



PFAS

ສານເຄມີຕົກຄ້າງແມ່ນຫຍັງ?

ສານ Per- ແລະ ໂພລີຟລູໂລອໍລະຄິດ (polyfluoroalkyl) (PFAS)

ແມ່ນສານເຄມີທີ່ມະນຸດສ້າງຂຶ້ນ ແລະ ນຳໃຊ້ໃນຫຼາຍອຸດສາຫະກຳ ເພື່ອຜະລິດວັດຖຸກັນນ້ຳ, ບໍ່ຕິດ ແລະ ປ້ອງກັນຮອຍເປື້ອນ. ບາງຕົວຢ່າງຂອງວັດສະດຸທີ່ອາດມີ PFAS ລວມມີໂຟມດັບເພີງ, ຜ້າພົມ, ເຄື່ອງເພີນີເຈີ, ເຄື່ອງນຸ່ງກັນນ້ຳ ແລະ ກ່ອງແພດອາຫານບາງຊະນິດ. ສານເຄມີເຫຼົ່ານີ້ມັກຈະຖືກອະທິບາຍວ່າເປັນ "ສານເຄມີຕົກຄ້າງ" ເພາະວ່າພວກມັນບໍ່ຖືກທຳລາຍຕາມເວລາ ແລະ ສາມາດສ້າງຂຶ້ນໃນສະພາບແວດລ້ອມ ແລະ ຮ່າງກາຍຂອງພວກເຮົາ.

ຂ້ອຍຈະເຮັດແນວໃດເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການໄດ້ຮັບ PFAS?

PFAS ມີຢູ່ໃນຜະລິດຕະພັນອາຫານບາງຊະນິດ ແລະ ໃນສະພາບແວດລ້ອມຫຼາຍບ່ອນ. ດັ່ງນັ້ນ, ທ່ານອາດຈະບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນການໄດ້ຮັບ PFAS ທັງໝົດໄດ້. ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ຖ້າທ່ານເປັນຫວັງຕໍ່ກັບການໄດ້ຮັບ PFAS, ມັນກໍ່ມີບາງຂັ້ນຕອນທີ່ທ່ານສາມາດປະຕິບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການໄດ້ຮັບຂອງທ່ານ.

ຖ້ານ້ຳດື່ມຂອງທ່ານມີ PFAS, ໃຫ້ພິຈາລະນານຳໃຊ້ແຫຼ່ງນ້ຳອື່ນແທນ ຫຼື ບຳບັດນ້ຳດື່ມ, ນ້ຳທີ່ໃຊ້ແຕ່ງອາຫານ, ນ້ຳທີ່ໃຊ້ຊຸດແຂ້ວ ແລະ ການກະກຽມປຸງແຕ່ງນົມຜົງເດັກອ່ອນ. ເພື່ອຊອກຫາວ່ານ້ຳດື່ມຂອງທ່ານໄດ້ມີການທົດສອບສຳລັບ PFAS, ໃຫ້ກວດເບິ່ງ ບົດລາຍງານຄວາມໝັ້ນໃຈຜູ້ບໍລິໂພກ ປະຈຳປີຂອງທ່ານ ຫຼື ຕິດຕໍ່ກັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການນ້ຳຂອງທ່ານ (ຜູ້ທີ່ທ່ານຈ່າຍຄ່ານ້ຳ). ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຕັກໂນໂລຊີການບຳບັດນ້ຳ PFAS ສາມາດເບິ່ງໄດ້ [ທີ່ນີ້](#).

ອ່ານປ້າຍຊີ້ອະທິບາຍຂອງຜະລິດຕະພັນສຳລັບຜູ້ບໍລິໂພກ ແລະ ຫຼີກລ້ຽງການນຳໃຊ້ຜະລິດຕະພັນທີ່ມີ PFAS. ຫຼີກລ້ຽງຜະລິດຕະພັນທີ່ມີສ່ວນປະກອບຂອງ PTFE ຫຼື ສ່ວນປະກອບ "ຟລູໂຣ (fluoro)" ອື່ນ ໆ ທີ່ລະບຸໄວ້ໃນປ້າຍຊີ້ອະທິບາຍ ໃຫ້ຫຼີກລ້ຽງການຫໍ່ອາຫານດ້ວຍເຈ້ຍທີ່ມີໄຂມັນ ແລະ ກັນນ້ຳ. ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນໜຶ່ງຂອງຜະລິດຕະພັນທີ່ມີ PFAS ສາມາດອ່ານໄດ້ [ທີ່ນີ້](#).

