

## الرصاص في مياه الشرب Lead in drinking water

يُمكن أن يبتلع الناس الرصاص من مصادر عديدة، مثل الطعام ومياه الشرب والتربة والطلاء والغبار. لا يوجد دليل على أن مياه الشرب في بريتش كولومبيا تشكل مصدرًا مهمًا لتناول الرصاص.

بما أن الجلد لا يمتص الرصاص من الماء بسهولة، فإن التعرض للرصاص من الاستحمام أو الاغتسال أو التنظيف لا يشكل مصدر قلق. لمزيد من المعلومات حول الطلاء المحتوي على الرصاص، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني. [ملف HealthLinkBC رقم 31: طلاء الرصاص والمخاطر.](#)

### كيف يمكن أن يتسرب الرصاص إلى مياه الشرب؟

كان الرصاص يُستخدم بشكل شائع في شبكة مياه الشرب. وتشمل الأمثلة أنابيب البرونز والنحاس، والنحاس الأصفر، والحنفيات، والتجهيزات، واللحام (المستخدم لربط الأنابيب المعدنية). في عام 1989، تم تغيير قانون السباكة في بريتش كولومبيا لتقييد استخدام الرصاص في السباكة. قد تكون المباني المنشأة قبل عام 1989 أكثر عرضة لخطر وجود الرصاص في مياه الشرب بسبب تآكل أنابيب المياه.

تعتمد كمية الرصاص المنطلقة في الماء على:

- مواد السباكة المستخدمة
- مدى تآكلية الماء
- مدة بقاء الماء في شبكة السباكة

### ما هي الإجراءات المتخذة لمعالجة مشكلة الرصاص في مياه الشرب؟

تعمل وزارة الصحة مع السلطات الصحية الإقليمية والوزارات الإقليمية الأخرى والحكومة الاتحادية لتطوير أفضل الممارسات والسياسات. كما يقدمون المشورة لمُزودي المياه والجمهور بشأن الحد من تناول الرصاص.

يتخذ بعض مُزودي المياه خطوات لتعديل المياه للحد من التآكل. نُصحت المدارس بأخذ عينات من المياه للتأكد من أن مستويات الرصاص فيها آمنة. إذا لم تكن المستويات آمنة، يُنصح باتخاذ الخطوات اللازمة لتقليل الرصاص في مياه الشرب المدرسية.

يتحمل مالكو المباني مسؤولية تقييم شبكاتهم واتخاذ الإجراءات اللازمة للحد من الرصاص.

يتحمل مُزودو المياه مسؤولية توفير مياه الشرب التي تفي بالمعايير الإرشادات الكندية لجودة مياه الشرب فيما يتعلق بالرصاص. غير أنه في ظل ظروف معينة، يمكن أن يتسرب الرصاص إلى مياه الشرب من خلال ملامسته لشبكة أنابيب السباكة في المبنى بعد توصيله إلى العقار.

### ما هي الإرشادات المتعلقة بنسبة الرصاص في مياه الشرب؟

تحدد المبادئ التوجيهية لجودة مياه الشرب الكندية الحد الأقصى المقبول للتركيز وهو 0,005 ملغم/لتر (5 أجزاء في المليار) للرصاص الكلي في مياه الشرب، والذي يتم قياسه عند الصنبور. ينبغي عليك بذل كل جهد ممكن للحفاظ على مستويات الرصاص في مياه الشرب عند أدنى مستوى ممكن. صُمم هذا الدليل لحماية الحوامل والرضع والأطفال لأنهم الأكثر عرضة للخطر. ويستند ذلك إلى متوسط التركيزات في المياه المستهلكة لفترات طويلة.

للحصول على مزيد من المعلومات حول الإرشادات، تفضل بزيارة موقع وزارة الصحة الكندية - إرشادات جودة مياه الشرب الكندية [www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/healthy-living/guidelines-canadian-drinking-water-quality-guideline-technical-document-lead.html](http://www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/healthy-living/guidelines-canadian-drinking-water-quality-guideline-technical-document-lead.html) أو اتصل بهيئة الصحة المحلية عبر الهاتف على الرقم التالي:

- هيئة صحة الأمم الأولى 604-693-6500، الرقم المجاني 1-866-913-0033
- هيئة فريزر الصحية 604-870-7903
- هيئة انتريور الصحية 1-855-744-6328، الخيار
- هيئة أيلاند الصحية 250-755-6215
- هيئة نورثرن الصحية 250-565-7322
- هيئة فانكوفر كوستال الصحية 604-736-2033

### ما هي المخاوف الصحية؟

وفقًا لوزارة الصحة الكندية، إن تناول مستوى منخفض من الرصاص قد يكون ضارًا. يمكن أن يضر الرصاص بالنمو الفكري وسلوك وحجم وسمع الأجنة والرضع والأطفال الصغار. يعتمد التأثير الصحي على العديد من العوامل. وتشمل هذه العوامل الكمية المستهلكة على مدار الوقت، والعمر، والتغذية، والمشاكل الصحية الكامنة.

