

Najnowsze zalecenia

health.ny.gov/fish

**ZAWIERA
MAPĘ**

Hudson River

**Zalecenia zdrowotne
dotyczące spożywania
złowionych ryb**



Jak rozumieć te zalecenia?

Hudson River (rzeka Hudson) to akwen obfitujący w ryby słodkowodne na całej swojej długości. Atrakcyjne łowiska można znaleźć zarówno w pobliżu źródła w Adirondack, jak i w ujściu do słonowodnej zatoki Upper Bay, która jest położona w granicach miasta Nowy Jork. Rzeka jest też znana jako siedlisko ryb z gatunku striped bass. Niestety rzeka Hudson River jest zanieczyszczona związkami chemicznymi z grupy polichlorowanych bifenyli (PCB). Jedzenie ryb złowionych w rzece Hudson River może być ryzykowne, ponieważ zawartość PCB w rybach bywa kilka tysięcy razy większa niż w samej wodzie. Jeśli chcesz jeść złowione ryby, nie narażając się na ryzyko związane ze spożywaniem szkodliwych związków chemicznych, postępuj zgodnie z poniższymi zaleceniami.

Populacja docelowa



Osoby, które mogą zajść w ciążę (w wieku poniżej 50 lat), oraz dzieci poniżej 15. roku życia powinny unikać spożywania jakichkolwiek ryb złowionych w rzece Hudson River. W naszych tabelach z zaleceniami są one określane terminem „populacja wrażliwa”.

Związki chemiczne zawarte w rybach mogą mieć znaczący wpływ na rozwój dzieci i niemowląt. Wiele z tych związków może utrzymywać się w organizmie człowieka przez dziesięciolecia. U dzieci urodzonych przez osoby spożywające ryby z dużą zawartością zanieczyszczeń występuje zwiększone ryzyko zaburzeń rozwojowo-poznawczych. Niektóre związki chemiczne mogą być również przekazywane dzieciom z mlekiem matki.



W przypadku pozostałej części populacji ryzyko dla zdrowia w związku ze spożywaniem ryb może być mniejsze. W naszych tabelach z zaleceniami osoby należące do tej grupy są określane terminem „populacja ogólna”.

Gatunek ryby



W przypadku każdego gatunku ryb obowiązują inne zalecenia dotyczące bezpiecznej ilości do spożycia.

Niektóre gatunki ryb mają wyższą zawartość związków chemicznych niż inne, nawet jeśli zostały złowione w tych samych wodach. Mniejsze ryby mają zwykle niższą zawartość takich substancji jak rtęć czy PCB niż większe, starsze ryby należące do tego samego gatunku.

Miejsce złowienia



Zalecenia dotyczące spożywania ryb złowionych w rzece Hudson River zależą od miejsca połowu. Najwięcej PCB występuje w górnym biegu rzeki (Upper Hudson) między Hudson Falls a Troy. Ryb złowionych na tym odcinku nie wolno zabierać ani zatrzymywać, co oznacza, że po złowieniu należy je wypuścić. **Zasadniczo ryby złowione w dolnym biegu rzeki (Lower Hudson), czyli na południe od Catskill, zawierają mniej szkodliwych związków chemicznych.** Wędkarze należący do populacji ogólnej, którzy zamierzają spożywać złowione ryby z gatunku striped bass, powinni łowić właśnie w Lower Hudson (między mostem Rip Van Winkle Bridge w Catskill a NYC Battery), gdzie ryby są mniej narażone na skażenie.

Dopływy i inne miejsca do łowienia

Zalecenia dotyczące połowów w rzece Hudson River dotyczą również dopływów i akwenów połączonych — jeśli nie ma tam zapór, wodospadów lub innych przeszkód uniemożliwiających rybom przemieszczanie się w górę rzeki. Chodzi o to, że związki chemiczne pozostają w rybach, gdy przemieszczają się one z jednego akwenu do drugiego.

