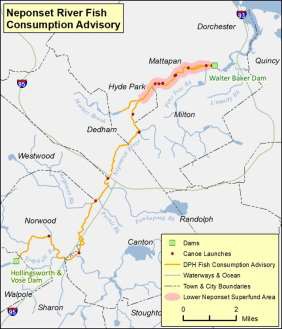
**ក្រសួងសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋម៉ាសាជូសេត**

**ការប្រើប្រាស់ទន្លេ Neponset River សម្រាប់ការកម្សាន្ត**

**ព្រឹត្តិបត្រព័ត៌មានសហគមន៍ ឆ្នាំ2022**

នៅថ្ងៃទី16 ខែមីនា ឆ្នាំ2022 ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (Environmental Protection Agency, EPA) បានរាប់បញ្ចូលទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោមទៅក្នុងបញ្ជីរាយនាមអាទិភាពជាតិ (National Priorities List, NPL)។ នេះមានន័យថា សកម្មភាពជាក់លាក់មួយចំនួន ដូចជាការ បរិភោគត្រីដែលបានចាប់នៅក្នុងទន្លេ អាចនឹងមិនមានសុវត្ថិភាព សម្រាប់មនុស្សមួយចំនួន។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់៖ [epa.gov/superfund/lowerneponset](https://cumulis.epa.gov/supercpad/cursites/csitinfo.cfm?id=0102204)។

## តើខ្ញុំអាចនេសាទត្រីនៅក្នុងទន្លេ Neponset River បានដែរឬទេ?

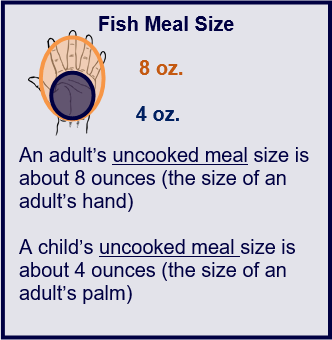


នរណាក៏អាច**ចាប់**ត្រីបានដែរ ប៉ុន្តែមិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នាគួរតែ**បរិភោគ**ត្រីនោះទេ។ ក្រសួងសុខភាពសាធារណៈ (Department of Public Health, DPH) រដ្ឋម៉ាសា ជូសេត បានផ្តល់ការណែនាំជាក់លាក់ ថាតើនរណាខ្លះដែលអាចទទួលទានយ៉ាង មានសុវត្ថិភាពនូវត្រីដែលបានចាប់ពីទន្លេ Neponset River។

## ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំមិនអាចបរិភោគត្រីដែលចាប់បាននៅក្នុងទន្លេ Neponset River?

ការបរិភោគត្រីទឹកសាបដែលអ្នកចាប់បានពីទន្លេ Neponset River អាចនឹងមាន គ្រោះថ្នាក់ដោយសារតែសារធាតុគីមីនៅក្នុងខ្លួនត្រី។ សំខាន់បំផុតត្រូវអនុវត្តតាម ព័ត៌មានដូចខាងក្រោម សម្រាប់៖

* ការលាតសន្ធឹងនៃដងទន្លេ Neponset River នៅចន្លោះ  
  ទំនប់ Hollingsworth & Vose Dam នៅក្នុងទីក្រុង Walpole និងទំនប់ Walter Baker Dam នៅក្នុងទីក្រុង Dorchester/  
  មជ្ឈមណ្ឌលឧស្សាហ៍កម្ម Milton Lower Mills Industrial Complex
* ដងស្ទឹង Mother Brook នៅចន្លោះទំនប់ Knight Street និងទន្លេ Neponset River។

**កុមារក្រោមអាយុ 12ឆ្នាំ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ម្តាយបំបោះដោះកូន និងស្ត្រីដែលអាចនឹងមានផ្ទៃពោះមិនគួរបរិភោគត្រីដែលបានចាប់ពីតំបន់ នោះទេ**។សារធាតុគីមីនៅក្នុងខ្លួនត្រីទាំងនេះ អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ទារកក្នុងផ្ទៃ ទារកទើបកើត និងកុមារតូចៗ។ ក្រុមកុមារទាំងនេះអាចនឹងមានហានិភ័យខ្ពស់ ជាងក្រុមមនុស្សផ្សេងទៀតដែលកំពុងរងគ្រោះថ្នាក់។

