mẫu sơn, bụi và đất trong phòng thí nghiệm
- Việc kết hợp kiểm tra và đánh giá rủi ro cho bạn biết nếu nhà bạn có sơn chứa chì, và nếu nhà bạn có bất kỳ các nguy cơ nhiễm chì, và cả hai đều nằm ở đâu.



Hãy nhớ đọc báo cáo đã được cung cấp cho bạn sau khi việc kiểm tra hoặc đánh giá rủi ro của bạn được hoàn tất và đặt câu hỏi về bất cứ điều gì bạn không hiểu. Theo dõi sát sao các khu vực được biết là có sơn chứa chì.

## Kiểm Tra Nhà Bạn để Tìm Chì, tiếp theo

Trong quá trình chuẩn bị cho việc trùng tu, sửa chữa hoặc sơn trong một ngôi nhà xây trước năm 1978, các nhà trùng tu được Chứng Nhận An Toàn về chì (xem trang 12) có thể làm bất kỳ điều nào sau đây:

- Lấy các mẫu vụn sơn để xác định xem sơn chứa chì có trong khu vực được dự kiến trùng tu và gửi chúng đến phòng thí nghiệm chì được EPA công nhận để phân tích.
- Sử dụng bộ dụng cụ xét nghiệm được EPA công nhận để xác định xem liệu không có sơn chứa chì
- Giả định rằng có sơn chứa chì và áp dụng các biện pháp làm việc an toàn liên quan đến chì.

Có các chương trình cấp tiểu bang, bộ lạc và liên bang nhằm đảm bảo việc xét nghiệm được thực hiện một cách an toàn, đáng tin cậy và hiệu quả. Liên hệ với cơ quan cấp tiểu bang, bộ lạc hoặc địa phương của bạn để biết thêm thông tin, truy cập [epa.gov/lead](http://epa.gov/lead), hoặc gọi số điện thoại miễn phí **1-800-424-LEAD (5323)** để nhận danh sách các liên hệ trong khu vực bạn.<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Các cá nhân bị khiếm thính hoặc khiếm ngôn nói có thể tiếp cận số này thông qua TTY bằng cách gọi 711.

## Những Gì Bạn Có Thể Làm Bây Giờ Để Bảo Vệ Gia đình

**Nếu bạn nghi ngờ nhà bạn có các nguy cơ nhiễm chì, bạn có thể thực hiện một số bước ngay lập tức để giảm rủi ro của gia đình bạn:**

- Nếu bạn thuê, thông báo cho chủ nhà bạn biết về bong tróc hoặc sứt mẻ sơn.
- Giữ cho bề mặt sơn sạch sẽ và không có bụi. Làm sạch sàn nhà, các khung cửa sổ, bệ cửa sổ, và các bề mặt khác hàng tuần. Sử dụng cây lau nhà hoặc miếng bọt biển với nước ấm và chất tẩy rửa đa năng thông thường. (Nhớ rằng: không bao giờ trộn lẫn amoniac và các sản phẩm thuốc tẩy vào với nhau vì chúng có thể tạo thành khí nguy hiểm.)
- Làm sạch kỹ các mảnh sơn ngay lập tức mà không tạo ra bụi.
- Xối rửa sạch các miếng bọt biển và đầu giẻ lau thường xuyên trong khi làm sạch các khu vực bị bắn hoặc bám bụi, và một lần nữa sau đó.
- Rửa tay của bạn và của con bạn thường xuyên, đặc biệt là trước khi ăn và trước giờ ngủ trưa và giờ đi ngủ.
- Giữ cho khu vực chơi sạch sẽ. Rửa bình sữa, núm vú giả, đồ chơi, và thú nhồi bông thường xuyên.
- Giữ cho trẻ em không chạm các bệ cửa sổ hoặc các bề mặt sơn khác, hoặc ăn đất.
- Khi trùng tu, sửa chữa hoặc sơn sửa, chỉ thuê các công ty trùng tu được EPA, bộ lạc hoặc tiểu bang phê duyệt và được chứng nhận về an toàn an toàn về chì (xem trang 12).
- Làm sạch hoặc tháo giày trước khi vào nhà để tránh mang chì từ đất vào nhà.
- Hãy đảm bảo trẻ em ăn một chế độ ăn uống cân bằng gồm trái cây, rau củ, ngũ cốc, sản phẩm từ sữa và thực phẩm giàu protein. Trẻ em đói bụng hấp thụ nhiều chì hơn trẻ em có thức ăn trong dạ dày.