

수은:

바로 여러분 주위에 있습니다...

정유소, 쓰레기 소각장, 석탄을 연료로 사용하는 화력발전소와 여러 다른 산업체들에서 수은을 방출시켜 왔습니다. 깨진 체온계, 병원, 치과 폐기물 등에서 나온 수은이 환경을 오염 시키고 하천과 바다, 토양, 어류 및 다른 야생 동식물들을 오염 시켜왔습니다.

여러분의 음식에도 있습니다...

임산부나 임신을 원하는 여성은 상어 (shark), 황새치 (swordfish), 고등어 (king mackerel), 타일피시 (tilefish) 등을 먹지 말아야 합니다. 이 생선들은 태아의 신경계를 손상시킬 수 있는 양의 수은을 함유하고 있습니다.

-식품의약국 (Food and Drug Administration),
2001년 1월

가임연령의 여성 12명 중 1명은 자궁 내에서의 수은 접촉 때문에 신경계통 장애가 있는 아이를 출산할 수도 있습니다.

-질병통제센터 (Centers for Disease Control),
2003년 1월

미국 국립과학아카데미 (National Academy of Science) 의 2000년도 추산에 의하면 산모가 임신 중에 오염된 생선을 먹어 - 오염이 되지 않았다면 건강식품 중에 하나였겠지만 - 1년에 60,000 명의 아기가 출생 때부터 신경계 장애나 학습 장애를 가지고 태어날 위험에 처한다고 합니다.

당신의 환경



당신의 음식

당신의 건강



1316 Third Street Promenade Suite B1
Santa Monica • CA • 90401
P (310) 458-2694 • F (310) 458-7925

여러분의 건강에 위협을 가합니다...

온도계

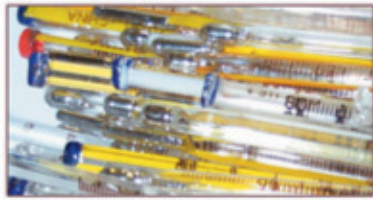
많은 가정의 약품함에서 볼 수 있는 수은 온도계는 유리로 만들어져 있고, 은백색의 액체와 같은 금속이 들어있습니다. 하지만 이 수은 온도계가 깨지면 우리의 환경과 건강에 중대한 위협을 끼칠 수 있습니다.

예를 들자면, 체온계 하나가 깨지면서 새어 나오는 수은의 양은 20 에이커 크기의 호수에 사는 모든 물고기들 오염 시키기에 충분한 양입니다.

체온계에 있는 수은이 대기 중에 방출될 경우, 수은은 기체가 되어 쉽게 흡입될 수 있습니다.

급성수은중독의 증상으로는 입 주위의 느낌이 없어지고, 시야가 좁아지는 tunnel vision, 손가락과 발가락이 저리는 듯한 느낌 등이 있습니다. 지속적으로 많은 양의 수은에 중독될 때는 신경계와 신장기능 손상, 시력 손실 및 행동 이상이 야기될 수도 있습니다.

보통 온도계 하나가 깨진다고 해도, 새어 나온 수은을 적절하게 처리하면 건강에 위협이 되지는 않습니다. 오염된 카펫을 치우시고, 새어 나온 수은을 치우기 위해 절대 진공 청소기를 사용하지 마십시오. 또한 새어 나온 수은을 절대 쓰레기통에 버리지 마십시오. 창문을 열어 공기를 환기 시키고 카운터 위층 물질 처리반에 전화 하셔서 처리와 정소에 대한 도움을 받으십시오. 수은 온도계 대신 태양열 작동 온도계, 디지털 온도계, 닷 매트릭스 (dot matrix) 온도계, gallistan 온도계와 같은 안전한 대용 온도계를 사용 하시면 깨진 온도계로 인한 수은 노출을 예방할 수 있습니다.



온도계는 가정에서 버리는 물건들 중 수은을 가장 많이 포함하고 있습니다.

오염된 생선

사람들은 하천이나 바다에서 잡은 생선을 먹으면서 - 보통은 건강에 좋은 음식이지만 - 자신도 모르게 위험한 양의 수은에 노출 되기도 합니다.

산업체, 병원 폐기물이나 치과 폐기물, 깨진 온도계 등에서 나온 수은이 주변 환경으로 방출되면 강과 호수, 바다로 흘러 들어 갑니다. 수은은 물 속에서 더욱 독성이 강한 메틸수은 (methyl mercury) 으로 변하여 물고기의 몸 속에 흡수됩니다.

미국 환경보호국 (U.S. EPA)과 식품의약국 (FDA) 그리고 질병 통제센터 (CDC) 에서 최근 발행한 자료들에 의하면 다량의 메틸 수은을 함유한 생선을 먹는 것과 태아장애 간에는 상당한 관련이 있는 것으로 나타났습니다. 임산부가 다량의 메틸 수은에 노출되면 신체기관간의 공동기능 저하, 학습장애 또는 신경계 발달지체와 같은 문제가 태아에게 생길 수 있습니다.

소비자단체와 공공 보건단체들은 참치에서 발견된 메틸수은의 양에 대해 심각한 우려를 제시하고 있습니다. 거의 모든 참치 깡통 속의 참치에 어느 정도의 수은이 함유되어 있으며 특히 참치 스테이크에는 위험한 양의 수은이 검출된 것으로 알려져 있습니다. 가임연령의 여성과 어린이들은 참치 섭취, 특히 아히 (ahi), 참다랑어 (bluefin), 날게다랑어 (albacore) 와 같은 대형 참치어종 섭취를 엄격히 제한해야 합니다.

독성의 메틸 수은은 물고기의 체내에 축적되어 있다가 사람이 섭취하게 됩니다.



어떻게 자신을 보호할 수 있나

FDA와 EPA에 의하면 임산부와 임신을 계획 중인 여성은 다음과 같은 생선을 먹지 말아야 합니다.

황새치 (swordfish) 타일피시 (tilefish)
상어 (shark) 고등어 (king mackerel)

이 외에도 다른 종류의 생선에서 다량의 수은이 발견된바 있습니다. 참치스테이크, 청새치 (marlin), 농어 (sea bass), 등의 대형어종들은 작은 생선들에 비해 수은 함유량이 높습니다. 임신기간과 수유기간 동안에는 대형어종 섭취를 엄격히 제한해야 합니다. 어린이들 역시 대형어종 섭취를 제한해야 합니다. 안전하게 섭취할 수 있는 작은 생선종류와 해산물로는 연어 (salmon), 틸라피아 (tilapia, 역돔), 대구류 (haddock), 그리고 새우 (shrimp) 등이 있습니다.

또한 수은이 들어있는 온도계를 사용하지 않는 것도 매우 중요합니다. 수은 온도계가 깨지면, 그 즉시 건강에 위협이 될 수 있으며, 이 깨진 온도계를 버렸을 때는 하천과 바다, 그리고 그 속에 사는 어류를 오염 시킵니다.

집에 있는 모든 수은 온도계들을 안전한 대체 온도계로 바꾸십시오. 절대 수은 온도계를 버리지는 마십시오. 수은 온도계를 가정 위험물 처리 시설에 가지고 가지거나 위험물 수집 행사 때 주시고, 안전한 대체 온도계와 교환하는 행사를 통해 온도계를 교체해 주십시오.

여러분 자신과 가족의 건강을 위해 수은 온도계를 사용하지 마시고 어떤 생선이 먹기에 안전한 생선인지도 꼭 확인하십시오.