

A close-up photograph of a man with a beard kissing a baby on the cheek. The man is on the left, and the baby is on the right, looking towards the camera. The background is bright and out of focus, suggesting an indoor setting with a window.

# 健康家庭： 为儿童打造健康 安全的居家环境

使用本指南，确认并消除家中的健康隐患。



## 铅

铅是老旧油漆中常见的毒性成分。含铅油漆及其形成的灰尘，则是导致纽约市 (NYC) 儿童铅中毒的最常见原因。对于建造于 1960 年以前的建筑物，其墙壁、窗户、窗台、大门及其他表面仍可能残留含铅油漆。部分消费品以及某些土壤和管道当中也可能含有铅。铅中毒可导致儿童学习和行为障碍、孕期各种问题或成人的其他健康问题（例如高血压、神经与肾脏问题、不孕不育及阳痿）。

### 为保护您的孩子不受铅中毒的危害：

- 提醒医生在孩子 1 岁和 2 岁时进行铅中毒检测。询问较大儿童的测试相关事宜。
- 向您的房东报告油漆脱落问题。如果问题未能解决或您觉得维修后仍存在安全隐患，请致电 **311**。
- 经常清洗地面、窗台、双手、玩具和奶嘴。
- 避免使用已知含铅的产品。来自其他国家或地区的某些产品，例如健康调理产品、食品、香料、玩具、陶瓷、化妆品和宗教仪式粉末，即便产品包装并未列出，也可能会含有铅。要获取更多信息，请访问 [nyc.gov/hazardousproducts](https://nyc.gov/hazardousproducts)。
- 饮水、烹饪和冲泡婴幼儿配方奶粉时只使用冷自来水。使用之前，打开水龙头放水至少 30 秒，直到水温明显降低。请致电 **311**，免费索取饮用水含铅试剂盒。

要获取更多信息，请访问  
[nyc.gov/leadfree](https://nyc.gov/leadfree)。





## 害虫

蟑螂、老鼠等害虫可令哮喘症状加重或引起哮喘发作。

### 为防治家中害虫：

- 向您的房东或负责人报告漏水、裂缝、孔洞和害虫问题。如果问题未得到解决，请致电 **311**。
- 食物妥善存放于密封容器中。
- 清除厚纸箱、报纸、纸袋等杂物。
- 使用带紧密盖子的垃圾桶，且每天都清理和回收垃圾。
- 将垃圾袋束紧，再放到垃圾箱滑道中。
- 使用捕鼠装置、诱饵站以及蟑螂蚂蚁捕获胶。
- 切勿使用 Tres Pasitos、杀虫粉笔或 Tempo 等非法杀虫剂。
- 切勿使用杀虫喷雾、杀虫炸弹或非固定式啮齿类害虫诱饵。



## 霉菌

霉菌和霉变可导致过敏反应，并导致哮喘症状加重或引起哮喘发作。

### 为保护您的家人远离霉菌和霉变：

- 潮湿区域（例如浴室、厨房）开窗通风，或在淋浴或烹饪时打开风扇。
- 向您的房东或负责人报告任何管道泄漏和潮湿问题。如果问题未得到解决，请致电 **311**。
- 尽可能隔离发霉区域，避免儿童和宠物靠近，直到状况改善或完成清洁为止。
- 使用除湿器，降低家中湿度。



## 二手烟

二手烟有着很大的危害性。它可能导致吸烟者和不吸烟者罹患癌症、心脏病及其他疾病。同时，还会增加儿童患哮喘的风险，也可能令哮喘症状加重或引起哮喘发作。

### 为保护您的孩子不受二手烟的危害：

- 戒烟。如需协助戒烟，请致电 **311**，或访问 [nyc.gov](http://nyc.gov) 并搜索 “**quit smoking**”（戒烟）。
- 切勿在家中吸烟。在单独的房间内或窗前吸烟，风扇或空调并不能保护非吸烟者远离二手烟。





## 安全隐患

药品、清洁用品等日常物品应放置在儿童不可触及的地方，否则会造成安全隐患。其他安全隐患包括破损炉灶的一氧化碳泄漏以及窗户没有护栏等。

### 让您的孩子远离安全隐患：

- 若家中有未满 11 岁的儿童，请务必妥善安装窗户护栏。如果有窗户缺失护栏，请向您的房东报告。如果问题未得到解决，请致电 **311**。
- 请务必在家中安装烟雾和一氧化碳检测器。在春秋两季针对日光节约时间而调整时钟时，请更换电池。
- 家中常备功能正常的灭火器。
- 保证药品、清洁用品及其他化学品放在儿童无法触及的地方（例如储物柜顶部或者带安全锁的柜子或抽屉）。
- 在手机中保存纽约市毒物控制中心的电话号码：**212-764-7667**。请致电纽约市毒物控制中心，获取有关治疗可能中毒情况的说明，以及询问关于药物安全、植物和家居用品的问题。



从居家环境开始, 切实保护儿童健康和安<sub>全</sub>。

要获取更多信息, 请致电 **311**, 或访问 **nyc.gov/health** 并搜索 **healthy homes (健康家庭)**。

