

Câu hỏi Thường gặp về Thủy ngân

Thủy ngân được tìm thấy ở đâu?

- Một số loại cá và hải sản. Đây là nguồn tiếp xúc với thủy ngân phổ biến nhất.
- Một số kem bôi mặt nhập khẩu được dùng làm trắng da, chống lão hóa, hoặc trị mụn.
- Một số thảo dược và phương thuốc truyền thống khác, nhất là từ Trung Quốc và Ấn Độ.
- Một số chất trám nha khoa màu bạc.
- Nhiệt kế thủy tinh, áp kế cũ, và máy đo huyết áp.
- Đèn huỳnh quang, bao gồm cả bóng đèn huỳnh quang loại nhỏ gọn (tiếng Anh gọi là Compact Fluorescent Light - CFL).

Những quan ngại về sức khỏe có thể là gì?

Thủy ngân:

- Có thể ảnh hưởng được đến sự phát triển của bộ não và gây ra những vấn đề về học tập và hành vi cho trẻ sơ sinh và trẻ em bị phơi nhiễm trong bụng mẹ.
- Có thể làm tổn thương được hệ thần kinh và thận.
- Có thể ảnh hưởng đến tim.
- Có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh ung thư.

Những cách có thể giúp giảm giảm tiếp xúc là gì?

- Chọn những loại cá có hàm lượng thủy ngân thấp, như cá hồi, cá rô phi, cá hồi nước ngọt, cá ngừ trắng đóng hộp, cá mòi, cá cơm, và con hào.
- Tránh ăn những loại cá có hàm lượng thủy ngân cao, như cá mập, cá kiếm, cá cam nhám, cá ngừ vây xanh, cá ngừ mắt to, cá kình, cá thu vua, và cá cờ xanh (marlin).
- Không sử dụng các loại kem nhập khẩu làm trắng da, trị mụn, hoặc chống lão hóa trừ khi quý vị chắc chắn chúng không chứa thủy ngân.
- Tái chế bóng đèn CFL đúng cách (xem bên dưới).
- Dọn sạch đúng cách những nhiệt kế, bóng đèn CFL và những vật dụng khác bị vỡ có chứa thủy ngân (xem bên dưới). Không để trẻ em chơi với chất lỏng có màu bạc từ những vật dụng như nhiệt kế thủy ngân.

Để biết thêm thông tin:

Thông tin cho những người đánh bắt và ăn cá: <http://oehha.ca.gov/fish/mercury-fish-information-people-who-eat-fish>;
hoặc gọi OEHHA tại số (916) 327-7319 hoặc (510) 622-3170

Hướng dẫn chọn cá có hàm lượng thủy ngân thấp: www.oehha.ca.gov/sites/default/files/media/downloads/fish/fact-sheet/2011commfishguidecolor.pdf

Quan ngại về sự tiếp xúc với thủy ngân – xin liên lạc đường dây nóng của Hệ thống Kiểm soát Chất độc California: <https://calpoison.org> hoặc 1-800-222-1222

Dọn sạch thủy ngân bị đổ ra, như do nhiệt kế hoặc bóng đèn CFL bị vỡ: <http://www.epa.gov/mercury/spills/>

Để biết địa điểm tái chế CFL (Đèn Huỳnh quang Nhỏ gọn): Vào trang mạng <http://recyclenation.com/>, và nhập “Compact Fluorescent Lights” và mã zip của quý vị vào ô tìm kiếm; hoặc gọi số 1-800-RECYCLING (1-800-732-9254)