

認識兒童鉛中毒， 建立健康的環境

仁伯爵綜合醫院兒科及新生兒科主任醫生 李佩儀

重金屬鉛(Lead, Pb)，存在於不少生活物品及環境中。工業化、現代化社會裡有不少人患有鉛中毒。那鉛中毒如何發生及如何影響兒童？如何危害兒童正在發展成長的身心？讓我們來探討一下。

如何識別鉛中毒？

急性的鉛中毒可發生於任何年齡，主要是由於短時間內大量鉛元素進入人體。此情況多發生於工業或食物意外，由於症狀明顯，故較容易發現。其主要臨床表現有腹痛、噁心嘔吐、味覺異常、厭食、便秘；或有頭痛、頭暈、抽搐、昏迷、肌肉無力、麻痺，以及貧血、嗜睡、易怒和多動等等。

慢性鉛中毒由於症狀不明顯，較難區分。唯一的方法是靠檢查血液中的鉛含量來診斷。慢性鉛中毒對兒童的危害比成人嚴重。鉛中毒發生在6歲以下的兒童，可因大腦發育受損而出現明顯的智力發展緩慢、注意力不足。有報道指兒童血鉛的含量比正常增加一倍，智商便下降1-2分。稍大的兒童亦可出現觀察力、注意力、記憶力、思維能力的下降、情緒激惹易怒、多動等行為障礙，這可導致不同程度的學習障礙。

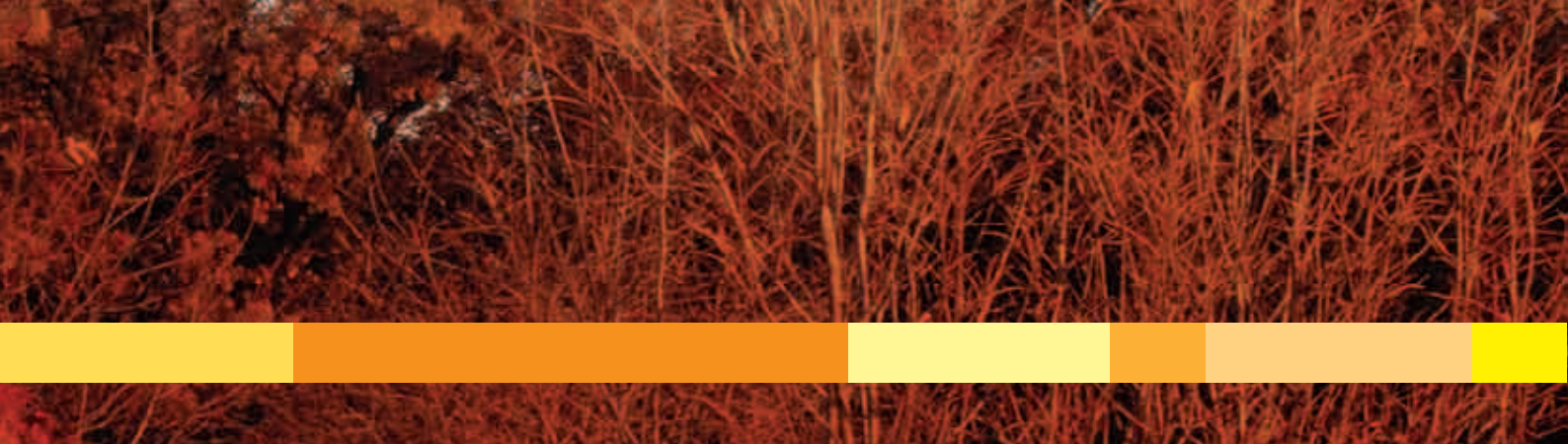


家長應如何辨別孩子是否慢性鉛中毒？

唯一的方法是檢測血液內的鉛水平。按國際標準，血鉛含量超過100微克/升，則為鉛中毒的指標。不少城市通過血鉛普查，才發現有大量的兒童暴露在高鉛污染的環境中，如國內東北發現超過40%的兒童血鉛水平大於100微克/升，深圳近65%兒童達到中毒水平，可見越是發展快、越現代化的城市，兒童鉛中毒的情況更嚴重。

如何去預防鉛中毒呢？

鉛污染的家居來源有：用含鉛油漆粉刷的內牆、塗漆玩具、鏽蝕的自來水管，



用鉛焊接的罐頭食品、含鉛中藥，使用錫鍋、鋁鍋等煮食器皿，彩釉瓷器具、橡膠、殺蟲劑、化粧品等。此外，鉛污染也來自工業污染，特別是蓄電池工業、焊接工業、加油站；經鉛污染土壤的農作物，含鉛汽油燃燒後排出的廢氣等。如果長期暴露在上述的環境中，身體內或多或少會積聚了鉛污染物而引起慢性中毒。

鉛工業者應嚴格按照職業安全意識進行操作，避免幼童及小孩亂撿東西吃；教導小孩不要隨意把物件放入口中；裝修時避免使用含鉛物料；兒童用具亦要減少使用彩釉、陶瓷製品或水晶器皿；在汽車繁忙的街道上避免使用嬰兒車；避免吃含鉛量高的食物如皮蛋、含鉛中藥、受污染的罐頭及海產等，被報紙或印刷品包過的食物可被鉛污染，要清洗後才能吃，要教導孩子勤洗手。

均衡飲食可避免過量的鉛積聚在體內，含豐富鈣、鐵、鋅、硒、維他命C等元素的食物可減低鉛的吸收。另外，牛奶、海藻酸(海帶)、果膠等食物能和鉛結合，減少人體對鉛的吸收，增加鉛的排出。 **100%**