**បរិមាណត្រីក្នុងអាហារ**

# ក្រុមមនុស្សផ្សេងទៀតទាំងអស់ គួរតែ៖

**8 អោនស៍**

* **កុំបរិភោគអន្ទង់អាមេរិក (American Eel) ឬត្រីវ៉ាយសាកឃ័រ (White Sucker) ពីតំបន់នេះ។** ប្រភេទត្រីទាំងនេះមានបរិមាណសារធាតុគីមីខ្ពស់ ដែលអាចនឹងគ្មាន សុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកបរិភោគ។

**4 អោនស៍**

បរិមាណអាហារដែលមិនបានចម្អិន  
សម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ គឺប្រមាណ 8 អោនស៍ (ទំហំប៉ុនដៃមនុស្សពេញវ័យ)

* **កំណត់ការបរិភាគរាល់ត្រីទឹកសាបផ្សេងៗពីតំបន់នេះត្រឹមបរិមា ណមិនលើសពីអាហារ ពីរពេលក្នុងមួយខែ**។ ត្រីទឹកសាបផ្សេងទៀតមកពីទន្លេ Neponset River មានបរិមាណ  
  សារធាតុគីមីតិចតួចជាងប្រភេទត្រីអន្ទង់អាមេរិក ឬត្រី វ៉ាយសាកឃ័រ ប៉ុន្តែគួរតែកុំបរិភោគ ពួកវាលើសពីពីរដងក្នុងមួយឆ្នាំ។

បរិមាណអាហារដែលមិនបានចម្អិន  
សម្រាប់ក្មេង គឺប្រមាណ 4 អោនស៍ (ទំហំប៉ុនបាតដៃមនុស្សពេញវ័យ)

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការប្រកាសណែនាំលើការបរិភោគត្រី សូមទាក់ទងទៅកាន់

ការិយាល័យ MDPH នៃកម្មវិធីការសិក្សាពីជាតិពុលក្នុងបរិស្ថានផ្នែកសុខភាពបរិស្ថាន៖

617-624-5757 [DPHToxicology@state.ma.us](mailto:DPHToxicology@state.ma.us) ឬចូលទៅកាន់ [www.mass.gov/dph/fishadvisories](http://www.mass.gov/dph/fishadvisories)។

## តើសារធាតុគីមីអ្វីខ្លះដែលបានរកឃើញនៅក្នុងខ្លួនត្រីទឹកសាបមកពីទន្លេ Neponset River?

សារធាតុគីមីដូចជា ប៊ីផេនីលដែលមានប៉ូលីក្លរ (PCBs) និង ឌីក្លរ៉ូឌីផេនីលទ្រីក្លរ៉ូអេតាន (DDT) ត្រូវបានរកឃើញនៅ ក្នុងខ្លួនត្រីដែលបានចាប់ពីទន្លេ Neponset River។ សារធាតុគីមីទាំងនេះមាននៅក្នុងដៃទន្លេមកពីប្រភពឧស្សាហកម្ម ឬកសិកម្មនានា។ បន្ទាប់មក ត្រីក៏លេបសារធាតុគីមីដែលមាន នៅក្នុងទឹកនិងភក់នៅ បាតទន្លេ។ សារធាតុគីមី អាចស្ថិតនៅក្នុងខ្លួនត្រី ហើយយូរៗទៅក៏មានចំនួនកាន់តែច្រើនឡើងនៅក្នុងសាច់ដុំឬខ្លាញ់របស់ពួកវា។ នៅពេលមនុស្សបរិភោគត្រី ពួកគេលេបសារធាតុគីមីទាំងនោះ។

