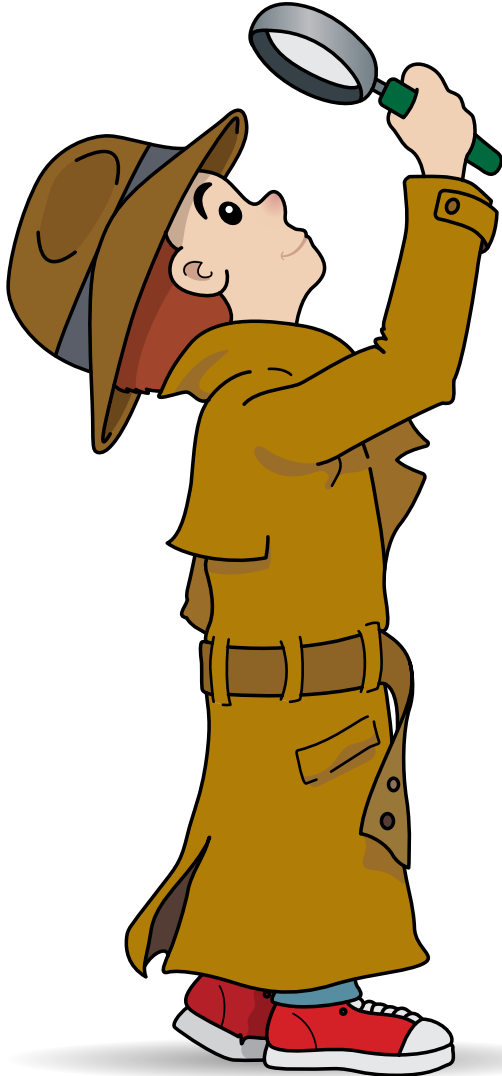


# الرصاص ابحث عن

اكتشف الأخطار الخفية  
داخل منزلك



## التغذية تصنع الفرق

- تناول وجبتين أو ثلاث وجبات صحية خفيفة يوميًا.
- يتم امتصاص نسبة أقل من الرصاص عندما تمتلئ معدة الطفل بالطعام.
- استخدم ماء الصنبور البارد في الشرب والطهي.
- قد يحتوي ماء الصنبور البارد على نسبة أقل من الرصاص مقارنة بالماء الساخن.
- اترك ماء الصنبور جاريًا لدقيقتين قبل استخدامه.
- قم بإعداد طعام الأطفال حديثي الولادة باستخدام الماء البارد.

لمزيد من المعلومات، يرجى الاتصال بـ

**1-866-4NO-LEAD**  
**(1-866-466-5323)**



www.scdhec.gov/childhoodlead

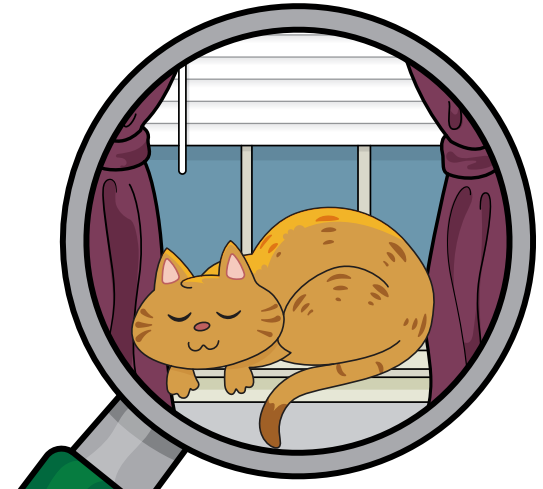
CR-012419 7/19

## ما المصادر الأخرى المحتملة للرصاص؟

قد تنقل الحيوانات الأليفة الأتربة أو الغبار الذي يحتوي على الرصاص إلى داخل المنزل. وإن كنت تعيش في منزل قديم وتنام الحيوانات الأليفة على حافة النافذة داخل سقيفة المنزل أو أسفله أو بجانب المنزل أو خارج الجراج، قد تحمل الأتربة أو الغبار إلى داخل المنزل وإلى المنطقة التي يوجد بها الطفل. ويمكنك المساعدة في تجنب هذه المشكلة من خلال الاحتفاظ بنظافة حواف النافذة باستخدام قطعة قماش مبللة، ومسح الأرضيات المكشوفة بشكل متكرر. والمساعدة كذلك في توفير مكان نظيف، وأمن لتنام فيه الحيوانات.

