ខែធ្នូ ឆ្នាំ១៩៩៤

ការណែនាំផ្នែកសុខភាពចំពោះការនេសាទនិងការបរិភោគត្រី

ការណែនាំជាបណ្តោះអាសន្នចំពោះត្រីស្នូចជាកីឡាតាមឈូងសមុទ្រសាន់ហ្វ្រាន់ស៊ីស្កូ

ទីភ្នាក់ងារការិយាល័យការពារធម្មជាតិនៃក្រសួងសុខាភិបាល Office of Environmental Health Hazard Assessment (OEHHA) បានធ្វើការត្រួតពិនិត្យសារជាថ្មីម្តងទៀតលើឯកសារសិក្សាតាមឈូងសមុទ្រសាន់ហ្វ្រាន់ស៊ីស្កូកាលពីឆ្នាំ១៩៩៤ឈ្មោះ "កំរិតជាតិពុលក្នុងស្រទាប់សាច់ត្រីតាមឈូងសមុទ្រសាន់ហ្វ្រាន់ស៊ីស្កូ"។ លិទ្ធផលនៃការសិក្សាបានបង្ហាញនិយយើញថានៅតាមស្រទាប់សាច់ត្រីមានជាតិពុលជាច្រើនក្នុងនោះ។ យោលតាមលិទ្ធផលនេះ ការិយាល័យ OEHHA បានចេញជាការណែនាំបណ្តោះអាសន្នក្នុងការបរិភោគត្រីប្រភេទខ្លះតាមផ្នេរសមុទ្រ។

- មនុស្សពេញវ័យគប្បីមានកំរិតក្នុងការបរិភោគត្រីដែលគេស្នូចជាកីឡាតាមឈូងសមុទ្រសាន់ហ្វ្រាន់ស៊ីស្កូយ៉ាងច្រើនបំផុតពីរពេលក្នុងមួយខែ *។
- មនុស្សពេញវ័យមិនគួរបរិភោគត្រីស្ទ្រែបបេស (STRIPED BASS) ដែលមានទំហំលើសពី៣៥អ៊ីងទេ។
- ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះឬបំរុងនឹងមានផ្ទៃពោះឬស្ត្រីដែលបំបៅកូនដោយទឹកដោះថ្នាល់ខ្លួន និងកូនក្មេងអាយុតិចជាង៦ឆ្នាំមិនគួរបរិភោគលើសពីម្តងក្នុងមួយខែទេ បន្ថែមទៅទៀតគឺមិនគួរបរិភោគម្ហូបអាហារដែលមានសាច់ត្រីឆ្លាម (SHARK) ដែលមានទំហំលើសពី២៤អ៊ីងឬត្រីស្ទ្រែបបេសដែលមានទំហំលើសពី២៧អ៊ីងទេ។
- ការផ្តល់ជាយោបល់នេះមិនយកមកអនុវត្តន៍លើត្រីសាលមិន (Salmon) ត្រីអង់ជូវ៉ី (ANCHOVIES) ត្រីហ៊ីរីង (HERRING) និងត្រីស្មែល (SMELT) ដែលចាប់បានតាមឈូងសមុទ្រឬក៏ត្រីដែលស្នូចលេងកំសាន្តជាកីឡាតាមសមុទ្រដ៏ទៃទៀត ឬក៏ត្រីនេសាទលក់តាមផ្សារទេ។

ការណែនាំនេះជាក់ប្រើជំនួសការណែនាំដែលមានពីលើកមុនចំពោះត្រីស្ទ្រែបបេស តែមិនបានលុបបំបាត់ចោលនៃការណែនាំដែលចេញសំរាប់ផ្នូវទឹកនៃកំពង់ផែរីជមិន (RICHMOND HARBOR CHANNEL AREA) ក្នុងពេលថ្មីៗនេះទេ។

អ្នកណាដែលធ្វើតាមគោលការណ៍ណែនាំបណ្តោះអាសន្ននេះនឹងអាចការពារខ្លួនគេផ្ទាល់ពីផលអាក្រក់ដែលមិនទាន់មានភាពជាក់ស្តែងបណ្តាលមកពីកំរិតជាតិពុលដែលគេបានរកឃើញក្នុងត្រីតាមការសិក្សា។ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រនៃការិយាល័យ OEHHA មានការផ្តិតយោបល់ខ្ទះៗជ្វេតទៅលើការនេសាទហើយនឹងការបរិភោគត្រីដែលបានមកពីឈូងសមុទ្រសាន់ហ្វ្រាន់ស៊ីស្កូ ១)ស្នូចនៅកន្លែងផ្សេងៗគ្នា។ ២)បរិភោគត្រីច្រើនប្រភេទក្នុងចំនួនតិចប្រសើជាងតែមួយប្រភេទក្នុងចំនួនច្រើនដែលអាចមានកំរិតជាតិពុលខ្ពស់។ ៣)សំអាតនិងវះពោះយកគ្រឿងក្នុងចេញហើយបរិភោគតែសាច់ចន្ធកមួយមុខគត់។ ៤)ពន្ធាក់ស្បែក និងជៀសាច់ខ្លាញ់ចេញពីត្រី។ ៥)ផុតអាំងឬចំហុយត្រីនៅលើចន្ទៀស ៦)ចោះចោលទឹកដែលស្រក់មកពីត្រីដែលយើងចំអិន។