ຂ້ອຍຈະຮູ້ວ່າຂ້ອຍຮັບ PFAS ໄດ້ແນວໃດ?

ອາຫານ



PFAS ສາມາດເຂົ້າໄປໃນອາຫານໄດ້ໂດຍຜ່ານການສຳຜັດຈາກ ການຫຸ້ມຫໍ່ອາຫານບາງປະເພດ ແລະ PFAS ທີ່ຊຸດໂຊມຈະມີຢູ່ໃນເຄື່ອງປຸງອາຫານ. PFAS ອາດສະສົມຢູ່ໃນປາ ແລະ ຫອຍທີ່ອາໄສຢູ່ໃນນ້ຳເປື້ອນ ແລະ ໃນໝາກໄມ້ ຫຼື ຜັກທີ່ປູກໃນນ້ຳເປື້ອນ.

ນ້ຳດື່ມທີ່ບິນເປື້ອນ



ນ້ຳດື່ມທີ່ບິນເປື້ອນປະກອບມີ PFAS ແມ່ນແຫຼ່ງທີ່ໄປທີ່ພົບເຫັນ PFAS. ກໍລະນີຂອງນ້ຳດື່ມທີ່ບິນເປື້ອນໃນສະຫະລັດ ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນເກີນຂອງສິ່ງບິນເປື້ອນຈາກສະຖານທີ່ຝັກຊັອມດັບເພີງ, ການປະຕິບັດວຽກທາງທະຫານ ຫຼື ໂຮງງານຜະລິດ.

ຜະລິດຕະພັນໃນຄົວເຮືອນ ແລະ ວັດສະດຸກໍ່ສ້າງ



ຜະລິດຕະພັນສ່ວນຕົວ ແລະ ຄົວເຮືອນຈຳນວນຫຼາຍຈະປະກອບມີ PFAS ແລະ ການນຳໃຊ້ອາດສ້າງສະຖານະພາບທີ່ເຮັດໃຫ້ມີການກິນເຂົ້າໄປ ຫຼື ຫາຍໃຈເຂົ້າໂດຍບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈ. PFAS ພົບຢູ່ໃນສານເຄືອບປ້ອງກັນຮອຍເປື້ອນທີ່ໃຊ້ໃນຜ້າພົມ, ຜ້າປູ, ແລະ ຜ້າອື່ນ ໆ, ເຄື່ອງນຸ່ງກັນນ້ຳ, ສິນຄ້າທຳຄວາມສະອາດ, ສິນຄ້າເພື່ອຮັກສາຕົນເອງ (ແຊມພູ, ໄໝຂັດແຂ້ວ) ແລະ ເຄື່ອງສຳອາງ (ຢາທາເລັບ, ເຄື່ອງສຳອາງຕາ), ສີທາ, ເຄືອບເງິນ ແລະ ສານລະລາຍ.

ຂີ້ຝຸ່ນທີ່ບິນເປື້ອນ



ຂີ້ຝຸ່ນສາມາດບິນເປື້ອນກັບ PFAS ຈາກການທຳລາຍວັດສະດຸກໍ່ສ້າງ ຫຼື ຜະລິດຕະພັນທີ່ມີ PFAS. ຫຼັງຈາກນັ້ນ, ຄົນຈະດູດກິນຂີ້ຝຸ່ນນີ້ໂດຍບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈໃນເວລາທີ່ຕິດຢູ່ໃນມື, ຖ້ວຍ ຫຼື ເຄື່ອງຫຼິ້ນຂອງເຂົາເຈົ້າ. ອັນນີ້ເປັນຫວັງສະເພາະສຳລັບເດັກນ້ອຍທີ່ມັກເອົາວັດຖຸ ຫຼື ມີໃສ່ປາກເລື້ອຍ ໆ.

