

មតិទេសក្តី ក្នុងការញាំត្រីក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត

ដោយសារតែត្រីជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់នៃចំណីអាហាររបស់មនុស្សនិងរបបអាហារផ្សេងៗ ត្រីមានផ្ទៃពោះគួរតែដឹងពីផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមានឡើងក្នុងការញាំត្រីដែលចាប់បាន ក្នុងទន្លេ បឹង ឬ ព្រែក នៃរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត



ដំបូន្មាននេះមិនរាប់បញ្ចូលត្រីចិញ្ចឹមក្នុងបឹងឡើយ។ ត្រីចិញ្ចឹមត្រូវបានចិញ្ចឹមកសិដ្ឋានត្រីបន្ទាប់មកទើបប្រលែងទៅក្នុងទឹកបឹងធម្មតា។ ដូចនេះហើយវាប្រហែលជាមិនមានពេលគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការឆ្លងរោគឡើយ។

តើជាតិគីមីអ្វីមាននៅក្នុងត្រីនិងសត្វមានសំបកទាំងនោះ?

បារកនិងប្លូលីឌូរីនេតប៊ីហ្គេនីលគឺជាអ្វីដែលយើងមានការបារម្ភចំពោះបារកគឺជាធាតុដែកដែលមាននៅក្នុងបរិស្ថានធម្មជាតិ។ បារកក៏អាចត្រូវបានបញ្ចេញដោយការដុតក្នុងត្រីមួយចំនួន។ ពេលត្រូវបានបញ្ចេញវានិងធ្វើដំនើរយ៉ាងឆ្ងាយទៅកាន់នៅដីនិងផ្ទៃទឹកផ្សេងៗ។ ប្លូលីឌូរីនេតប៊ីហ្គេនីលគឺជាធាតុគីមីបង្កើតដោយមនុស្សដែលត្រូវបានហាមប្រាមក្នុងឆ្នាំ១៩៧០។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយដោយសារតែត្រូវបានប្រើប្រាស់យ៉ាងច្រើនពីមុនកន្លងទៅនេះវានៅតែអាចរកឃើញមាននៅក្នុងចំណីអាហាររបស់យើង។

ចុះតើជាតិគីមីនិងធាតុដែកទាំងនោះចូលទៅក្នុងត្រីបានដោយរបៀបណា?

ជាតិគីមីនិងត្រីចូលទៅក្នុងត្រីពីភាពកង្វះកន្លះនៃទឹកហើយនិងល្បាយដែលវារស់នៅ។ នៅពេលដែលត្រីធំស៊ីត្រីតូចៗក៏លេបចូលទាំងជាតិគីមីនោះទៅដែរ។

តើជាតិគីមីនោះប៉ះពាល់សុខភាពយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ?

ពួកទារកក្នុងផ្ទៃ ក្មេងទើបនិងកើតនឹងកូនក្មេងតូចៗគឺអាចប៉ះពាល់ដោយបារកបាន។ ជាតិបារកតែបន្តិចអាចបំផ្លាញនូវខួរក្បាលមុនពេលកើត។ ជាតិបារកច្រើនអាចប៉ះពាល់ដល់ការគិត ការរៀននិងឥរិយាបថនិងការអភិវឌ្ឍពេលក្រោយក្នុងជីវិត។ ក្មេងដែលបានប៉ះពាល់ដោយបារកអាចមានអាការៈមិនធម្មតាក្នុងផ្ទៃទោះបីជាម្តាយមិនមានអាការៈអ្វីក៏ដោយ។

ត្រីជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់នៃចំណីអាហាររបស់មនុស្សនិងរបបអាហារផ្សេងៗទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយត្រីមានផ្ទៃពោះ ឬមានកូនខ្លី និង ត្រីទូទៅមិនគួរញាំត្រីដែលចាប់បានពីទឹកសាប ឬត្រីមួយចំនួននិងសត្វមានសំបកដែលចាប់បានក្នុងទឹកនៃរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត ក្មេងៗអាយុក្រោម១២ឆ្នាំក៏ប្រឈមមុខនឹងគ្រោះថ្នាក់ហើយគួរតែធ្វើតាមការណែនាំដូចតទៅ។

ដំបូន្មានប្រើប្រាស់ជាកំណត់បន្ថែមទៀតសំរាប់ទឹកសាបមួយចំនួនមាននៅក្នុងវេបសាយ www.mass.gov/dph/fishadvisories ឬដោយហៅទៅ calling 617-624-5757.