Dostępne są szczegółowe mapy z zaleceniami zdrowotnymi dotyczącymi ogólnodostępnych akwenów w wielu hrabstwach. Poszczególne akweny zostały tam oznaczone kolorami odpowiadającymi zaleceniom ogólnostanowym, regionalnym (Catskill i Adirondack) i specjalnym. Na mapach widać też obszary dopływów, na których obowiązują określone zalecenia. Wystarczy więc rzut oka, aby sprawdzić, czy w danym akwenu można łowić ryby nadające się do spożycia. Mapy są dostępne w wersji online tutaj:

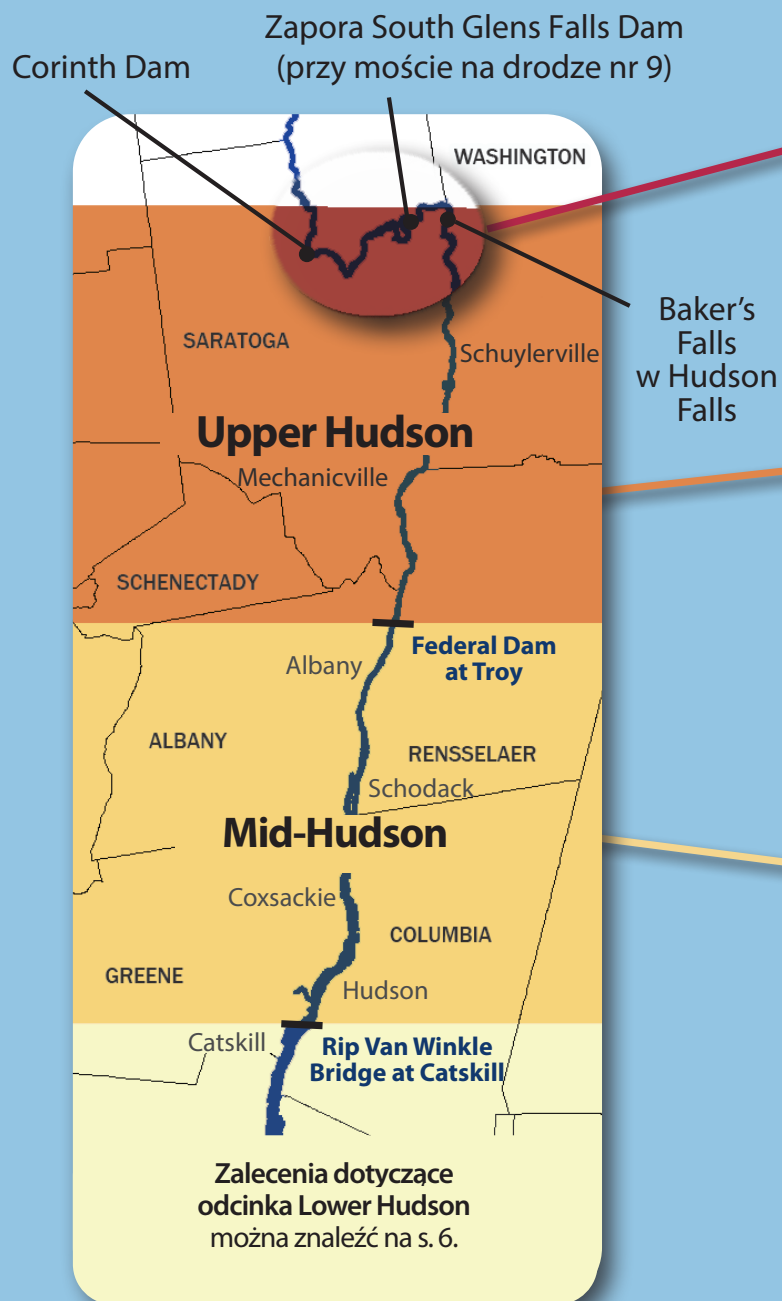
www.health.ny.gov/fish/maps.htm.



1 danie rybne



8-uncyjowy filet



Przed zaporą South Glens Falls Dam

Zalecenia można znaleźć na stronie www.health.ny.gov/fish oraz w sekcji tej broszury poświęconej północnej części Hudson River.

Upper Hudson

Między zaporą South Glens Falls Dam a zaporą Federal Dam w Troy

Nie należy spożywać ryb złowionych w rzece Hudson River między zaporą South Glens Falls Dam a zaporą Federal Dam w Troy.

Na odcinku między Baker's Falls a zaporą Federal Dam w Troy obowiązuje nakaz wypuszczania złowionych ryb wprowadzony przez Wydział Ochrony Środowiska Stanu Nowy Jork (New York State Department of Environmental Conservation, NYS DEC).