ໃນການສຳຫຼວດສຸຂະພາບ ແລະ ໂພຊະນາການແຫ່ງຊາດ (NHANES) ທົດສອບເລືອດຂອງອາສາສະໝັກໃນປີ 2016, ເຂົາເຈົ້າໄດ້ສະຫຼຸບວ່າ 98% ຂອງຊາວອາເມຣິກັນໄດ້ກວດພົບເຫັນ PFAS ໃນເລືອດ. PFAS ຍັງໄດ້ຖືກພົບເຫັນຢູ່ໃນເຕົ້າທະເລ, ປາວານ, ປາໂລມາ ແລະ ແມວນ້ຳຮາວາຍ ໃນທົ່ວເກາະ Hawaii.



ລະດັບຄຳແນະນຳຕໍ່ສຸຂະພາບໃນການ ດຳລົງຊີວິດຂອງນ້ຳດື່ມຂອງ EPA ໃນເດືອນ ມິຖຸນາ 2022 ແມ່ນຫຍັງ?

ການໃຫ້ຄຳປຶກສາດ້ານສຸຂະພາບໃນການດຳລົງຊີວິດຂອງ EPA ແມ່ນໄດ້ກຳນົດລະດັບເພື່ອປົກປ້ອງຄົນທັງໝົດ, ລວມທັງປະຊາກອນທີ່ລະອຽດອ່ອນ ແລະ ໄລຍະຊີວິດ, ຈາກຜົນກະທົບທາງລົບຕໍ່ສຸຂະພາບທີ່ເປັນຜົນມາຈາກການໄດ້ຮັບ PFAS ບາງຢ່າງໃນນ້ຳດື່ມໃນແຕ່ລະມື້ຂອງການດຳລົງຊີວິດ. ລະດັບເຫຼົ່ານີ້ຍັງຄຳນຶງເຖິງແຫຼ່ງອື່ນ ໆ ທີ່ມີທ່າແຮງໃນການໄດ້ຮັບ PFAS ນອກເໜືອຈາກນ້ຳດື່ມ (ເຊັ່ນ: ອາຫານ, ອາກາດ, ຜະລິດຕະພັນບໍລິໂພກ ແລະ ອື່ນ ໆ).

ໃນເດືອນມິຖຸນາ 2022, EPA ໄດ້ເຜີຍແຜ່ລະດັບຄຳແນະນຳຊົ່ວຄາວດ້ານສຸຂະພາບໃນຊີວິດຂອງນ້ຳດື່ມ ທີ່ມີສານເຄມີ PFAS ສອງຊະນິດ (PFOS ແລະ PFOA). ລະດັບການປັບປຸງນີ້ແມ່ນຕໍ່າກວ່າລະດັບຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບກ່ອນໜ້າຂອງ EPA ສຳລັບ PFOS ແລະ PFOA ແລະ ການປະເມີນຜົນດ້ານວິທະຍາສາດທີ່ຢູ່ເບື້ອງຫຼັງ ເພື່ອຫາລະດັບໃໝ່ແມ່ນກຳລັງດຳເນີນຢູ່. EPA ຍັງໄດ້ເປີດເຜີຍລະດັບຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບໃນຊີວິດຂອງນ້ຳດື່ມສຳລັບສານເຄມີ PFAS ສອງຊະນິດຕື່ມອີກ: PFBS ແລະ GEN-X (ຍັງເອີ້ນວ່າ: HFPO). ການຕີລາຄາຜົນການທົດລອງສຳລັບ PFOA ແລະ PFOS ແມ່ນມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກເພາະວ່າລະດັບຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນຕໍ່າກວ່າລະດັບທີ່ໄດ້ທົດລອງທີ່ສາມາດກວດພົບສານເຄມີເຫຼົ່ານີ້.