ប្រើហេតុអ្វីបានជាសត្វត្រីនិងសត្វមានសំបកមួយចំនួនមិនមានសុវត្ថិភាពក្នុងការបរិភោគសំរាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ?

ត្រីនិងសត្វមានសំបកមួយចំនួនផ្ទុកនូវជាតិគីមីដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុខភាពអ្នកនិងកូនរបស់អ្នក។

តើមានវិធីណាដែលយើងអាចលាងឬចម្អិនត្រីកុំអោយមានជាតិគីមីទាំងនោះបានទេ?

ទេ ត្រីដែលមានជាតិប៉ារ៉ាគីមី មិនមានវិធីណាដែលយើងអាចកំចាត់ចេញនូវជាតិគីមីនោះបានទេ វាមិនអាចយកចេញបានដោយការកាត់ ការសំអាត ឬ ចម្អិន។

តើជាតិគីមីនេះអាចមាផលប៉ះពាល់ដល់មនុស្សជំនិះក្មេងៗមានអាយុច្រើនដែរឬទេ?

បាទ ក្នុងកំរិតខ្ពស់ វាអាចប៉ះពាល់ដល់សុខភាពមនុស្សជំនិះក្មេងៗមានអាយុច្រើន។ វាអាចប៉ះពាល់ដល់ការចងចាំរបស់អ្នក ក៏ដូចជាធ្វើអោយស្បែករបស់អ្នកមានភាពរមាស់ និងស្លឹក។ ហើយវាក៏អាចធ្វើអោយប៉ះពាល់ដល់ថ្លើម និងអាចបង្កជាជំងឺមហារីទៀតផង។

មគ្គុទេសនៃនាំ MDPH (នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត) សំរាប់

ស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ ស្រ្តីនឹងមានផ្ទៃពោះ ស្រ្តីកូនខ្ចី និងក្មេងក្រោមអាយុ១២ឆ្នាំ ៖

កុំញ៉ាំ : ត្រីទឹកសាបដែលចាប់បានក្នុងទន្លេ បឹង ឬ ក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត

អាចញ៉ាំ : បាននូវត្រីដែលចិញ្ចឹមក្នុងទន្លេ បឹង ឬ ក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត

កុំញ៉ាំ : ត្រីពណ៌ខៀវចាប់បានក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត

កុំញ៉ាំ : បង្កង ត្រីភក់ ងៀវ លាស ពីកំពង់ផែ ឬសតុន

មគ្គុទេសនៃនាំសំរាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា រាប់ចូលទាំងអ្នកខាងលើ

កុំញ៉ាំ:

- ត្រី ត្រី បង្កង ពីតំបន់ទី១នៃ កំពង់ផែ New Bedford
- បង្កងឬត្រីក្នុងបាតចិញ្ចឹមតំបន់ទី២នៃកំពង់ផែ New Bedford
- បង្កងពីតំបន់ទី៣នៃកំពង់ផែ New Bedford

កុំញ៉ាំ: បង្កងថ្ងាម៉ាលី

ក្នុងឆ្នាំ២០១៧ រដ្ឋកិច្ចការបានចែងនូវដំបូន្មានថ្មីបន្ថែម អំពីការបរិភោគសាច់ត្រីស្រស់ចូលទៅកាន់ www.fda.gov/fishadvice និង www.epa.gov/fishadvice

អាហារត្រីមត្រូវរួមទាំងការញ៉ាំត្រីនឹងនាំមកនូវអាហារូបត្ថម្ភ និងសុខភាពល្អ
*ដំបូន្មានជាក់លាក់សំរាប់ការញ៉ាំត្រីទឹកសាបដែលត្រូវបានធ្វើការសាកល្បងម៉ោងនៅ <http://www.mass.gov/dph/fishadvisories> ឬទំនាក់ទំនងទៅកាន់ 617-624-5757

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែមក្នុងការជ្រើសរើសត្រីដែលមានសុវត្ថិភាពក្នុងការបរិភោគសូមចូលទំនាក់ទំនង:

មន្ទីរសុខភាពបរិស្ថាន
នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត
250 ផ្លូវវ៉ាស៊ីងតោន, ជាន់ទី7h, ប៊ូស្តុន, ម៉ាសាឈូសេត 02108
ទូរស័ព្ទ: 617-624-5757 | ទូរសារ: 617-624-5777 | TTY: 617-624-5286
www.mass.gov/dph/fishadvisories

ធ្វើឡើងវិញនៅ 2017

