

UUR MIYAA LEEDAHAY MISE WAXAA QORSHEYNAYSAA ILMO?

HUBI IN GURIGAAGA UU KA BADBAADO LEAD-KA.

Sumowga lead-ka wuxuu keenaa caqabado nololeed oo joogto ah xagga waxbarashada, dabeecadda, iyo maqalka. Waxay sababi kartaa dib-u-dhac dhanka luqadda iyo hadalka ah waxayna saamayn kartaa guusha waxbarasho ee dugsiiga.



Maadaama aad tahay qof uur leh ama waalid cusub, waxaa jiraan tallaabooyin aad qaadi karto si aad ilmahaaga ugu dhigto kuwo caafimaad qaba oo gurigaagana ooga dhigto mid ka badqaba lead-ka. Maine gudaheeda, rinjiga iyo boodhka lead-ka ah waa wax caadi ah oo laga helo dhismayaasha la dhisay ka hor 1978-kii. Raac tilmaamaha hoose si aad u ilaaliso qoyskaaga.

- Dalbo qalab baaris lead oo lacag la'aan ah
- Si nabad ah u dayactir
- Ilmahaaga soo baar markay jiraan 1 iyo 2 sano
- Dhaq gacmaha iyo sagxadaha



KHATARAHA LEAD-KA



Lead-ku waa sun halis ah oo waxyeello leh xitaa tiro aad u yar. Wuxuu ugu halis badan yahay ilmaha yar ama ilmaha kobcaaya ee uurka ku jira maxaa yeelay maskaxdooda iyo jirkoodu weli way korayaan, oo ay soo nuugi karaan lead-ka si degdeg ah. Soo gaarista lead-ka wuxuu sidoo kale sababi karaa dhiig-kar xilliga uurka, ilmo soo ridid, ama miisaan hooseeya oo ilmaha dhasha ah. **Daaweynta ugu fiican ee sumowga lead-ka waa kahortagga.**

ILAHA LAGA HELO LEAD-KA



Rinjiga lead-ka ah ee guryaha ku jira waa isha ugu badan ee sunta lead-ka. Haddii uu kusoo gaaro inta aad uurka leedahay ama aad ilmaha nuujinayso, wuxuu lead-ku u gudbi karaa cunuggaaga soo kobcaaya. Carruurta yaryar waxaa inta badan soo gaara lead-ka iyagoo gudaha u neefsanaya boodhka ama iyaga oo afkooda gelinaaya waxyaabaha. Marar dhif ah, adiga iyo cunuggaaga waxaa laga yaabaa in ay idinka soo gaarto lead-ka biyo la cabbo oo ka imaanaya tubooyinka lead-ka, ama boodh la keenaya guriga oo laga keenay shaqada.

KA HORTAG OO DAAWEY LEAD-KA GOOR HORE: 4 TALLAABO



Gurigaaga ka baar boodhka lead-ka intaadan uur qaadin kahor, ama Isla markaa aad ogaato: Dalbo qalab baaris boodh oo lacag la'aan ah si lagugu soo diro gurigaaga. U qaado in guri kasta oo la dhisay ka hor sanadkii 1978-kii uu leeyahay boodhka rinjiga lead-ka ah oo ku jira meelaha dushiisa iyo ciidda guriga ku wareegsan.



Si nabad ah u dayactir: Haddii aad kiro ku joogto ama leedahay gurigaaga, waxaad haysataa xulashooyin haddii aad lead ku aragto. Hawlaha dib-u-hagaajinta sida xoqista waxay abuuri karaan boodh lead oo khatar ah, marka hubi in aad dib-u-hagaajinta ku samayso hab lead-ka looga nabadgalo. Haddii aad hadda uur leedahay ama aad leedahay carruur yaryar, tixgeli inaad dib u dhigto dib-u-hagaajinada, ama inaad ka fogaato qolka inta ay hawshu socoto. Dib-u-hagaajino kasta waa in uu sameeyaa qandaraasle haysta shahaadada RRP (Dib-u-hagaajinta, Dayactirka, iyo Rinjiyeynta). Kuwaasi waa xirfadlayaal loo tababaray si ay qoyskaaga uga ilaaliyaan lead-ka iyagoo si nabadgelyo ah uga saaraya khatarta lead-ka. Booqo xiriiriyahaan si aad u hesho talooyin dheeraad ah oo ku saabsan dib-u-hagaajinada badqabka leh. <https://bit.ly/4mopfdX>



