

التسمم بالرصاص في مرحلة الطفولة

ويمكن أن يتسبب الرصاص في تلف دائم للسمع والنمو والتطور حتى في حال تمت الإصابة به بمستويات منخفضة.



يمكن أن يصاب الأطفال بالتسمم بالرصاص عن طريق التنفس أو ابتلاع الغبار المحتوي على الرصاص

يجب عليك تحديد مصادر الرصاص الموجودة في منزلك واعمل على أزلتها.

مصادر الرصاص

الصفحة الرئيسية

يمكن أن يتواجد الرصاص في الطلاء في المنازل القديمة التي بنيت قبل عام 1978.

- الأثاث والألعاب القديمة
- المجوهرات المخصصة أو الخاصة باللعب
- التراب
- اواني القصدير أو الأواني البيوتريه - الأوعية الزجاجية من الكريستال



البضائع المستوردة

قد تحتوي العناصر التي تم اصطحبها من بلدان أخرى على الرصاص.

- الفخار المزجج
- التوابل الآسيوية واللاتينية والهندية
- الحلوى المكسيكية (تاماريندو وتشيلي)



العلاجات المنزلية

قد تحتوي بعض العلاجات المنزلية على الرصاص. وعادة ما تكون هذه العلاجات مساحيق حمراء أو برتقالية.

- العلاجات التقليدية والشعبية (غريتا، أزركون، باي-لو-أه)



مستحضرات التجميل

قد تحتوي مستحضرات التجميل المستوردة من آسيا والهند وأفريقيا على الرصاص.

- سندور، كحل، كاجال، سورما



وظائف

قد تؤدي وظائف مثل إصلاح السيارات و عمليات التنقيب والسياسة إلى زيادة تعرضك للرصاص. وقد تجلب غبار الرصاص إلى المنزل على جلدك أو ملابسك أو حذائك أو أي أشياء أخرى تعود بها من العمل إلى المنزل

- بطاريات السيارات
- خردة / أجزاء خردة
- الذخيرة



هوايات

تزيد بعض الهوايات من خطر التعرض للرصاص.

- الصيد (برصاصات من مادة الرصاص)
- صيد السمك (قطع الثقيل للشبكة)
- ألوان الرسم
- الأثاث المجدد



السفر

قد يزيد السفر خارج الولايات المتحدة من خطر التعرض لمواد تحتوي على الرصاص.

- ألعاب الأطفال
- الهدايا التذكارية
- توابل الطعام
- المجوهرات



أبقى الأوساخ والغبار الرصاص خارج المنزل مع هذه النصائح المفيدة

التنظيف



غسل اليدين



إبقاء الأحذية في الخارج



القيام بالمسح بممسحة رطبة



استخدام مكبسة كهربائية مع مصفى HEPA



غسل الألعاب

تجنب الكنس الغبار الجاف ضرب السجاجيد

يمكن أن تساعد هذه الأطعمة في خفض مستوى الرصاص لدى طفلك.

التغذية

فيتامين سي



في الطماطم والفراولة والبرتقال والبطاطس

الكالسيوم



في الحليب والجبن واللبن

الحديد



الدجاج شرائح اللحم السمك البازلاء البيض