## كيف يمكنني حماية نفسي وعائلتي؟

إذا كان هناك اشتباه في ارتفاع نسبة الرصاص في مياه شريك أو تم قياسها في إمدادات مياهك، فيجب عليك تقليل تعرضك للرصاص. إذا كنت قلقًا بشأن التعرض للرصاص، فيجب عليك مناقشة مخاوفك مع مقدم الرعاية الصحية.

### حدد المشكلة

بشكل عام، يكون مُزود المياه مسؤولاً عن خط الخدمة حتى عداد المياه أو الصمام الموجود عند حدود العقار. سيكون لدى مُزودك للمياه معلومات حول جودة المياه في منظومة التوزيع لديه. سيتعين عليك اختبار مياه الصنبور لديك للكشف عن الرصاص في المختبر لمعرفة جودة المياه. يمكن أن تتغير مستويات الرصاص خلال اليوم. عادةً ما تُظهر أية مشاكل محتملة في عينة تُؤخذ في الصباح الباكر قبل استخدام الماء.

إذا أنشئ منزلك قبل عام 1989، فقد تكون أنابيب المياه لديك أكثر عرضة لاحتواء الرصاص. بإمكان السباك مساعدتك في تحديد ما إذا كان منزلك يحتوي على أجزاء سباكة تحتوي على الرصاص. وسيقدم توصيات إذا كان جزء من خط الخدمة في عقارك مصنوعاً من الرصاص.

### اتخذ التدابير اللازمة

إذا كان منزلك يحتوي على نسبة عالية من الرصاص في مياهه بسبب نظام السباكة، يمكنك تصريف المياه الراكدة من الأنابيب لتقليل التعرض للرصاص.

لتصريف الماء، دع صنبور الماء البارد مفتوحاً لمدة تتراوح من دقيقة إلى خمس دقائق أو حتى يصبح الماء أكثر برودة. ينبغي فعل ذلك قبل الشرب أو الطهي قبل أي شيء في الصباح. كرر هذه العملية في أي وقت آخر لم يُستخدم فيه نظام السباكة لعدة ساعات.

استخدم دائماً ماء الصنبور البارد للشرب أو الطهي، لأن الماء الساخن قد يزيد من تسرب الرصاص. \*ملاحظة: غلي الماء لن يزيل الرصاص وقد يؤدي بالفعل إلى زيادة تركيزات الرصاص في الماء. يمكنك استخدام فلاتر المياه وأجهزة المعالجة لإزالة الرصاص من مياه الشرب. تُعد أنواع المرشحات التالية المعتمدة من مؤسسة NSF الدولية فعالة في إزالة الرصاص:

- المرشحات القائمة على الكربون
- مرشحات التناضح العكسي
- مرشحات التقطير

للحصول على أفضل النتائج، ركب هذه المرشحات والأجهزة عند الصنبور المُستخدَم لمياه الشرب أكثر من غيره، مثل صنبور المطبخ. تأكد من صيانتها وفقاً لتعليمات الشركة المصنعة.

يمكنك حل المشكلة عن طريق إزالة أو استبدال أي مصادر للرصاص. وتشمل هذه التجهيزات الموجودة في المبنى أو خطوط الخدمة الرئيسية المؤدية إلى إمدادات المياه. اتصل بحكومتك المحلية لمعرفة ما إذا كانت هناك أي برامج موجودة في منطقتك لاستبدال خطوط الخدمة.

### لمزيد من المعلومات

إذا كانت لديك مخاوف بشأن جودة المياه التي تشربها، اتصل بمسؤول الصحة البيئية المحلي في الهيئة الصحية. تفضل بزيارة [www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/air-land-water/water/water-quality/drinking-water-quality/health-authority-contacts](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/air-land-water/water/water-quality/drinking-water-quality/health-authority-contacts)