

هل أنتِ حامل أو تخططين للحمل؟

تأكدى من أن منزلك آمن من الرصاص

يمكن أن يسبب التسمم بالرصاص مشكلات طويلة الأمد في التعلم والسلوك والسمع. وقد يؤدي أيضًا إلى تأخر اللغة والكلام ويؤثر في النجاح الأكاديمي في المدرسة.

بصفتك حاملًا أو من الوالدين الجدد، هناك خطوات يمكنك اتخاذها للحفاظ على صحة طفلك وجعل منزلك آمنًا من الرصاص. في ولاية مين، يُعد طلاء الرصاص والغبار الناتج عنه شائعين جدًا في المباني التي بُنيت قبل عام 1978. اتبعي الإرشادات التالية لحماية عائلتك.



- اطلبي مجموعة اختبار غبار الرصاص المجانية
- جدي منزلك أو أصلحيه بأمان
- اختبري طفلك عند عمر سنة وستين
- اغسلي اليدين والأسطح بانتظام

مخاطر الرصاص

يُعد الرصاص سمًا خطيرًا ويمكن أن يكون ضارًا حتى بكميات صغيرة جدًا. ويكون أكثر خطورة على الطفل الصغير أو الجنين أثناء الحمل، لأن أدمغتهم وأجسامهم لا تزال في طور النمو، ويمكنها امتصاص الرصاص بسرعة. قد يؤدي التعرض للرصاص أيضًا إلى ارتفاع ضغط الدم في أثناء الحمل أو الإجهاض أو انخفاض وزن الطفل عند الولادة. أفضل طريقة لعلاج التسمم بالرصاص هي الوقاية منه.



مصادر الرصاص

طلاء الرصاص في المنازل هو المصدر الأكثر شيوعًا لتسمم الرصاص. إذا تعرضت له في أثناء الحمل أو أثناء الرضاعة، يمكن أن ينتقل الرصاص إلى الجنين أو الرضيع النامي. الأطفال الصغار غالبًا ما يتعرضون للرصاص من خلال استنشاق الغبار أو وضع الأشياء في أفواههم. في بعض الحالات الأقل شيوعًا، قد تتعرضين أنت وطفلك للرصاص من خلال شرب الماء من أنابيب تحتوي على الرصاص، أو من الغبار الذي يُحمل إلى المنزل من مكان العمل.



الوقاية من التعرض للرصاص وعلاجه مبكرًا: 4 خطوات

اختبري منزلك للغبار المحتوي على الرصاص قبل الحمل أو بمجرد معرفتك به: اطلب مجموعة اختبار الغبار المجانية ليتم إرسالها إلى منزلك اليوم. افترضى أن أي منزل بُني قبل عام 1978 يحتوي على طلاء رصاصي وغبار على الأسطح وفي التربة المحيطة بالمنزل.



جددي منزلك أو أصلحيه بأمان: سواء كنت مستأجرة أو مالكة للمنزل، لديك خيارات إذا اكتشفت وجود الرصاص. الأنشطة مثل الصنفرة أو التجديد يمكن أن تخلق غبار رصاص خطير، لذلك تأكدي من إجراء التجديد بطريقة آمنة للرصاص. إذا كنت حاملاً أو لديك أطفال صغار، فكري في تأجيل أعمال التجديد أو البقاء خارج الغرفة أثناء العمل. يجب أن تتم جميع أعمال التجديد بواسطة مقاول معتمد في برنامج RRP (التجديد، الإصلاح، والطلاء). هؤلاء المحترفون مدربون لحماية عائلتك من التعرض أثناء إزالة مصدر الرصاص بأمان. لمزيد من النصائح حول التجديد الآمن للرصاص، يمكنك زيارة الرابط التالي: <https://bit.ly/4mopfdX>



اصطحبي طفلك إلى الطبيب لإجراء اختبار الرصاص في الدم عند عمر سنة وستين: الطريقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كان طفلك قد تعرض للرصاص هي إجراء الاختبار. في ولاية مين، يلتزم طبيب طفلك بإجراء اختبار الرصاص عند عمر سنة واحدة ومرة ثانية عند عمر سنتين. يمكن تغطية تكلفة الاختبار بواسطة خطط التأمين أو الأموال المتاحة من مراكز السيطرة على الأمراض في مين (Maine CDC).

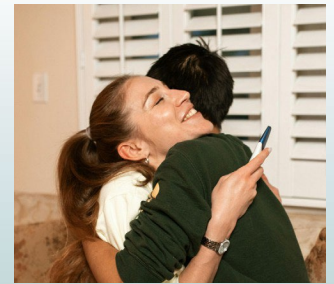


غسل اليدين والأسطح وصيانة الطلاء: احرصي على غسل اليدين بشكل متكرر لك ولعائلتك، خاصة قبل تناول الطعام. اغسلي الألعاب، الأرضيات، وجميع الأسطح أسبوعيًا باستخدام قطعة قماش مبللة. لا تسمحي لأفراد العائلة بوضع أشياء سقطت على الأرض في أفواههم أو تناولها. افحصي عتبات النوافذ، الدرج، والأسطح الأخرى التي تحتك ببعضها بحثًا عن أي تقشير، تقشر، تقشر الطلاء أو تغير لونه. تذكري الإبلاغ عن أي تقشير أو تقشر للطلاء لمالك المنزل أو المؤجر. أزيل الحطام وادهني المناطق المتضررة بالطلاء للحفاظ على السلامة.



قصة عائلة

الزوجة جايمي وزوجها كايل متحمسان للعثور على منزل أحلامهم في أوغوستا بالقرب من العائلة والعمل. وفي أثناء مراجعة مستندات الشراء، لاحظا أن المنزل بُني في أوائل السبعينيات، ما يعني أنه من المحتمل أن يحتوي على طلاء رصاصي. قررا في ذلك الوقت تجاوز فحص الرصاص عند البيع، لكنه احتفظا بالمعلومات المتعلقة بمخاطر الرصاص.



الآن، مع حمل جايمي، يريدان التأكد من خلو المنزل من الرصاص. ملأ نموذج الطلب عبر الإنترنت للحصول على مجموعة اختبار مجانية من مراكز السيطرة على الأمراض في مين (Maine CDC). وعند وصول المجموعة بالبريد، اتبعا التعليمات لمسح ثلاث مناطق في المنزل، ثم أرسلتا العينات لإجراء التحليل. بعد قرابة أسبوعين، وصلتهما النتائج عبر البريد، وتبين وجود غبار رصاص في المطبخ. حدّدا موعدًا مع فريق الرصاص من Maine CDC لمساعدتهما في تحديد مصادر الرصاص في المنزل. وجّه فريق Maine CDC العائلة حول كيفية إزالة الرصاص بأمان أثناء الحمل. جايمي وكايل يشعران الآن بأن طفلهما المستقبلي يمكن أن ينمو في منزل صحي وآمن.



maine.gov/dhhs/mecdc/

207-287-4311 أو 866-292-3474