KUZUIA

Kuathiriwa na Madini ya Risasi Utotoni

Idara ya Afya
(Department of Health)

Madini ya risasi yalitumiwa katika rangi ya nyumba hadi mwaka wa 1978.

Nyumba yoyote iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1978 inaweza kuwa na rangi yenye madini ya risasi.

Zaidi ya 67% ya nyumba zote huko Ohio zilijengwa kabla ya mwaka wa 1980 na kuna uwezekano kuwa zina rangi yenye madini ya risasi kwenye sehemu za ndani na/au nje.

Mtoto wetu alifanya kipimo cha madini ya risasi kwenye damu

Tarehe ya kipimo cha madini ya risasi kwenye damu_____Kiwango _____

Kuthibitishwa mnamo tarehe/ifikapo _____Kiwango _____

Kipimo kitafanywa tena mnamo tarehe/ifikapo _____Kiwango _____

Jedwali la Yaliyomo

Linda Mtoto Wako Dhidi ya Kuathiriwa na Madini ya Risasi 4

Linda Mtoto Wako Dhidi ya Kuathiriwa na Madini ya Risasi 6

Kusafisha Nyumba Nzima ili Kudhibiti Vumbi la Madini ya Risasi 9

Mbinu za Kupunguza Vumbi la Madini ya Risasi 12

Kusaidia Kupunguza Madini ya Risasi kwa Lishe Bora 14

Madini ya Risasi na Mimba 16

Tathmini ya Hatari ya Kabla ya Kujifungua ya Madini ya Risasi 17

Rasilimali za Kuathiriwa na Madini ya Risasi Utotoni 20

Linda Mtoto Wako
Dhidi ya Kuathiriwa na Madini ya Risasi

Watoto wengi huathiriwa na madini ya risasi nyumbani kwao. Hata kiasi kidogo cha vumbi la madini ya risasi kinaweza kuathiri mtoto wako.

Huenda mtoto wako asionekane kuwa mgonjwa. Matatizo kutoka kwa madini ya risasi hayawezi kuonekana hadi baadaye, lakini yanaweza kusababisha athari za muda mrefu kama vile:

- Kiwango cha chini cha umakini kinachoweza kuathiri kujifunza.
- Matatizo ya tabia ikiwa ni pamoja na utendaji wa kupita kiasi.
- Kupoteza uwezo wa kusikia.

Watoto walio na umri wa chini ya miaka 3 wako katika hatari kubwa ya kuathiriwa na madini ya risasi kwa sababu:

- Bado wanakua kwa haraka.
- Wanafyonza madini ya risasi kwa urahisi zaidi kuliko watu wazima.
- Wana uwezekano mkubwa wa kuweka mikono yao au vitu katika vinywa vyao.

Madini ya risasi huingia mwilini wakati watoto:

- Wanaweka mikono yao au vitu vingine na vumbi la risasi katika vinywa vyao.
- Wanavuta pumzi yenye vumbi la madini ya risasi.

Hatari za kawaida zaidi za madini ya risasi ni:

- Kubambuka na kuambuka kwa rangi na vumbi katika nyumba zilizojengwa kabla ya mwaka wa 1978.
- Vumbi la madini ya risasi lililoundwa wakati wa ukarabati wa nyumba au wakati wa kutumia madirisha na milango.

Maeneo mengine ambapo madini ya risasi hupatikana:

- Udongo au uchafu.
- Maji (nadra kwenye maji ya umma).
- Vitu vya watoto kuchezea na vito.
- Kazi kama vile ujenzi au utengenezaji, au jambo alipendalo mtu kama vile uwindaji na uvuvi.
- Vyakula na peremende zilizotengenezwa nje ya Marekani.
- Dawa za mitishamba na vipodozi vya kigeni (kama vile kohl, greta, surma, na azarcon).
- Vyombo vilivyofinyangwa, fuwele, na glasi yenye rangi.
- Fanicha za zamani zilizopakwa rangi.

Hatua nyingine unazoweza kuchukua ili kuhakikisha kuwa mtoto wako yuko salama ni pamoja na:

- Kuacha viatu mlangoni ili kuepuka kueneza vumbi lolote la madini ya risasi kutoka nje au mahali pako pa kazi.
- Kuhudhuria miadi ya madaktari mara kwa mara.
- Kuoga na kubadilisha nguo kabla ya kugusa mtoto wako ikiwa unaweza kuathiriwa na madini ya risasi kazini.

Kwa Nini Mtoto Wako Anahitaji Kipimo cha Madini ya Risasi

Watoto wengi huwa hawana dalili au wanaweza kuwa na dalili ambazo watu wanaweza kudhani kuwa ni za magonjwa mengine.

Dalili zinazoweza kutokea ni pamoja na:

- Maumivu ya tumbo.
- Uchovu.
- Maumivu ya kichwa.
- Viwango vya chini vya madini ya chuma.