**Nie wolno zabierać złowionych ryb.
Nie wolno spożywać złowionych ryb.**

Mid-Hudson

Między zaporą Federal Dam w Troy a mostem Rip Van Winkle Bridge w Catskill



Populacja ogólna



Populacja wrażliwa



Alewife



Blueback herring



Rock bass



Yellow perch

1
danie na miesiąc

0
NIE NALEŻY
SPOŻYWAĆ

Wszystkie pozostałe ryby złowione na odcinku Mid-Hudson (w tym striped bass i walleye)

0
NIE NALEŻY
SPOŻYWAĆ

0
NIE NALEŻY
SPOŻYWAĆ

Termin „populacja wrażliwa” odnosi się do osób, które mogą zajść w ciążę (w wieku poniżej 50 lat), oraz dzieci poniżej 15. roku życia. Pozostałe osoby określa się terminem „populacja ogólna”.



Lower Hudson			 Populacja ogólna	 Populacja wrażliwa
Między mostem Rip Van Winkle Bridge w Catskill a NYC Battery				
 Brown trout	 Rainbow trout	 Yellow perch	4 dania na miesiąc	0 NIE NALEŻY SPOŻYWAĆ
 Bluegill	 Pumpkinseed/Sunfish	 Black crappie		
 White sucker	 Rock bass	pozostałe niewymienione gatunki ryb		
 Striped bass	 Smallmouth bass	 Largemouth bass	1 danie na miesiąc	0 NIE NALEŻY SPOŻYWAĆ
 Bluefish	 Brown bullhead	 White perch		
 Goldfish	 Carp	 Freshwater drum		
 Rainbow smelt	 Chain pickerel	 Atlantic needlefish		
 Northern pike				
 Blue crab	Nie należy spożywać wątrobotrzustki (nazywanej też „zieloną substancją”, „musztardą” itp.) ani wykorzystywać wody po gotowaniu.		6 krabów na tydzień	0 NIE NALEŻY SPOŻYWAĆ
 Walleye	 White catfish	 Channel catfish	0 NIE NALEŻY SPOŻYWAĆ	0 NIE NALEŻY SPOŻYWAĆ
 American eel*	 Gizzard shad			
* Przepisy DEC zabraniają połowów gatunku American eel w rzece Hudson River w celach spożywczych.				

Termin „populacja wrażliwa” odnosi się do osób, które mogą zająć w ciąży (w wieku poniżej 50 lat), oraz dzieci poniżej 15. roku życia. Pozostałe osoby określa się terminem „populacja ogólna”.

Projekt pomocy w zakresie zaleceń dotyczących ryb z rzeki Hudson River

W ramach prowadzonego przez Wydział Zdrowia Stanu Nowy Jork (New York State Department of Health, NYS DOH) Projektu pomocy w zakresie zaleceń dotyczących ryb z rzeki Hudson River wędkarze (i nie tylko) zamierający spożywać ryby złowione w rzece Hudson River mogą uzyskać informacje o obowiązujących zaleceniach i ostrzeżeniach.

Więcej informacji na temat tego projektu:

www.health.ny.gov/hudsonriverfish

Zalecenia dotyczące spożywania ryb w stanie Nowy Jork

www.health.ny.gov/fish

(518) 402-7530 lub 1-800-458-1158

HRFA@health.ny.gov

Szczegółowe mapy połowowe z podziałem na hrabstwa:

www.health.ny.gov/fish/maps.htm

Wędkowanie w stanie Nowy Jork

Wydział Ochrony Środowiska

Strona: dec.ny.gov/things-to-do/freshwater-fishing; tel.: (518) 402-8920

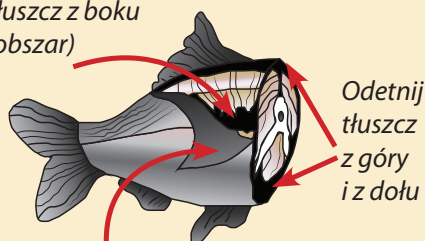
Ryby w sklepach i restauracjach

Strona: www.fda.gov/fishadvice lub www.epa.gov/fishadvice

Odcinając tłuszcz, odcinasz PCB

Możesz obniżyć zawartość PCB o niemal połowę, wykonując następujące czynności.

Odetnij tłuszcz z boku
(ciemny obszar)



Zdejmij skórę

- Okrojoną w pokazany sposób rybę należy smażyć lub piec na ruszcie albo w piekarniku, umożliwiając ściekanie tłuszczu.
- Nie należy smażyć ryby na patelni ani używać płynów, które wydzieliły się podczas obróbki termicznej, do przygotowania wywaru lub sosu.

Nie spożywaj „zielonej substancji”
(wątrobotrzustki) z krabów i nie wykorzystuj
wody po gotowaniu.

