



花园中的铅污染

了解铅的有害影响以及如何在含铅土壤中进行安全种植的技巧。

什么是铅？

铅是地壳里一种对人类有害的金属。铅曾用于汽油、油漆、电池和弹药生产。

一旦进入环境，铅就会附着在污垢/土壤上，并长期留存。如果含铅土壤被翻开并暴露在空气中，铅尘就会进入空气。铅尘很容易被吸入或吞咽。

花园土壤里的铅如何进入人体？

园艺种植会扰动土壤，使土壤中的铅进入空气中。这会产生少量铅尘，很容易会被人体吸入或吞咽。这些灰尘也会落在生菜和菠菜等地表蔬菜上。一般来说，除甜菜、胡萝卜、萝卜、土豆和芜菁等一些根茎类蔬菜外，植物吸收的铅很少。

园艺种植会扰动土壤，使土壤中的铅进入空气中。这会产生少量铅尘，很容易会被人体吸入或吞咽。这些灰尘也会落在生菜和菠菜等地表蔬菜上。

幼儿和儿童喜欢将物品和手指放入口中。在花园里帮忙或玩耍的儿童，可能会误食土壤或花园里未经清洗的植物。



铅会引发哪些健康问题？

铅进入人体引发疾病的现象称为铅中毒。不管是吸入还是吞入，铅的危害相同。铅会损害人体的每个器官系统，但它主要侵害的是大脑、脊髓和神经。

铅中毒的症状包括：

- 胃痛。
- 食欲不振。
- 失眠等睡眠障碍。
- 肾损伤。
- 听力问题。
- 男性生殖系统损伤。
- 记忆减退。

在进行园艺活动时，如何保护自己和家人？

务必清除或管控家中 and 周围的含铅物品。若担心花园土壤含铅，请进行检测。

新鲜果蔬是家庭饮食的重要组成部分，而自家花园种植的新鲜农产品则有助于补充维生素和矿物质。良好的营养可以减少铅的一些毒性作用。



遵照以下建议,在知道土壤被铅污染的情况下安全进行园艺活动:

- 园艺活动结束后,务必使用肥皂和水清洗双手或冲洗身体。这在饭前尤为重要,因为保持双手清洁有助于防止误食铅尘。
- 儿童在花园时要保持密切关注,并在离开花园后帮助他们清洗双手。
- 在室外脱去鞋、手套等外衣并装入袋中。进入室内后更换衣物,避免将土壤带入室内。进门后清洗双手,最好冲洗身体。
- 定期清扫家中灰尘。门垫有助于减少进入家里的土壤。您也可以在进入屋前脱掉鞋子。
- 花园设置在远离道路、私人车道以及可能使用含铅涂料的老旧油漆结构的地方。
- 使用无铅土壤在高设圃床种植作物。
- 种植西红柿、辣椒、南瓜、黄瓜、豌豆、豆类、玉米、甜瓜、草莓等作物。
- 少种植生菜、菠菜和羽衣甘蓝等叶菜。若您种植叶菜,请摘除并丢掉外层菜叶。外层菜叶不要用来堆肥。
- 不要种植胡萝卜、甜菜、芜菁、土豆和萝卜等块根作物。若您种植块根作物,请在食用前擦洗干净并去皮。蔬菜外皮不要用于堆肥。
- 使用 1% 醋水溶液清洗所有蔬菜(每加仑水加入 1 或 2 盎司醋)。食用前使用硬刷擦洗蔬菜。
- 测试土壤 pH 值。根据测试建议,在土壤里添加石灰,使土壤 pH 值达到 6.5。您可以在农场和花园用品商店里买到石灰。

参考资料

美国毒物与疾病登记署 (ATSDR)。2020 年。[铅毒性常见问题解答](#)。

我可以在哪里获得更多信息?

俄亥俄州卫生部

环境卫生与辐射防护局

健康评估科

电话:(614) 728-9452

电子邮件:BEH@odh.ohio.gov

俄亥俄州卫生部

环境卫生与辐射防护局

俄亥俄州健康家园和铅中毒预防计划

电话:1-877-LEADSAFE (532-3723)

电子邮件:BEH@odh.ohio.gov