ລະດັບການໃຫ້ຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບໃນຊີວິດໃໝ່ຂອງ EPA, ວັດແທກເປັນສັດສ່ວນຕໍ່ພັນຕີ້ (ppt):

- ຄຳແນະນຳສຸຂະພາບຊົ່ວຄາວທີ່ປັບປຸງສຳລັບ PFOA = 0.004 ppt
- ຄຳແນະນຳສຸຂະພາບຊົ່ວຄາວທີ່ປັບປຸງສຳລັບ PFOS = 0.02 ppt
- ຄຳແນະນຳສຸຂະພາບສຸດທ້າຍສຳລັບສານເຄມີ GenX = 10 ppt
- ຄຳແນະນຳສຸຂະພາບສຸດທ້າຍສຳລັບ PFBS = 2,000 ppt

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບຄຳແນະນຳສຸຂະພາບນ້ຳດື່ມ PFAS ຂອງ EPA ສຳລັບ PFOA, PFOS, GEN X, ແລະ PFBS, ກະລຸນາເຂົ້າເບິ່ງ: [ຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບ: ການໃຫ້ຄຳປຶກສາສຸຂະພາບຂອງນ້ຳດື່ມສຳລັບ PFOA, PFOS, ສານເຄມີ GenX ແລະ PFBS](#)



**ສະແກນເພື່ອອ່ານຂໍ້ມູນ
ເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ
PFAS**

ຜົນກະທົບດ້ານສິ່ງແວດລ້ອມ ແລະ ສຸຂະພາບ ຂອງມະນຸດຈາກການໄດ້ຮັບ PFAS ແມ່ນ ຫຍັງ?

ເຖິງແມ່ນວ່າສານເຄມີ PFAS ມີຫຼາຍພັນຊະນິດ, ມີຈຳນວນໜ້ອຍເທົ່ານັ້ນທີ່ໄດ້ຮັບການປະເມີນວ່າ ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງມະນຸດ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ. ນອກຈາກນັ້ນ, ສ່ວນໜ້ອຍແມ່ນຮູ້ດີວ່າມີຄວາມສ່ຽງດ້ານສຸຂະພາບ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມໃນການໄດ້ຮັບທີ່ມີການປະສົມຂອງສານເຄມີເຫຼົ່ານີ້.

ການໄດ້ຮັບປະລິມານ PFAS ທີ່ແຕກຕ່າງກັນອາດຈະສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບລະດັບທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ເຖິງວ່າການຄົ້ນຄວ້າຍັງມີຄວາມຈຳເປັນຫຼາຍ, ການຄົ້ນຄວ້າທີ່ຕິດພັນກັບມະນຸດຊື່ໃຫ້ເຫັນວ່າລະດັບ PFAS ສູງ ອາດຈະນຳໄປສູ່ອາການດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ລະດັບໄຂ່ມັນ (cholesterol) ເພີ່ມຂຶ້ນ
- ການປ່ຽນແປງຂອງເອນໄຊ (enzymes) ໃນຕັບ
- ການປ່ຽນແປງຂອງລະບົບພູມຕ້ານທານ ແລະ ການຫຼຸດລົງໃນການຕອບໂຕ້ກັບການສັກຢາວັກຊີນ
- ເພີ່ມຄວາມສ່ຽງຕໍ່ຄວາມດັນເລືອດສູງ ຫຼື ເປັນພະຍາດເລືອດຈາງ (pre-eclampsia) ໃນແມ່ຍິງຖືພາ
- ການພັດທະນາໃນເດັກນ້ອຍຊັກຊ້າ ແລະ ນ້ຳໜັກຂອງເດັກເກີດໃໝ່ຫຼຸດລົງ.
- ເພີ່ມຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນມະເຮັງຕ່ອມລູກໝາກ ຫຼື ໄຂ່ຫຼັງ

ຂ້ອຍສາມາດຊອກຫາຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ PFAS ໄດ້ຢູ່ໃສ?

[ເວັບໄຊທ໌ DOH PFAS](#)

[ອົງການ CDC ສຳລັບສານພິດ ແລະ ການລົງທະບຽນພະຍາດ \(ATSDR\) PFAS ແລະ ເວັບໄຊທ໌ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.](#)

[ເວັບໄຊທ໌ PFAS ຂອງ EPA](#)

[ຄຳແນະນຳສຸຂະພາບນ້ຳດື່ມຢູ່ເວັບໄຊທ໌ PFAS ຂອງ EPA ໃນເດືອນ ມິຖຸນາ 2022](#)

[ສູນ PFAS ຂອງ ສະຖາບັນນະໂຍບາຍວິທະຍາສາດສີຂຽວ ການແລກປ່ຽນ PFAS ຂອງ ສະຖາບັນ Silent Spring](#)