

## 가족을 납으로부터 보호하는 방법은 무엇입니까?

납은 환경에 있어 자연스러운 요소입니다. 납은 수백 년 동안 다양한 제품에 사용되었습니다. 나쁜 소식은 납이 몸에 들어오면 인간에게 위험하다는 것입니다. 납은 다양한 원천으로부터 흡입되거나 삼키거나 섭취됩니다. 뉴저지에서 아동들은 시간이 흐름에 따라 분해되어 대개 페인트 조각 및 먼지의 형태를 띠는 납 성분 페인트에 노출될 가능성이 가장 높습니다.

**인체에 있는 납은 미량이라도  
위험합니다.**

납이 있어서는 안 됩니다. 납은 아주 미량이라도 아동 및 성인에게 심각한 위험을 일으킬 수 있습니다. 아동들은 성인에 비해 미량의 납으로도 중병이 발생할 가능성이 높습니다. 뉴저지는 **6세 미만의 아동에 대해 1~2세 또는 6세가 되기 전 최대한 빨리 납 검사를 받을 것을** 요구합니다. 아동의 건강에 미치는 위험에는 뇌, 신장, 신경계 손상이 포함될 수 있습니다. 좋은 소식은 몇 가지 단계를 통해 가족을 납으로부터 보호할 수 있다는 것입니다. 의료 서비스 제공자 또는 현지 보건부와 상담하여 혈액 납 검사에 대한 자세한 정보를 확인하십시오.

## 납 중독 예방 관련 추가 정보 확인처:

[Insert Local Health Department Information]

뉴저지 독극물 통제 센터  
(New Jersey Poison Control Center, NJPIES)  
1-800-222-1222



# 납 없는 세상 3세 이전에 검사 받기

납에 대한 사실과 가족을 안전하게 보호하는  
방법을 알아보십시오.



## 납이란?

납은 쉽게 고운 가루로 부서지는 연성 금속입니다. 손상된 페인트의 납 가루는 뉴저지 내 아동 납 중독의 가장 큰 원인입니다. 납 가루는 흡입하거나 삼키기 쉽습니다. 집이 1978년 이전에 지어졌으며 페인트칠이 된 표면 중 벗겨지거나 금이 간 부분이 있는 경우, 의료 서비스 제공자 또는 현지 보건부에 혈액 납 검사를 문의하십시오.



## 가족을 보호하려면 어떻게 해야 하나요?

손 씻기는 손에 있는 세균과 납을 제거하는 데 도움이 됩니다.

물 세척은 집안의 단단한 표면에 젖은 천이나 걸레를 사용하는 것을 뜻합니다. 창턱, 환풍구, 문틀 등이 단단한 표면에 포함됩니다.

**HEPA 필터** 진공청소기는 커튼, 카펫, 소파 등 부드러운 표면을 청소할 때 편리합니다. 실내에서 진공청소기 먼지 통이나 필터를 비우지 마십시오.

**건강하고 균형잡힌 식사**는 비타민 C, 철분, 칼슘이 풍부하여 납이 체내에 잔류하는 것을 막는 데 도움이 될 수 있습니다.

안전한 취미 활동 및 작업 습관을 실천하십시오. 귀하 또는 가족 구성원 중 납 위험에 노출되는 환경에서 일하거나 납 위험에 노출되는 취미활동을 가진 경우, 서비스 제공자와 물질을 안전하게 다루는 방법에 대해 상담하십시오.

집에 납 페인트 또는 배관이 있다고 의심되는 경우, **전문가의 주택 검사**를 받으십시오. 1978년 이전에 지어진 주택은 검사가 아주 중요합니다.

## 납은 또 어디에서 발견되나요?

납은 다음과 같은 경로를 통해 체내에 들어옵니다.

- 음식이 아닌 납이 든 물건 섭취
- 납시 및 사냥용품
- 유약을 칠한 도기 및 통
- 배관의 납
- 간식
- 일부 건강 치료/의학적 치료
- 향신료