## តើនរណាអាចមានប្រតិកម្មបំផុតទៅនឹងសារធាតុគីមីទាំងនេះ?

ទារកក្នុងផ្ទៃដែលកំពុងលូតលាស់ ទារកទើបកើត និងកុមារតូចៗ អាចនឹងមានហានិភ័យខ្ពស់ជាងក្រុមមនុស្សផ្សេង ទៀតដែលកំពុងប្រឈមនឹង គ្រោះថ្នាក់ ពីសារធាតុគីមីនៅក្នុងខ្លួនត្រី។ ការប្រឈមនឹងបរិមាណតិចតួចនៃសារធាតុ PCB អាចនឹងប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់របស់ខួរក្បាល មុនពេលកើត។ ហេតុនេះហើយទើបមានការណែនាំផ្សេងៗអំពីការបរិភោគត្រីសម្រាប់ក្រុមកុមារទាំងនោះ។

## តើមានទីកន្លែងផ្សេងទៀតនៅតាមបណ្តោយទន្លេ Neponset River ឬនៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេត ដែលខ្ញុំអាចចាប់ត្រី ដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ បរិភោគដែរឬទេ?

មានទីកន្លែងល្អៗជាច្រើនដើម្បីចាប់ត្រី និងបរិភោគត្រីនៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេតទាំងមូល។ នេះរួមមានទាំងផ្នែកទឹកប្រៃនៃទន្លេ Neponset River ហៅផងដែរថា ច្រាំងទន្លេ Neponset River។

ដើម្បីស្វែងយល់ថាតើត្រីមកពីដៃទន្លេផ្សេងទៀតមានសុវត្ថិភាពក្នុងការបរិភោគដែរឬអត់ អ្នកអាចពិនិត្យមើល បឹង ទន្លេ ស្ទឹង ឬស្រះនៅក្នុង ការប្រកាសណែនាំលើការបរិភាគត្រីទឹកសាបនៅរដ្ឋម៉ាសាជូសេត។ មូលដ្ឋានទិន្នន័យ៖ [mass.gov/DPH/FishAdvisories។](http://www.mass.gov/dph/fishadvisories)

## ការណែនាំទូទៅក្នុងរដ្ឋទាំងមូលសម្រាប់ការបរិភោគត្រីដែលចាប់បាននៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេត

សំខាន់ក៏ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំនៅលើសញ្ញាព្រមានដែលបិទបង្ហាញនៅតាមដៃទន្លេដែលរងការបំពុល។ ខាងក្រោមនេះ ត្រូវបានណែនាំ សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ស្ត្រីដែលអាចនឹងមានផ្ទៃពោះ ម្តាយដែលបំបៅដោះកូន និងកុមារអាយុក្រោម 12ឆ្នាំ៖

* **ហាមបរិភោគ៖** ត្រីទឹកសាបដែលចាប់បាននៅក្នុងស្ទឹង ទន្លេ បឹង និងស្រះនៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេត
* **មានសុវត្ថិភាពក្នុងការបរិភោគ៖**ត្រីដែលស្តុកនៅក្នុងស្ទឹង ទន្លេ បឹង និងស្រះនៅក្នុងរដ្ឋម៉ាសាជូសេត

## សម្រាប់បញ្ជីរាយនាមដៃទន្លេដែលស្តុកត្រីត្រោត (trout) សូមទាក់ទងទៅកាន់ការិយាល័យ Mass Wildlife តាមរយៈលេខ (508) 389-6300 ឬចូលទៅកាន់ [www.mass.gov/trout](http://www.mass.gov/trout)។

**ត្រីគឺជាប្រភពអាហារូបត្ថម្ភ  
យ៉ាងសំបូរបែប និងល្អ**

**សម្រាប់សុខភាពអ្នក!**

* + *បន្តបរិភោគត្រីពីតាមដៃទន្លេផ្សេងទៀតដែលមិនមានការ ប្រកាសណែនាំអំពីត្រី ក៏ដូចជាត្រីដែលបានទិញតាមហាង។*
  + *ជ្រើសរើសបរិភោគត្រីនិងគ្រឿងសមុទ្រច្រើនមុខខុសៗគ្នា*

