

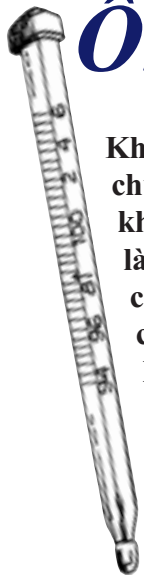
Chảo trẻ **Âi** nhỏ

*Nhiệt Kế  
Theo Dõi Sức  
Khỏe Gia Đình*



# Ống Nhiệt Kế Thủy Ngân

## và Sức Khỏe Gia Đình



Khi một người trong gia đình của bạn bị bệnh, chúng ta phải xem thử người này có bị sốt hay không. Dùng ống nhiệt kế để đo nhiệt độ thường là việc đầu tiên để chăm sóc cho người không cảm thấy khỏe. Tuy nhiên, loại nhiệt kế quý vị có trong nhà lại có thể gây nguy hiểm đến sức khỏe gia đình của bạn và cộng đồng.

Như là các trẻ em, hầu hết các bậc cha mẹ ngày nay lớn lên đều có một ống nhiệt kế thủy ngân ở trong nhà. Ống nhiệt kế thủy ngân rất dễ

dàng nhận diện. Ống nhiệt kế thủy ngân được làm bằng kính cỡ như ống hút nước với chất lỏng màu trắng bạc bên trong. Chất lỏng này là kim thủy ngân. Trong khi thủy ngân thật sự hữu dụng trong việc dùng trong ống nhiệt kế để đo lường, nó cũng là một chất độc có thể làm hại đến loài người và các loài hoang dã khác.

Thủy ngân ảnh hưởng đến bộ não của con người, tủy sống, thận, và gan. Nó ảnh hưởng



đến khả năng của cảm giác, thị giác, vị giác và sự di chuyển. Nó có thể tạo ra cảm giác rần rần trong các ngón tay và chân, cảm giác tê xung quanh miệng và mắt. Hậu quả tiếp xúc với thủy ngân lâu ngày có thể có các triệu chứng dẫn đến thay đổi tính tình, trạng thái mê mẩn và hôn mê. Những loài hoang dã, đặc biệt là những loài ngỗng lớn, đã biểu hiện những triệu chứng của chất độc thủy ngân. Thủy ngân đã làm ô nhiễm quá nhiều cho nên 40 tiểu bang trên toàn nước Hoa Kỳ đang báo động cho dân chúng đừng nên ăn một số loại cá bắt được ở các ao, hồ và suối trong tiểu bang.

Ở những người phụ nữ mang thai, thủy ngân có thể đi xuyên qua nhau nôi ảnh hưởng đến sự trưởng thành của thai nhi bằng cách ngăn chặn sự phát triển bình thường của óc và vỏ quan não bộ. Những đứa trẻ bị ảnh hưởng sẽ bị kém thông minh, làm hại thính giác và chính xác của các động tác sẽ bị kém đi. Các kỹ năng nói chuyện và di động có thể bị chậm trễ. Vì những đe dọa đến sự phát triển này của thai nhi, chính phủ liên bang khuyên các phụ nữ mang thai hoặc có thể mang thai không nên ăn cá đã bị nhiễm chất thủy ngân.



## Ống nhiệt kế thủy ngân bị bể là một điều nghiêm trọng

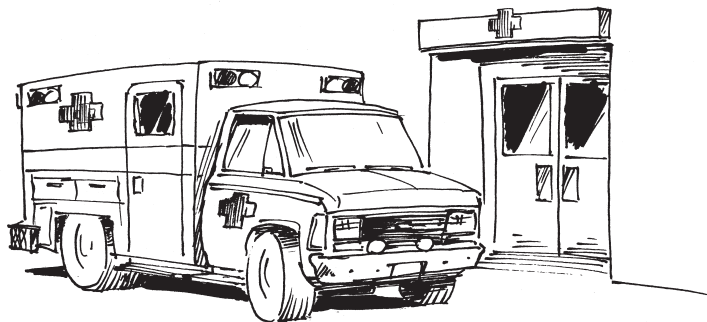
# *Đe Dọa Sức Khỏe*

Rất nhiều gia đình đã có ống thủy ngân trong hộp đựng thuốc của họ trong nhiều năm nhưng không bị bể. Tuy nhiên, ban y tế cộng đồng trong toàn nước báo cáo có một số cha mẹ thường xuyên gọi điện thoại cho ban y tế cộng đồng và nói lên quan tâm của họ về những ống nhiệt kế bị vỡ một cách bất ngờ.