ការណែនាំបណ្តោះអាសន្ននៃការបរិភោគនេះត្រូវបានចែងឡើងដោយសារការចាប់អារម្មណ៍លើសុខភាពដែលទាក់ទងទៅនឹងត្រីដែលបានមកពីការស្នូចកំសាន្តជាកីឡាតាមឈូងសមុទ្រ ហើយដែលមានជាតិពុលផ្សេងៗនៅជាប់នឹងខ្លួនត្រីជ្វេចជាជាតិមេធីមើម៉ីរី METHYLMERCURY ជាតិផលិតគ្រីណេតធ្លាកបីផេណីល POLYCHLORINATED BIPHENYLS (PCBs) ជាតិជាយអ៊ីក់ស៊ីន DIOXINS និងជាតិពុលសំរាប់សម្លាប់សត្វចង្រៃនានាជ្វេចជាជាតិ DDT ជាដើម។ ផលវិបាកដែលត្រូវចាប់អារម្មណ៍បំផុតក្នុងការបរិភោគត្រីជាយូរអង្វែងគឺវាអាចធ្វើឲ្យប៉ះពាល់ផលសំសៃរប្រសាទដែលទាក់ទងនឹងការចំរើនលូតលាស់នៃកំភ្លេ និងកូនក្មេង (ឧទាហរណ៍ជ្វេចជាភាពខ្ទង់ទ្យេរយផ្នែកកំនិតប្រាជ្ញា)។ ជាពិសេសបើមានជាតិពុល មេធីមើម៉ីរី METHYLMERCURY ជាតិផលិតគ្រីណេតធ្លាកបីផេណីល POLYCHLORINATED BIPHENYLS (PCBs) ជាតិជាយអ៊ីក់ស៊ីន DIOXINS និងថ្នាំសំរាប់សម្លាប់សត្វចង្រៃ DDT ច្រើនតែធ្វើឲ្យកើតជាជម្ងឺមហារីក។ វាមានការបង្ហាញឲ្យឃើញខ្ទះដែរនូវភាពស្ទើរកើតនៃសរសៃវិញ្ញាណនៅក្នុងកំភ្លេ ក្នុងទារកនិងកូនក្មេង។ ដោយសារតែភាពស្ទើរកើតនេះ ហើយទើបការណែនាំក្នុងការបរិភោគម្ហូបអាហារកាន់តែបន្ថែមឲ្យមានកំរិតលក្ខខ័ណ្ឌសំរាប់កូនក្មេងនិងស្ត្រីមានផ្ទៃពោះឬស្ត្រីដែលបំបៅកូនដោយទឹកដោះថ្នាល់ខ្លួនដែលអាចចម្លងមេរោគទៅលើទារកនៅក្នុងផ្ទៃឬទៅលើកូនក្មេង។

ទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការណែនាំនេះគ្រាន់តែជាមូលដ្ឋានផ្អែកលើការពិនិត្យឡើងវិញតាមឯកសារនៃការសិក្សា។ ការិយាល័យ OEHHA យល់ឃើញថាត្រូវយកនូវការប្រុងប្រយ័ត្នតាមគោលការណ៍ ណែនាំនេះជាបណ្តោះអាសន្នសិន។ ការណែនាំបន្ថែមនិងត្រូវចេញផ្សាយនៅពេលដែលការិយាល័យ OEHHA បានធ្វើការពិនិត្យចំពោះឯកសារពីការសិក្សានេះចប់សព្វគ្រប់ហើយរួមទាំងការស្រាវជ្រាវនៃក្រសួងសាធារណៈផ្សេងៗទៀត។

ពត៌មានបន្ថែម សូមទូរស័ព្ទទៅការិយាល័យ OEHHA លេខ (916) 324-7572 ។

* មនុស្សមានទម្ងន់១៥០ផោន(៧០គីឡូ)ត្រូវបរិភោគត្រីចំនួន៧ រហូតតឹកតឹងមុនពេលចំអិន។ ចំនួនម្ហូបអាហារគួរកំណត់តាមទម្ងន់ខ្លួនមនុស្ស ដោយប្រើត្រីទ១រហូតចំពោះមនុស្សទម្ងន់២០ផោន។ ឧទាហរណ៍ចំពោះកូនក្មេងទម្ងន់៤០ផោនត្រូវបរិភោគត្រីចំនួន២រហូត។

Office of Environmental Health Hazard Assessment
1001 I Street, P.O. Box 4010
Sacramento CA 95812
(916) 327-7319
FAX (916) 327-7320