Ilmahaaga u geey dhakhtarkooda si loogu sameeyo baaritaanka lead-ka dhiiga markay jiraan da'da 1 iyo 2: Habka keliya ee lagu ogaan karo in ilmahaaga uu soo gaaray lead waa in la baaro. Maine gudaheeda, dhakhtarka ilmahaaga waxaa laga rabaa inuu leadka ka baaro marka ay jiraan 1 iyo 2 sano. Kharashka waxaa dabooli kara qorshayaasha caymiska ama lacago ay bixiso Xarunta Xakamaynta iyo Kahortagga Cudurrada ee Maine (Maine CDC).



Dhaq gacmaha iyo sagxadaha, oo ilaali rinjiga: Hubi in adiga iyo qoyskaagu aad gacmaha dhaqdaan marar badan, gaar ahaan inta iidan wax cunin. Ku dhaq alaabta lagu ciyaaro, sagxadaha, iyo dhammaan meelaha kale maro qoyan toddobaad kasta. Ha u oggolaan in qoyskaagu ay cunaan ama afkooda geliyaan waxyaabaha ku dhacay dhulka. Baar daaqaadaha hoostooda, jaranjarooyinka, iyo meelaha kale ee isku xoqma ee laga yaabo inay rinjigu ka jajaban yahay, dillaacsan yahay, diiranyahay, ama boodh ka samaysmay. Xasuusnow inaad u sheegto milkiilaha gurigaaga wixii rinji jajab ah ama diiran oo aad aragto. Ka saar jajabka oo rinjiyey meelahaas.



SHEEKADA HAL QAYS:

Jaime iyo Kyle waxay ku faraxsanaayeen inay heleen gurigii ay ku riyoonaayeen oo ku yaala Augusta, meel u dhow qoyska iyo shaqada. Markii ay eegayeen dukumiintiyada wax iibsiga, waxay arkeen in gurigooda la dhisay bilawgii 1970-yadii, taasoo la micno ahayd inay u badan tahay inuu leeyahay rinji lead ah. Waxay go'aansadeen inay ka tanaasulaan kormeerka lead-ka xilliga iibka laakiin waxay hayeen macluumaad ku saabsan khataraha lead-ka.

Hadda oo Jaime uur leedahay, waxay rabaan inay hubiyaan inaanu jirin lead. Waxay buuxiyeen foomka dalabka onleenka ah ee qalabka baaritaanka lacag la'aanta ah ee laga helo Maine CDC. Markii qalabku boostada ku yimid, waxay raaceen tilmaamihii ahaa in saddex meelood oo gurigooda ah tijaabo laga qaado, ka dibna waxay dib u direen muunadihii si loo baaro. Ku dhawaad laba toddobaad ka dib, waxay natiijadii ka heleen boostada - waxaa jirtay boodh lead ah oo lagu arkay jikadooda. Lamaanaha waxay ballan ka qabsadeen kooxda lead-ka ee Maine CDC si ay uga caawiyaan sidii loo ogaan lahaa isha ay ka imaanayso lead-ka. Kooxda Maine CDC waxay ku hagtey sidii ay si nabadgelyo ah uga saari lahaayeen lead-ka inta ay uurka leeyihiin. Jamie iyo Kyle waxay dareemayaan in ilmahooda mustaqbalka uu hadda ku kori karo guri caafimaad qaba.

maine.gov/dhhs/mecdc/

207-287-4311 ama 866-292-3474