Je, mtoto wako yuko hatarini wakati gani?

Mtoto wako yuko hatarini ikiwa utajibu ndiyo katika maswali yoyote haya:

1. Je, mtoto wako anashiriki katika mpango wa Medicaid?
2. Je, mtoto wako anaishi katika maeneo yenye hatari kubwa?
3. Je, mtoto wako anaishi au hutembelea nyumba, kituo cha huduma ya afya ya watoto, au shule iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1950?
4. Je, mtoto wako anaishi au hutembelea nyumba, kituo cha huduma ya afya ya watoto, au shule iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1978 iliyo na rangi iliyoharibika?
5. Je, mtoto wako anaishi au hutembelea nyumba iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1978 iliyokarabatiwa hivi majuzi, inayoendelea kukarabatiwa, au inayopangwa kukarabatiwa?
6. Je, mtoto wako ana ndugu au mtu wa kucheza naye ambaye ana tatizo au alikuwa na tatizo la kuathiriwa na madini ya risasi?
7. Je, mtoto wako hutangamana mara nyingi na mtu mzima ambaye hufanya sana shughuli au kazi inayohusisha madini ya risasi? Mifano ni ujenzi, kulehemu, ufinyanzi, uchoraji, na bunduki za madini ya risasi.
8. Je, mtoto wako anaishi karibu na kiwanda cha zamani cha kuyeyusha madini ya risasi, kiwanda cha kurejeleza betri, au kiwanda kingine kinachojulikana kuwa huzalisha vumbi la madini ya risasi?

Kwa Nini Mtoto Wako Anahitaji Kipimo cha Madini ya Risasi (imeendelezwa)

Hakuna kiwango salama cha madini ya risasi katika damu ya mtoto.

Mwambie daktari wako kuwa ungependa kufanya kipimo cha damu! Kipimo cha damu pekee ndicho kitakujulisha ikiwa mtoto wako ameathiriwa na madini ya risasi.

- Sheria ya sasa inahitaji kwamba watoto wote wanaoshiriki katika mpango wa Medicaid wapimwe ili kujua ikiwa wameathiriwa na madini ya risasi wakiwa na umri wa mwaka 1 na 2.
- Pia inahitajika kwamba watoto wote wanaoishi katika maeneo yenye hatari kubwa wapimwe ili kujua ikiwa wameathiriwa na madini ya risasi wakiwa na umri wa mwaka 1 na 2. Ili kujua ikiwa unaishi katika maeneo yenye hatari kubwa, wasiliana na idara ya afya ya eneo lako au tembelea www.odh.ohio.gov/lead
- Sababu zingine za hatari (ukurasa wa awali) zinaweza kuonyesha hitaji la kipimo cha kiwango cha madini ya risasi katika damu.
- Viwango vya madini ya risasi vinapaswa kuthibitishwa kwa kipimo cha sampuli ya damu inayotolewa katika mishipa ikiwa ni kiwango kikubwa au sawa na 3.5 µg/dL na kipimo cha kwanza hufanywa kwa kutumia sampuli ya damu ya kapilari (sindano ya kidole/kisigino).

Je, inamaanisha nini?

- **<3.5 mikrogramu kwa desilita (µg/dL):** Kuathiriwa na madini ya risasi kunaweza kusababisha madhara kwa mtoto. Hata kama kiwango cha madini ya risasi katika damu ya mtoto wako ni chini ya <3.5 µg/dL, mtoto wako anaweza kuathiriwa na madini ya risasi mahali pengine katika mazingira yake. Piga simu kwa idara ya afya ya eneo lako au Idara ya Afya ya Ohio (Ohio Department of Health) kwa taarifa kuhusu vyanzo vinavyoweza kusababisha madini ya risasi.
- **3.5 - <10 µg/dL:** Katika viwango vya 3.5 µg / dL au zaidi, kuna mambo mengi unaweza kufanya ili kupunguza au kuweka kiwango cha madini ya risasi ili kisiongezeke. Haya ni pamoja na kuosha mikono mara kwa mara, kusafisha sehemu zote kwa maji na kutoa chakula chenye lishe bora. Madini ya risasi yanaweza kusababisha uharibifu wa kudumuna kiwango cha madini ya risasi cha mtoto wako kinaweza kuongezeka usipochukua hatua za kupunguza uwezekano wake wa kuwa hatarini. Wafanyakazi wa idara ya afya watasaidia kuamua vyanzo yamkini vya kukumbana na madini ya risasi.
- **10 - <45 µg/dL:** Ikiwa mtoto wako amethibitishwa kuwa na kiwango cha madini ya risasi katika damu cha 10 µg/dL au zaidi, mpango wa eneo lako au wa jimbo wa Kuzuia Kuathiriwa na Madini ya Risasi Utotoni utawasiliana na wewe. Mtathmini wa hatari ya madini ya risasi atapanga uchunguzi wa madini ya risasi wa afya ya umma. Ukaguzi unaweza kufanyika nyumbani kwako au mahali pengine ambapo mtoto wako hutumia muda (kwa mfano, kituo cha utunzaji wa watoto, nyumba ya mlezi wa mtoto au jamaa). Watakusaidia kuamua chanzo cha kuathiriwa na madini ya risasi na kutoa mikakati ya kuzuia kuathiriwa. Wasimamizi wa kesi za madini ya risasi wa eneo lako wanapatikana ili kujibu maswali yako kwa simu au wakati wa ziara za nyumbani.
- **≥45 µg/dL:** Ikiwa mtoto wako amethibitishwa kuwa na kiwango cha madini ya risasi katika damu cha 45 µg/dL au zaidi, atahitaji huduma ya usaidizi wa matibabu mara hiyo hiyo. Wasiliana na daktari wako mara hiyo hiyo na ufuate maagizo yake. Mtathmini wa hatari ya madini ya risasi atawasiliana nawe ili kupanga uchunguzi wa madini ya risasi wa afya ya umma haraka iwezekanavyo. Fuata mwongozo wote wa awali kuhusu viwango vya chini vya madini ya risasi.

