



Mẫu Thông Báo Công Khai

Tự Vấn Sức Khỏe về lượng Mangan Trên 1,0 mg/L

331-735 • 10/31/2023 Vietnamese

Tự Vấn Sức Khỏe Về Nước Uống

Hệ thống nước uống công cộng _____, ID _____, tại Quận _____ có lượng mangan cao.



KHÔNG UỐNG NƯỚC, KHÔNG SỬ DỤNG NƯỚC ĐÓ ĐỂ PHA SỮA CHO TRẺ SƠ SINH, KHÔNG SỬ DỤNG NƯỚC ĐỂ NẤU ĂN.

Kết quả mẫu nhận được vào Nhấp hoặc chạm vào để nhập ngày. cho thấy mức mangan là _____ mg/L. Mức này vượt quá mức tự vấn sức khỏe của Environmental Protection Agency (EPA, Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường) là 1 mg/L đối với người lớn và trẻ em từ bảy tháng tuổi trở lên. Mức tự vấn sức khỏe này là giới hạn khuyến nghị của EPA đối với mangan trong nước uống được sử dụng trong một đến mười ngày.

Mangan xảy ra tự nhiên trong đất, nước và không khí. Chất này thường được tìm thấy trong thực phẩm mà chúng ta ăn, bao gồm quả hạch, quả đậu, hạt, ngũ cốc và rau lá xanh cũng như trong nước uống. Cơ thể của chúng ta cần một lượng mangan nhỏ để duy trì sự khỏe mạnh. Người lớn và trẻ em nhận đủ một lượng mangan từ thực phẩm mà chúng ta ăn. Trẻ sơ sinh nhận đủ một lượng mangan từ sữa mẹ, thực phẩm hoặc sữa công thức.

Quá nhiều mangan có thể làm tăng nguy cơ xảy ra các vấn đề về sức khỏe. Người lớn khi uống nước có lượng mangan cao trong nhiều năm có thể gặp phải các vấn đề về hiệu ứng thần kinh, dẫn đến những thay đổi hành vi và khả năng phối hợp bị suy giảm, bao gồm vận động chậm và vụng về. Một số nghiên cứu cho thấy rằng tiêu thụ quá nhiều mangan trong thời thơ ấu cũng có thể tác động lên não, làm ảnh hưởng đến khả năng học tập và hành vi.

Trẻ sơ sinh có nhiều rủi ro hơn trẻ lớn và người trưởng thành vì họ dễ dàng hấp thụ và giữ lại lượng mangan hơn. Trẻ sơ sinh bú sữa công thức nhận đủ một lượng mangan từ sữa công thức để đáp ứng nhu cầu ăn uống của trẻ. Tuy nhiên, trẻ có thể nhận quá nhiều lượng mangan (trên mức dinh dưỡng khuyến nghị) trong cơ thể khi pha sữa công thức với nước có chứa mangan. Để bảo vệ nhóm nhạy cảm hơn này, EPA khuyến nghị không quá 0,3 mg/L mangan trong nước sử dụng cho trẻ sơ sinh từ 6 tháng tuổi trở xuống.

Mức tự vấn sức khỏe này được đưa ra vì EPA nhận thấy những nguy cơ về sức khỏe khi tiêu thụ mangan trên mức này trong thời gian ngắn trong nhóm dân số chung.

Tôi nên làm gì?

KHÔNG SỬ DỤNG NƯỚC MÁY CHO TRẺ SƠ SINH. Sữa công thức và các công đoạn sơ chế thực phẩm khác cho trẻ sơ sinh không nên thực hiện với nước máy. Sử dụng nước đóng chai hoặc các nguồn nước thay thế cho trẻ sơ sinh. Pha sữa công thức hoặc chuẩn bị thức ăn bằng nước có lượng mangan vượt trên mức tự vấn sức khỏe có thể làm tăng nguy cơ về vấn đề sức khỏe ở trẻ sơ sinh.

KHÔNG SỬ DỤNG NƯỚC MÁY CHO TRẺ EM HOẶC NGƯỜI LỚN. Sử dụng nước đóng chai hoặc nguồn nước thay thế để uống và chuẩn bị thức ăn cho trẻ em và người lớn. Nước có lượng mangan vượt trên mức tự vấn sức khỏe có thể gây ra các ảnh hưởng thần kinh.

KHÔNG ĐUN SÔI NƯỚC. Đun sôi, làm đông lạnh hoặc để nước nguội không làm giảm lượng mangan. Đun sôi có thể làm tăng mức mangan vì mangan vẫn còn đọng lại khi nước bay hơi.

Người lớn và trẻ em ở mọi độ tuổi có thể tiếp tục tắm rửa, đánh răng và giặt áo quần, rửa thực phẩm và chén đĩa bằng nước máy.

Nếu quý vị có những lo ngại cụ thể về sức khỏe hoặc lo ngại về sức khỏe của trẻ, hãy thảo luận mối lo ngại của quý vị với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình.

Điều gì đã xảy ra? Điều gì đang được thực hiện?

Mô tả các hành động khắc phục đang được thực hiện.

Nhấn vào đây để nhập nội dung

Chúng tôi dự kiến giải quyết vấn đề này trước _____. Chúng tôi sẽ thông báo đến quý vị khi lượng mangan giảm xuống dưới mức tư vấn sức khỏe.

Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ _____ tại _____ hoặc _____.

Vui lòng chia sẻ thông tin này cho bất kỳ ai uống nước này, đặc biệt là những người có thể không trực tiếp nhận được thông báo này (ví dụ: người sống trong căn hộ, viện dưỡng lão, trường học và doanh nghiệp). Quý vị có thể làm điều này bằng cách đăng thông báo này ở một nơi công cộng hoặc phân phát các bản sao trực tiếp hoặc qua thư.

Thông báo này được gửi cho quý vị bởi _____. Số ID của Hệ thống nước Tiểu bang _____.

Ngày phân phối: _____.



Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến civil.rights@doh.wa.gov.