

## ***Nghề nghiệp có Nguy cơ Cao với Chì*** ***(High Risk Lead Occupations)***

### **Chì là gì? (What is lead?)**

Chì là kim loại có trong thiên nhiên và được dùng rất nhiều trong ngành sản xuất vì nó mềm và khó bị ăn mòn. Người ta có thể nuốt hoặc hít phải bụi và cặn chì, và những lượng lớn chì có thể được giữ trong xương và răng, có thể gây hại.

### **Ai có thể gặp nguy hiểm? (Who is at risk?)**

Các công việc có tiếp xúc với bụi hoặc cặn chì:

- Hầm mỏ, luyện kim, hoặc tái chế kim loại
- Cải tiến và phá dỡ (nhà cửa xây trước năm 1970)
- Chà nhám, cạo, loại bỏ hoặc hàn trên bề mặt có sơn chì
- Sản xuất pin ắc quy, dụng cụ điện tử, hoặc kim loại
- Công việc hàn, làm kính màu hoặc bộ tản nhiệt
- Tháo bỏ các dây cáp viễn thông cũ có lót chì

### **Tiếp xúc với chì có nguy cơ gì cho sức khỏe?**

**(What are the health risks of lead exposure?)**

- Nhức đầu, mệt mỏi, đau khớp xương
- Thiếu máu (máu giảm khả năng vận chuyển dưỡng khí trong cơ thể)
- Tăng huyết áp
- Làm hư thận (người bị tiểu đường dễ bị hơn)
- Các vấn đề về thần kinh như trí nhớ, khả năng tập trung hoặc phối hợp
- Giảm khả năng sinh sản ở cả nam và nữ
- Trong trường hợp nặng: co giật hoặc hôn mê

Mức độ chì rất cao hoặc tiếp xúc với chì mà không chữa trị có thể ảnh hưởng vĩnh viễn đến sức khỏe.

### **Mẹo để bớt tiếp xúc với chì và tránh mang bụi chì về nhà**

**(Tips to reduce lead exposure and prevent bringing lead dust home)**

- Làm bớt bụi bằng cách dùng máy hút gió và phương pháp dùng nước
- Mặc quần áo bảo hộ và mặt nạ phòng độc (Tiêu chuẩn Úc 1716)
- Đừng ăn, uống hoặc hút thuốc trong khi làm việc với chì hoặc ở nơi có chì
- Rửa tay, rửa mặt, và chà móng tay trước khi ăn hoặc uống
- Tắm rửa và thay quần áo sạch trước khi về nhà
- Giặt riêng quần áo làm việc bị nhiễm bẩn
- Làm sạch chỗ làm, xe cộ và nhà cửa với nước hoặc máy hút bụi HEPA\*

Nếu không biết chắc nghề nghiệp của quý vị có làm việc với chì hay không, hoặc không làm việc an toàn với chì, liên lạc Safework NSW: <https://www.safework.nsw.gov.au/contact-us>

*\*Máy hút bụi HEPA có bộ lọc được làm để giữ lại các hạt bụi và chất gây dị ứng rất nhỏ.*

South Western Sydney Local Health District  
Public Health Unit

PO Box 38 Liverpool BC NSW 1871

Tel: 1300 066 055 Fax: 8778 0838

ABN 46 738 965 845

Website: [www.swslhd.nsw.gov.au/populationhealth/](http://www.swslhd.nsw.gov.au/populationhealth/)