



## **Bảng thông tin về chủ sở hữu thị trường ô nhiễm cá (FCEC) Các thực tế cho các chủ thị trường về ô nhiễm cá**

- Các hóa chất có hại đã được tìm thấy trong cá đánh bắt ngoài khơi bờ biển địa phương của các quận Los Angeles và Orange. Những hóa chất này - được gọi là DDTs và PCBs - gây ra nguy cơ sức khỏe cho những người thường xuyên ăn cá bị ô nhiễm.
- Bất kỳ ai ăn những loại cá này thường xuyên đều có nguy cơ gặp các vấn đề sức khỏe, bao gồm ung thư, bệnh gan và các vấn đề khác với hệ thống miễn dịch và nội tiết. Phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ và trẻ em nhạy cảm hơn với các hóa chất độc hại và cần đặc biệt cẩn thận để tránh cá bị ô nhiễm.
  - Đặc biệt, hàm lượng cao DDTs và PCBs được tìm thấy trong cá đù trắng (còn gọi là cá vua hoặc cá sấu) được đánh bắt quanh Bán đảo Palos Verdes.
  - Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng cá đù trắng bị ô nhiễm đang được bán ở các chợ địa phương.
    - Để bảo vệ bản thân và khách hàng của bạn, bạn không được kinh doanh với những người câu cá thể thao đang bán cá bất hợp pháp.
- Chủ chợ có thể thực hiện các bước sau để giúp đảm bảo bạn đang bán cá không bị ô nhiễm:
  - o Hãy chắc chắn rằng bất kỳ con cá nào bạn mua đều đến từ các nguồn đã được phê duyệt, chẳng hạn như các nhà bán buôn, người môi giới hoặc ngư dân thương mại được cấp phép, những người được đào tạo để đánh bắt cá ở các khu vực an toàn.
  - o Biết nơi các nhà cung cấp của bạn đang đánh bắt cá của họ.
  - o Lưu giữ và nộp tất cả các hóa đơn khi mua cá.
- Để giảm phơi nhiễm với DDTs và PCBs khi ăn cá đánh bắt tại địa phương, người tiêu dùng phải thực hiện các biện pháp phòng ngừa sau:
  - o Chỉ ăn phần phi lê. Chỉ sử dụng phi lê khi nấu súp.
  - o Trước khi nấu, hãy loại bỏ và vứt bỏ đầu, ruột, thận, gan và các bộ phận nhiều mỡ như da và bụng.
  - o Nướng, nướng, hấp hoặc nướng cá, để nước béo chảy ra.

*Những lời khuyên này được cung cấp bởi Tổ chức Giáo dục Ô nhiễm Cá (FCEC), một dự án giáo dục và tiếp cận cộng đồng thuộc Cơ quan Bảo vệ Môi trường Hoa Kỳ (US-EPA). Để biết thêm thông tin về nguy cơ ô nhiễm cá và các cách bạn có thể đảm bảo an toàn cho mình, hãy truy cập [www.pvsfish.org](http://www.pvsfish.org).*