Vì vậy, khi ống nhiệt kế của quý vị chưa bao giờ bị vỡ không có nghĩa là nó sẽ không bao giờ vỡ. Thường

thường các bậc phụ huynh có thể không quét dọn thủy ngân bị đổ bởi vì họ có thể chưa biết rằng ống nhiệt kế của họ bị bể, hoặc nếu thủy ngân bị đổ vào các khe hở trong sàn nhà hoặc thấm vào trong thảm. Nếu thủy ngân bị đổ từ một ống nhiệt kế và không được dọn sạch, nó sẽ bốc thành hơi, có khả năng đem đến nguy hiểm đến không khí trong nhà. Sự nguy hiểm lớn nhất khi thủy ngân bốc phát là trong một phòng nhỏ và không được thoáng khí. Ngay cả một

**số lượng nhỏ nhất của thủy ngân cũng cần phải được xem như là một vấn đề nghiêm trọng.**



Hầu như trong mọi trường hợp, làm bể một ống nhiệt kế thường thì không đe dọa đến sức khỏe của quý vị, nhưng có vài trường hợp thủy ngân từ ống nhiệt kế có thể gây hại nghiêm trọng đến sức khỏe của quý vị hoặc sức khỏe gia đình. Hiện tại các trường hợp của độc tố thủy ngân từ ống nhiệt kế bao gồm các em nhỏ đã tiếp xúc đến thủy ngân bị thấm vào trong thảm. Những triệu chứng của chúng bao gồm sự ác cảm, khó chịu, cao máu, xuống cân, chảy mồ hôi, nhạy cảm và bị ghê ngứa. Một số em bé trong nhóm này đòi hỏi nhiều tháng điều trị mới khỏe mạnh lại được.

**Dầu thủy ngân chỉ có một lượng nhỏ, bạn vẫn phải đề cao cẩn mật.**

**Giá phải chăng**

# ***Những Chọn Lựa Khác***



Quý vị có thể mua các ống nhiệt kế không có chất thủy ngân ở các tiệm bán thuốc địa phương. Những loại ống nhiệt kế khác với một chất lượng tốt và giá tiền tương đương khi so sánh với loại ống nhiệt kế thủy ngân bao gồm nhiệt kế tín số và thiết gali kiếng. Tất cả những loại này có thể dùng bằng cách đo nơi miệng, hậu môn, hoặc dưới nách. Những sự chọn lựa khác bao gồm ống nhiệt kế rơ tiền đo nơi đầu hoặc loại ống nhiệt kế đặt tiền hồng ngoại đo nơi tai. nhiệt kế đo

đầu dùng rất dễ và nhanh chóng nhưng không được chính xác cho lắm. Dựa vào American Medical Association, điều quan trọng nhất là phải chọn loại ống nhiệt kế dễ đọc và dễ dùng.

Vào mùa hè năm 1998, American Hospital Association đã ký một bản hợp đồng với United States Environmental Protection Agency và hứa là sẽ tẩy trừ hết chất thủy ngân trong những nguồn nước đỏ của bệnh

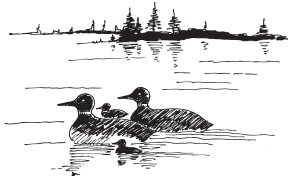
**Quý vị có thể mua các ống nhiệt kế không có chất**

