

# คำแนะนำในการปฏิบัติตน เพื่อลดความเสี่ยง ต่อการสัมผัสสารตะกั่วในเด็ก



- 1 ควรเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่ไม่ผสมสารตะกั่ว เช่น สีนํ้าทาภายในอาคาร ของเล่นเด็ก ของเล่นสนาม จานชาม แก้วน้ำ ฯลฯ ที่ได้มาตรฐาน มอก.
- 2 ควรทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ หรือของเล่นสำหรับเด็กเป็นประจำ ด้วยการใช้สบู่ล้างมือด้วยน้ำ และเมื่อพบว่ามีสีลอก และสีหลุดออกมาควรหลีกเลี่ยงการใช้งาน
- 3 ควรให้เด็กล้างมือก่อนรับประทานอาหาร หรือหลังจากคลานตามพื้น รังเล่นนอกสนาม ใช้มือจับสิ่งสกปรกและสังเกตพฤติกรรมหยิบสิ่งของ แปกปลอมเข้าปาก
- 4 ควรส่งเสริมให้เด็กรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กและแคลเซียมสูง, ไขมันต่ำ เช่น นมจืด วันละ 2 ถ้วย ไข่ไก่วันละ 1 ฟอง เนื้อสัตว์ ผักและผลไม้ ฯลฯ
- 5 หลีกเลี่ยงไม่ให้เด็กไปยังบริเวณที่อาจมีการสัมผัสกับสารตะกั่ว เช่น บ่อเผาขยะ ร้านคัดแยกขยะอิเล็กทรอนิกส์ บริเวณตอกหมั่นเรือ เป็นต้น
- 6 หากสังเกตพบอาการผิดปกติของเด็ก เช่น ซีดมาก ชัก ปวดท้อง พัฒนาการช้า การเจริญเติบโตช้า ฯลฯ ควรปรึกษาแพทย์ทันที

# คำแนะนำในการปฏิบัติตน สำหรับผู้ปกครอง ที่ทำงานสัมผัสสารตะกั่ว



- 1 ผู้ปกครองทำงานเกี่ยวข้องกับสารตะกั่ว เช่น โรงงานแบตเตอรี่ โรงงานหลอมตะกั่ว ช่างตอกหมั่นเรือ ผลิตมาคควอน เป็นต้น ควรหมั่นดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล เช่น ตัดเล็บให้สั้น ล้างมือและล้างหน้า ก่อนรับประทานอาหาร ไม่สูบบุหรี่ หรือรับประทานอาหาร ในขณะที่ทำงาน ฯลฯ
- 2 ในกรณีจำเป็นต้องมีการทำงาน ที่เกี่ยวข้องกับตะกั่วในบ้าน เช่น การร้อยแหวน ผลิตเครื่องเบญจรงค์ และกระเบื้องเคลือบ ฯลฯ ควรแยกบริเวณทำงานให้ชัดเจน
- 3 หลังจากเลิกงานควรเปลี่ยนชุดทำงาน และอาบน้ำทันทีเมื่อกลับถึงบ้าน และควรแยกเก็บและแยกชุดทำงาน ออกจากชุดเสื้อผ้าอื่นๆ ของสมาชิกในครอบครัว
- 4 หากต้องทำงานเกี่ยวข้องกับตะกั่ว ควรมีการปรับเปลี่ยนลักษณะการทำงาน เช่น ลดเวลาการทำงานให้สั้นลง หรือ ขณะทำงาน ควรใช้อุปกรณ์ป้องกัน อันตรายส่วนบุคคลทุกครั้ง เช่น หน้ากาก ที่มีไส้กรอง ถุงมือ รองเท้า ฯลฯ เพื่อลดการ สัมผัสสารตะกั่ว เข้าสู่ร่างกาย

# เด็กฉลาด ปลอดภัย ห่างไกลสารตะกั่ว



จัดทำโดย  
 กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค  
 โทรศัพท 02 590 3866 โทรสาร 02 590 3866  
 E-mail : Media.envoc@gmail.com Website : envoc.dcc.moph.go.th