## តើខ្ញុំអាចប្រើប្រាស់ទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោមដោយសុវត្ថិភាពបានដូចម្តេច?

**មានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោម សម្រាប់សកម្មភាពនានាដូចជាការដើរ ជិះកង់ ជិះទូក អុំទូក ចែវទូកកាយ៉ាក និងទស្សនាឧទ្យាន/កន្លែងលេងកម្សាន្ត។**

ប្រភេទសកម្មភាពទាំងនេះត្រូវបានចាត់ទុកថាមានសុវត្ថិភាព ដោយសារតែអ្នកអាច នឹងមិនប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬរយៈពេល យូរ ជាមួយនឹងទឹកកខ្វក់ ដី ឬភក់នៅបាតទន្លេនៅអំឡុងពេលសកម្មភាពប្រភេទនេះទេ។

## វាក៏មានសុវត្ថិភាពផងដែរក្នុងការទៅនេសាទត្រី ហើយដោះលែងត្រីដោយគ្មានគ្រោះថ្នាក់ត្រឡប់ទៅក្នុងទន្លេវិញ។

**មិនត្រូវហែលទឹក ឬដើរលុយទឹកចូលទៅក្នុងទន្លេ Neponset River ទេ។**

ជួនកាល នៅពេលដែលមនុស្សកំពុងហែលទឹក ពួកគេអាចលេបទឹកបន្តិចបន្តួចដោយចៃដន្យ ហើយទឹកនៅក្នុងទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោម អាចនឹងបំពុលដោយសារធាតុគីមី ដែលអាចនឹងមានគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាព របស់អ្នក។ វាក៏អាចនឹងមាននូវបាក់តេរីដែលមានគ្រោះថ្នាក់កម្រិតខ្ពស់ ជាពិសេសក្រោយពេលព្យុះដែលមានភ្លៀងធ្លាក់ ច្រើន។ បាក់តេរីទាំងនេះ អាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើលេបពួកវាចូល។

នៅពេលកំពុងហែលទឹក និងដើរលុយទឹក មនុស្សអាចនឹងប៉ះត្រូវដីនិងភក់នៅបាតទន្លេ ឬនៅតាមបណ្តោយឆ្នេរទន្លេ។ នេះអាចនឹងមានគ្រោះថ្នាក់ដោយសារតែភក់នៅក្នុងការលាតសន្ធឹងនៃទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោម សារធាតុគីមីកម្រិតខ្ពស់។ ដីនៅក្នុងតំបន់មួយចំនួននៅតាមដងទន្លេ ក៏អាចបំពុលដោយសារធាតុគីមី។

## ជំហាននានាដើម្បីកាត់បន្ថយជាអតិបរមាប្រឈមនឹងសារធាតុគីមីនៅក្នុងដីនៅក្នុងទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោម៖

* ពាក់ស្បែកជើងដើម្បីកុំឲ្យជើងរបស់អ្នកប៉ះតំបន់ដែលមានភក់ឬដីទទេ
* សម្អាតភក់/ដីពីស្បែកជើងមុនពេលចាកចេញពីតំបន់ដងទន្លេ ដើម្បីបង្ការកុំឲ្យនាំយកភក់និងដីទៅក្នុងរថយន្តឬផ្ទះ។
* លាងសម្អាតជើងដែលពួកគេប៉ះត្រូវភក់ឬដីទទេ
* លាងសម្អាតដៃក្រោយប៉ះត្រូវភក់ឬដី ជាពិសេសមុនពេលបរិភោគដើម្បីកុំឲ្យអ្នកលេបចូលនូវភក់ឬដីដោយចៃដន្យ
* ចៀសវាងការអង្គុយ ឬលេងនៅលើដីទទេឬភក់នៅតាមឆ្នេរទន្លេ
* ពិនិត្យមើលកុមារតូចៗដើម្បីបង្ការកុំឲ្យលេបភក់ឬដី
* ចងឆ្កែ និងទុកវាឲ្យឆ្ងាយពីដងទន្លេ និងកន្លែងមានភក់នៃឆ្នេរទន្លេ

## តើមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើប៉ះត្រូវទឹកពីទន្លេ Neponset River ផ្នែកខាងក្រោម នៅពេលកំពុងជិះទូក ឬនេសាទត្រី?