viện đã từ bỏ đi việc sử dụng ống nhiệt kế thủy ngân và các dụng cụ khác có chứa chất thủy ngân. Nếu quý vị bỏ sử dụng chất thủy ngân trong nhà, quý vị sẽ là một gương mẫu tốt cho các bệnh viện trong cộng đồng của quý vị. Nếu văn phòng bác sĩ của quý vị vẫn tiếp tục dùng loại ống nhiệt kế thủy ngân hoặc những dụng cụ khác có chứa chất thủy ngân ví dụ như dụng cụ đo huyết áp, quý vị nên trao cho họ một cuốn sách nhỏ này và yêu cầu họ tìm những loại dụng cụ khác. Hai trên ba tiệm bán thuốc hứa là họ sẽ ngưng bán ống đo nhiệt kế thủy ngân. Quý vị nên liên lạc với các dược sĩ địa phương của quý vị và yêu cầu họ lấy bỏ đi các loại ống nhiệt kế thủy ngân này. Quý vị nên giúp đỡ phân phát cuốn sách mỏng này cho các trung tâm săn sóc trẻ em, PTA và những cơ sở khác lo liệu sức khỏe của các trẻ em.

## thủy ngân ở các tiệm bán thuốc địa phương.



# Vứt Bỏ Ống Nhiệt Kế Thủy Ngân Mà Không Làm Ô Nhiễm Tới Cộng Đồng Quý Vị



Sau khi quý vị đã mua ống nhiệt kế thay cho ống nhiệt kế thủy ngân, quý vị nên thận trọng và phải vứt bỏ ống nhiệt kế thủy ngân một cách an toàn. Đừng nên vứt bỏ ống nhiệt kế thủy ngân vào thùng rác. Rác thường được thiêu đốt hoặc đổ lên bãi cát.

Trong hai cách trên, thủy ngân sẽ trộn vào môi trường bằng cách phát ra trong không khí hoặc làm ô nhiễm trong nước. Chất thủy ngân này sẽ ảnh hưởng tới nhiều sinh vật bao gồm loài người chúng ta. Quý vị

**Dùng Bao Giỏ Vứt Bỏ Ống Đo Nhiệt Kế Thủy Ngân Trong Thùng Rác Thường.**

nên mang ống đo nhiệt kế thủy ngân tới một cơ quan có nhiệm vụ thu lại các loại rác nguy hiểm tới môi trường. Nhiều cơ sở của tiểu bang hoặc cơ sở địa phương giám thị các văn phòng này. Những văn phòng này thường được mở cửa vĩnh viễn hoặc chỉ theo mùa. Thông thường, những dịch vụ này hoàn toàn miễn phí.

*Muốn biết thêm chi tiết về trung tâm thu tập các loại rác và chất nguy hiểm trong khu vực của quý vị, gọi cơ quan kèm chế ô nhiễm của tiểu bang hoặc ba y tế địa phương trong vùng của quý vị. Bạn có thể kiểm số điện thoại trong cuốn sách điện thoại.*



**Nếu lỡ làm bể  
ống đo nhiệt kế  
thủy ngân, điều  
quan trọng là  
phải chùi rửa  
sạch sẽ.**

**Ngay sau khi chất thủy ngân bị đổ giữ tất cả mọi người và thú vật xa khỏi khu vực này. Để giảm đi sự bốc hơi của chất thủy ngân, quý vị nên tắt hết các máy sưởi và mở hết các máy lạnh.**

**Để làm thoáng khí ra vào quý vị hãy mở các cửa sổ và nếu được, quý vị nên để cửa mở khoảng hai ngày.**

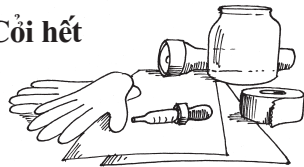
**Đừng dùng máy hút bụi để hút chất thủy ngân khi bị đổ. Không những chất thủy ngân sẽ làm ô nhiễm tới máy hút bụi, chất nhiệt phát ra từ máy hút bụi sẽ làm chất thủy ngân bốc hơi và tăng thêm sự bốc phát của chúng ra khắp nhà. Một điều nữa là, đừng bao giờ dùng chổi để quét chất thủy ngân. Chất thủy ngân sẽ dính vào chổi và sẽ làm ô nhiễm tới chổi.**

*Tiếp tục nói trang sau*

**Chuẩn bị các đồ dùng cần thiết** trước khi bắt đầu chùi thủy ngân. Những đồ này bao gồm, ống nhỏ mắt, hai tờ giấy cứng, hai bao ni-lon, một cái khay hoặc cái hộp lớn, băng keo dán, một cây đèn bin và một cái hủ đựng có miệng lớn.