Pb<sup>lead</sup>

## ตะกั่ว คืออะไร



**สารตะกั่ว** เป็นสารโลหะหนัก ที่มีคุณสมบัติ

อ่อนตัวและสามารถดัดแปลงเป็นรูปร่างต่าง ๆ ได้ง่าย โดยนำมาใช้ประโยชน์ในอุตสาหกรรมหลายประเภท เช่น การผลิตสีน้ำมัน แบตเตอรี่ กระเบื้องเซรามิก แผ่นวงจร อิเล็กทรอนิกส์ การชุบเคลือบโลหะ แหวน ตะกั่วบัดกรี ฯลฯ และสารตะกั่วทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเด็กเล็กที่จะมีความเสี่ยงต่อผลกระทบสุขภาพมากที่สุด โดยเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กทั่วโลกเกิดความบกพร่องทางสติปัญญาสูงถึงปีละกว่า 600,000 คน

### แหล่งการสัมผัสสารตะกั่วในเด็ก

- บ้านพักอาศัยอยู่ใกล้โรงงานอุตสาหกรรม เช่น โรงหลอมตะกั่ว โรงงานแบตเตอรี่ โรงผลิตสี โรงงานผลิตกระเบื้องเซรามิก หรืออยู่ใกล้แหล่งการจัดการขยะ อิเล็กทรอนิกส์ที่ไม่ถูกต้อง เป็นต้น
- สีน้ำมัน เครื่องเล่น และของเล่นที่มีการผสมสารตะกั่ว
- การปนเปื้อนในอาหาร น้ำดื่ม ภาชนะบรรจุอาหาร ยาแผนโบราณ และเครื่องสำอาง
- สมาชิกในครอบครัวทำงานเกี่ยวข้องกับสารตะกั่ว



# ตะกั่ว เข้าสู่ร่างกายได้อย่างไร

## 1. ทางการหายใจ

เกิดจากการหายใจเอาควัน ไอระเหยหรือฝุ่นละออง ที่มีตะกั่วปนเปื้อนในอากาศ เช่น ควัน หรือ ฝุ่นสี ที่ปนเปื้อนสารตะกั่ว



## 2. ทางการกิน

เกิดจากการกินอาหาร น้ำดื่มที่มีการปนเปื้อนสารตะกั่ว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในกลุ่มเด็กเล็กที่มักหยิบของเล่น เข้าปาก เศษชิ้นสี เครื่องประดับตกแต่ง ฯลฯ



## 3. ทางผิวหนัง

เฉพาะสารตะกั่วอินทรีย์ที่พบผสมในน้ำมันเชื้อเพลิง ที่สามารถดูดซึมผ่านผิวหนังได้ (ปัจจุบันมีการยกเลิกการผสมตะกั่วในน้ำมันแล้ว)



“ผลกระทบต่อสุขภาพ ของเด็กจากการรับสัมผัส สารตะกั่ว”

แบบเรื้อรัง

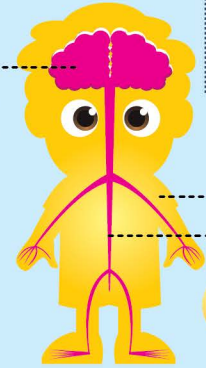
แบบเฉียบพลัน



ปวดท้อง แบบบิดเกร็ง



ระดับสติปัญญาต่ำ



การเจริญเติบโต และพัฒนาการช้า

โลหิตจาง

## ทำไมเด็กมีความเสี่ยง มากกว่าผู้ใหญ่

- พฤติกรรมเด็กมีความเสี่ยงในการรับสารตะกั่ว เช่น ชอบเล่นตามพื้น ไม่ล้างมือ การดูดนิ้วหรือหยิบสิ่งของของเข้าปาก เป็นต้น
- อัตราการหายใจของเด็กสูงกว่าผู้ใหญ่ ส่งผลให้มีโอกาสสัมผัสฝุ่นที่ปนเปื้อนสารตะกั่วได้มากกว่าผู้ใหญ่
- การดูดซึมสารตะกั่วในเด็กจะมากกว่าผู้ใหญ่ 4-5 เท่า โดยระบบทางเดินอาหารของเด็กจะดูดซึมสารตะกั่วได้มากกว่าถึงร้อยละ 50 ขณะที่ระบบย่อยอาหารของผู้ใหญ่จะดูดซึมตะกั่วได้เพียงร้อยละ 10 เท่านั้น

