



# 건강한 가정: 아이들을 위한 건강하고 안전한 가정 만들기

이 가이드로 집안의 건강 위해 요소를 찾아  
해결하기 바랍니다.



## 납

납은 오래된 페인트에 많이 들어 있는 독성물질입니다. 납 성분 페인트와 그 가루는 뉴욕시에서 가장 흔한 아동 납중독 요인입니다. 1960년 이전에 지은 건물은 아직도 벽이나 창, 창틀, 문, 기타 표면에 납 성분 페인트가 칠해져 있습니다. 납은 일부 소비재 상품과 흙, 배관에도 들어 있습니다. 납 중독은 어린이에게 학습과 행동 장애를 일으키고 성인에게는 임신 중 문제와 기타 질병(고혈압, 신경계/신장 질환, 불임, 발기부전 등)을 유발합니다.

### 자녀 납 중독 예방법:

- 1-2세 때 납 담당 의사에게 납 중독 검사를 의뢰합니다. 더 큰 자녀도 검사가 필요하지 물어봅니다.
- 페인트 벗겨진 곳이 있다면 임대인에게 알립니다. 문제가 해결되지 않았거나 수리가 안전하지 않게 완료되었다는 생각이 들면 **311**에 신고합니다.
- 바닥과 창틀, 손, 장난감, 고무 젓꼭지 -를 자주 씻습니다.
- 납이 들어 있다고 하는 제품은 쓰지 않습니다. 일부 수입 제품, 예컨대 건강 치료제, 식품, 향신료, 장난감, 도자기, 화장품, 종교 의식용 분말 등에는 제품 포장에 납 성분이 표시돼 있지 않아도 납이 들어 있을 수도 있습니다. 자세한 사항은 [nyc.gov/hazardousproducts](http://nyc.gov/hazardousproducts)를 참조하십시오.
- 식수, 조리, 이유식에는 찬 수도물만 사용합니다. 물을 30초 이상 흘려 보내고 물이 확실히 차가워지면 그 때 사용합니다. **311**에 문의하면 식수용 납 시험키트를 무료로 받을 수 있습니다.

자세한 사항은 [nyc.gov/leadfree](http://nyc.gov/leadfree)를 참조하십시오.





## 해충

바퀴벌레, 쥐와 같은 해충은 천식 증상을 심하게 하거나 천식 발작을 일으키기도 합니다.

### 가정 내 해충 구제 방법:

- 누수, 균열, 구멍, 해충이 있다면 임대인이나 건물관리인에게 알립니다. 문제가 해결되지 않으면 **311**에 신고합니다.
- 식품은 밀폐 용기에 보관합니다.
- 카드보드 상자, 신문, 종이 가방 등 잡동사니를 치웁니다.
- 뚜껑이 꼭 맞는 쓰레기통을 사용하고 일반 쓰레기와 재활용 쓰레기를 매일 내다 버립니다.
- 쓰레기 봉지는 압축기에 넣기 전에 입구를 묶습니다.
- 쥐에는 덧을, 바퀴벌레와 개미에는 유인장치와 끈끈이를 씁니다.
- 트레스 파시토스(Tres Pasitos)나 방충 초크(Chinese Chalk), 템포(Tempo) 등 불법 구충제를 쓰면 안 됩니다.
- 분무기(fogger) 폭탄, 새어 나온 쥐약은 쓰면 안 됩니다.



## 곰팡이

곰팡이와 흰곰팡이는 알레르기 반응을 일으키고 천식 증상을 심하게 하거나 천식 발작을 일으키기도 합니다.

### 곰팡이와 흰곰팡이 예방법:

- 샤워할 때(욕실)나 조리할 때(부엌) 창을 열거나 환풍기를 틀어 습기를 제거합니다.
- 배관이 새거나 습기가 차면 항상 임대인이나 건물관리인에게 알립니다. 문제가 해결되지 않으면 **311**에 신고합니다.
- 가능하다면 청소하거나 해결할 때까지 곰팡이가 핀 구역을 봉쇄하고 아이들과 애완동물이 접근하지 못하게 합니다.
- 제습기로 집안 습도를 낮춥니다.



## 담배 연기

간접 흡연 위험합니다. 흡연자와 비흡연자 모두에게 암과 심장병, 그 외 각종 질병을 유발합니다. 또한 아이들에게는 천식 위험을 높이고 천식 증상을 심하게 하거나 심장 발작을 유발하기도 합니다.

### 자녀 간접흡연 예방법:

- 담배를 끊습니다. 전화(**311**) 또는 인터넷 **nyc.gov(금연 검색)**으로 도움을 받을 수 있습니다.
- 집안에서 담배를 피우지 않습니다. 외딴 방 안이나 열린 창가, 환풍기, 에어컨 근처에서 담배를 피워드 비흡연자는 간접 흡연을 입게 됩니다.





## 안전사고

약, 세척제와 같은 일상용품도 아이들 손에 들어가면 위험한 물건이 될 수 있습니다. 깨진 화로에서 나오는 일산화탄소나 방범망 없는 창에도 위험이 도사리고 있습니다.

### 자녀 안전사고 예방법:

- 11세 미만 자녀와 함께 산다면 방범창을 알맞게 설치합니다. 방범창이 없다면 임대인에게 알립니다. 문제가 해결되지 않으면 **311**에 신고합니다.
- 집안에 화재 감지기와 일산화탄소 탐지기를 설치합니다. 봄과 가을 서머타임 시간을 조정할 때 배터리를 교환합니다.
- 집안에 정상 작동하는 소화기를 비치합니다.
- 약과 세제, 기타 화학제품은 아이들 손이 닿지 않는 곳(캐비닛 위, 캐비닛 안, 안전 걸쇠가 있는 서랍 등)에 보관합니다.
- 휴대전화에 뉴욕시 독극물 통제 센터(NYC Poison Control Center) 전화번호(**212-POISONS (212-764-7667)**)를 저장해 둡니다. 중독 사고 발생 시 처치 방법과 약물 안전, 식물, 가정용품에 관해 궁금한 사항은 뉴욕시 독극물 통제 센터로 문의하십시오.



자녀 건강과 안전은 가정에서 시작합니다.

자세한 사항은 전화(311) 또는 인터넷 [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) 접속  
후 **건강한 가정** 검색으로 문의하십시오.