وكذلك فالبالغون الذين لديهم وظائف أو هوايات تتضمن الرصاص قد يحملون إلى المنزل غبار الرصاص في ملابسهم، أو في صناديق الأطعمة، أو في سيارة العائلة. وتتضمن بعض هذه الأنشطة إعادة تخطيط أو تجديد المنازل القديمة، أو إعادة تدوير المعادن الخردة، وإصلاح السفن، والعمل على الجسور، وهايكال الصلب الكبيرة، وإصلاح المبردات، والعمل في ميادين الرماية، والأعمال المرتبطة بالبطاريات أو الهدم. وهناك العديد من الطرق لحماية أفراد الأسرة الآخرين من الرصاص: الاستحمام قبل مغادرة العمل، وتغيير الملابس والأحذية بأخرى نظيفة في العمل، ووضع الملابس والأحذية المتسخة في حقيبة بلاستيكية، وغسل ملابس العمل بصورة منفصلة عن الملابس الأخرى.

ولمزيد من المعلومات عن الرصاص في بيئة العمل، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.osha.gov](http://www.osha.gov)



# يمكنك أن تمنع التسمم بالرصاص لدى الأطفال الصغار

قد يكون التسمم بالرصاص قاتلاً. ويجب عليك أن تبذل كل ما في وسعك لحماية طفلك.

## ما مصادر الرصاص؟

- مستحضرات التجميل مثل السورما أو الكحل
- مادة إعادة طلاء الأثاث
- لحام الزجاج الملون
- أنابيب المياه مع لحام الرصاص
- ذخيرة الرصاص المخصصة للصيد
- الأدوية التقليدية مثل، غريتا، وأزاركون، وبابلوا
- الطلاء الذي يعتمد على الرصاص
- الغبار والأتربة
- بعض الستائر المعدنية من الفينيل
- بعض الأوعية الفخارية المصقولة
- بطاريات السيارات
- الأثاث المستخدمة في صيد السمك المصنوعة من الرصاص

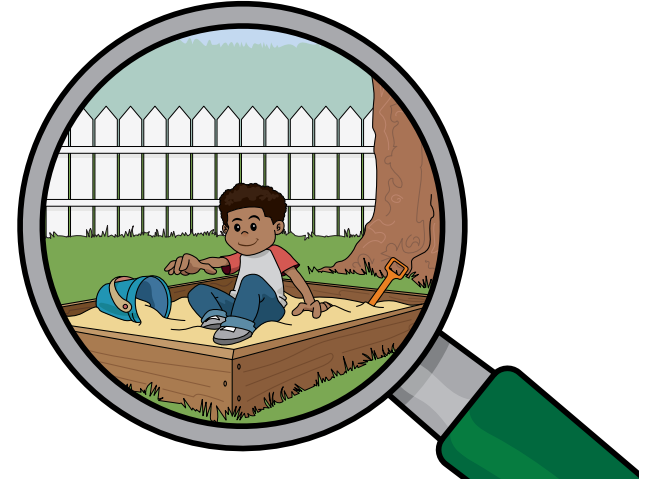
## كيف يصل الرصاص إلى جسم الطفل؟

- قد يدخل الرصاص إلى الجسم عندما يقوم الشخص بـ:
  - مضغ أو أكل شيء يحتوي على الرصاص؛ أو
  - يتنفس غباراً يحتوي على الرصاص.



## ماذا يمكنني فعله لمنع التسمم بالرصاص؟

- الغسل المتكرر لليدين والوجه، خاصة قبل تناول الطعام وبعد اللعب.
- الاحتفاظ بنظافة الأظافر وقصها.
- تقليل مصادر الرصاص في المنزل.
- التخلص من مخلفات الطلاء والغبار.
- البحث عن بطاقات "خال من الرصاص" أو "لا يوجد رصاص مضاف" قبل شراء الستائر المعدنية من الفينيل.
- عدم تنظيف مخلفات الطلاء أو الغبار بالمكنسة الكهربائية. واستخدام منشفة أو ممسحة مبللة في تنظيف النوافذ والأرضيات المتربة.



## • المحافظة على السلامة في وقت اللعب.

- اسمح للأطفال باللعب على المناطق المغطاة بالعشب أو منطقة رملية نظيفة.
- اغسل اللعب ودمى الحيوانات بشكل متكرر.
- لا تسمح لطفلك بتناول رقائق البطاطس المتربة أو الملونة.
- لا تسمح لطفلك بوضع الألعاب أو الأشياء الصغيرة في فمه.
- لا تسمح لطفلك باللعب باستخدام البطاريات أو الأشياء المستخدمة في الألعاب مثل الزجاج الملون أو طلاء الأثاث.
- احتفظ بنظافة زجاجة وحلمات مصاصة الرضع.
- اغسل الحلمة كلما سقطت الزجاجة أو مصاصة الرضع على الأرض.
- احفظ الأطعمة في حاويات خالية من الرصاص.
- يعد الزجاج والبلاستيك حاويات آمنة لحفظ الأطعمة.
- لا تحفظ الأطعمة في حاويات مفتوحة أو أطباق من السيراميك.
- لا تحفظ السوائل في كريستال من الرصاص.
- احجز موعداً مع طبيبك.
- وأجر اختبار التسمم بالرصاص لطفلك البالغ سنة واحدة وستين.