Nên nhớ là bất cứ dụng cụ nào dùng để chùi phải được coi như là bị ô nhiễm và phải vứt bỏ cùng với chất thủy ngân.

Đừng đứng tớii chất thủy ngân. Cởi hết các nữ trang và đồng hồ trên tay của quý vị, chất thủy ngân sẽ



dính chặt vào kim loại. Quý vị nên mang bao tay, tốt hơn là loại bao tay bằng chất cao su để giảm bớt đụng chạm với chất thủy ngân. Dùng đèn bin để kiểm chất thủy ngân. Ánh sáng sẽ phản chiếu chất thủy ngân và thấy dễ hơn.

**Chùi sau khi bị đổ** Mặt phẳng hoặc sàn nhà khác nhau phải áp dụng phương pháp khác nhau.

**Trên nền nhà cứng**, dùng một loại giấy cứng để đẩy các hạt thủy ngân lại một chỗ. Dùng ống nhỏ để hút những hạt thủy ngân hay dùng khay để gạt thủy ngân. Đưa những hạt thủy ngân lên với loại giấy cứng.

**Cẩn thận bỏ thủy ngân vào bịch. Dùng keo để làm những miếng còn lại dính vào và bỏ miếng keo này vào bao ni-lon với ống nhỏ mắt, hai tờ giấy cứng và bao tay. Viết lên nhãn của bịch là thủy ngân để bỏ. Bỏ vào bịch này và bao dán kín vào bịch thứ hai. Viết lên nhãn là thủy ngân để bỏ và gọi cơ quan tiêu bang để biết bỏ đúng cách.**

**Trên thảm hay tấm trải, cần phải cắt bỏ phần bị dính thủy ngân. Phần cắt này cùng với tất cả các đồ chùi cần phải được bỏ vào bịch nhựa. Viết lên nhãn là thủy ngân để bỏ và gọi cơ quan tiêu bang để biết bỏ đúng cách.**

## **Nên Thận Trọng Khi Sờ Đến Thủy Ngân**

**Trong bồn nước, thủy ngân sẽ chìm ở dưới. Đổ bớt càng nhiều nước càng tốt, ráng đùng đùng vào thủy ngân và sau đó lấy thủy ngân bằng ống nhỏ mắt. Bỏ vào thùng có miệng rộng, đóng nắp lại và dán kín bằng băng keo. Viết lên nhãn là thủy ngân để bỏ và gọi cơ quan tiêu bang để biết bỏ đúng cách.**

**Trong ống nước, thủy ngân sẽ bị chặn ngay trong ống nước. Lót một cái khay bên dưới chỗ làm việc, mở ống nước và đổ chất này vào thùng có miệng rộng rồi dán kín lại với băng keo. Viết lên nhãn là thủy ngân để bỏ và gọi cơ quan tiêu bang để biết bỏ đúng cách.**

# Chăm sóc sức khỏe mà không bị nguy cơ

là một cuộc vận động của Environmentally Responsible Health Care sản xuất và Ấn hành bản này. Health Care Without Harm là một cuộc vận động quốc tế với hơn 300 tổ chức chủ trì đang vận động để chăm sóc sức khỏe không còn là một nguồn nguy hại cho môi trường, giảm bớt ô nhiễm trong khi hành nghề chăm sóc sức khỏe. Vận động làm việc chung với các bệnh viện và các viện chăm sóc sức khỏe khác để dùng thủy ngân và các chất ô nhiễm khác từ các sản phẩm và thực hành nghề chăm sóc sức khỏe.

Health Care Without Harm

1755 S Street NW, Unit 6B

Washington DC, 20009

p: 202-234-0091 f: 202-234-9121

Ồiản sao (e-mail): [noharm@iatp.org](mailto:noharm@iatp.org) [www.noharm.org](http://www.noharm.org)



## **Boston Public Health Commission**

Mercury Thermometer Exchange Program

Environmental Health Office

1010 Massachusetts Avenue, 2nd floor

Boston, MA 02118

Phone: 617-534-5966 Fax: 617-534-2372

Thomas M. Menino, Mayor