ការប៉ះទឹកនៅពេលកំពុងជិះទូក អុំទូក ចែវទូកកាយ៉ាក ឬនេសាទត្រី គឺមិនអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាពរបស់អ្នកទេ។ បរិមាណសារធាតុគីមី នៅក្នុងទឹកទន្លេត្រូវបានរំពឹងថានឹងមានតិចជាងបរិមាណនៅក្នុងខ្លួនត្រីឬភក់នៅបាតទន្លេ។ ម្យ៉ាងទៀត បរិមាណសារធាតុគីមីដែលអ្នកអាចនឹង ត្រូវប្រឈមពីការប៉ះទឹក គឺមានចំនួនតិចជាងបរិមាណដែលអ្នកអាចនឹងត្រូវប្រឈមពីការលេបទឹកចូលដោយចៃដន្យនៅពេលកំពុងហែលទឹក។

ទោះបីជាអាចនឹងមានបាក់តេរីនៅក្នុងទឹកយ៉ាងណាក្តី បាក់តេរីគឺមានគ្រោះថ្នាក់បំផុតនៅពេលដែលបានលេបចូល។ គ្រាន់តែលាងដៃរបស់អ្នក ក្រោយប៉ះត្រូវទឹកប៉ុណ្ណោះ នឹងកាន់បន្ថយឱកាសដែលបាក់តេរីត្រូវបានលេបចូល ឬបន្តស្ថិតនៅលើរបួសចំហមុខលើស្បែករបស់អ្នក។

# ប្រភពព័ត៌មានបន្ថែម

## ទីភ្នាក់ងារសម្រាប់បញ្ជីសារធាតុពុល និងជំងឺ – តំបន់ 1

Tarah S. Somers (617) 918-1493

[tvs4@cdc.gov](mailto:tvs4@cdc.gov)

## ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន – តំបន់ 1

Natalie Burgo (617) 918-1331

[burgo.natalie@epa.gov](mailto:burgo.natalie@epa.gov)

ZaNetta Purnell (617) 918-1306

[purnell.zanetta@epa.gov](mailto:purnell.zanetta@epa.gov)

## ក្រសួងការពារបរិស្ថានរដ្ឋម៉ាសាជូសេត

Jennifer McWeeney (617) 654-6560

[jennifer.mcweeney@mass.gov](mailto:jennifer.mcweeney@mass.gov)

## ក្រសួងអភិរក្ស និងការកម្សាន្តនៃរដ្ឋម៉ាសាជូសេត

Robert Lowell 508-509-1757

[robert.lowell@mass.gov](mailto:robert.lowell@mass.gov)

Kevin Thibeault (617) 727-5290

[Kevin.Thibeault@mass.gov](mailto:Kevin.Thibeault@mass.gov)



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់៖  
[epa.gov/superfund/lowerneponset](https://cumulis.epa.gov/supercpad/cursites/csitinfo.cfm?id=0102204)

ចុច ឬស្គែនកូដ QR ៖

## ភាគីពាក់ព័ន្ធនៅតាមមូលដ្ឋាន

**គណៈកម្មការសុខភាពសាធារណៈទីក្រុង Boston**

617-534-5395

[info@BPHC.org](mailto:info@BPHC.org)

## សមាគម Neponset River Watershed Association

Andres Ripley

(781) 575-0354, x301

[ripley@neponset.org](mailto:ripley@neponset.org)

**ខែមិថុនា ឆ្នាំ2022**

**ក្រសួងសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋម៉ាសាជូសេត ការិយាល័យសុខភាពបរិស្ថាន កម្មវិធីសិក្សាពីជាតិពុលក្នុងបរិស្ថាន**

250 Washington Street

Boston, MA 02108

ទូរសព្ទ៖ 617-624-5757 | TTY: 617-624-5286

[www.mass.gov/dph/environmental\_health](http://www.mass.gov/dph/environmental_health)