Kusafisha Nyumba Nzima ili Kudhibiti Vumbi la Madini ya Risasi

Orodha ya ukaguzi wa bidhaa:

- ☐ Plastiki au glavu za mpira.
- ☐ Mifuko ya takataka ya plastiki.
- ☐ Vitambaa vya kutupwa baada ya kutumiwa ambavyo havijatengenezwa kwa nyuzi.
- ☐ Chupa ya kunyunyizia iliyojazwa na maji.
- ☐ Ndoo tatu za plastiki au ndoo ya chemba tatu.
- ☐ Ufagio uliotengenezwa kwa nguo zinazoweza kuoshwa au kutupwa baada ya kutumiwa.
- ☐ Maji na sabuni ya kufua.
- ☐ Kivuta vumbi cha HEPA cha kitaalamu. Vivuta vumbi vingi vya nyumbani hueneza vumbi hewani. Unaweza kuwasiliana na idara ya afya ya eneo lako kwa taarifa zaidi kuhusu mpango wa mkopo wa bure wa kivuta vumbi cha HEPA au piga simu kwa 614 - 466 -1450.

Kuandaa eneo:

Baada ya kuvaa glavu, okota chembechembe kubwa za rangi zinazopatikana kwenye sakafu, mabaraza na maeneo mengine karibu na nyumba.

- Weka chembechembe hizo kwenye mfuko wa plastiki.
- Ondoa chembechembe ndogo za rangi kwa kuzinyunyizia maji kabla ya kuzifagia kwa ufagio. Kufagia bila kunyunyiza maji kutaeneza vumbi la madini ya risasi.
- Funga mfuko wa plastiki.
- Weka mfuko huo kwenye takataka.

Kusafisha Nyumba Nzima
ili Kudhibiti Vumbi la Madini ya Risasi (imeendelezwa)

Osha sehemu zote kwa sabuni ya kufua:

- Jaza ndoo moja kwa maji na sabuni ya kufua.
- Ili kusuuza, jaza ndoo nyingine kwa maji tu.
- Ndoo ya tatu hutumiwa kusuuza maji yoyote ya ziada na sabuni ya kufua.
- Baada ya kuvaa glavu, safisha kutoka kwenye dari hadi sakafuni na vitambaa.
- Piga deki sakafuni kwa kutumia mfumo wa ndoo tatu.
- Badilisha maji yenye sabuni ya kufua/sehemu za kuosha za ufagio mara nyingi ili kuepuka kueneza madini ya risasi kutoka eneo moja hadi lingine.
- Piga deki kwenye eneo la chumba baada ya lingine kwa kutumia sabuni ya kufua ikifuatiwa na maji safi ya kusuuza; huku ukisuuza maji ya ziada ndani ya ndoo tupu.
- Mwaga maji uliyotumia na sabuni ya kufua kwenye choo. Epuka kumwaga maji hayo kwenye sinki, bafuni na kwenye bustani.
- Unaweza pia kutumia ufagio wenye pedi za majimaji za kutupwa baada ya kutumiwa. Badilisha pedi za kutupwa baada ya kutumiwa mara nyingi.

Mazulia na kuvuta vumbi:

- Tumia kivuta vumbi cha HEPA cha kitaalamu. (Vivuta vumbi vingine vinaweza kueneza vumbi la madini ya risasi karibu na nyumba.)
- Safisha kutoka juu hadi chini, vuta vumbi kutoka kwenye samani na mapazia kwanza.
- Vuta vumbi kutoka kwenye mazulia na vitambaa polepole.
- Geuza vitambaa na uvute vumbi kwenye upande mwingine pia.
- Vitambaa vinaweza kuoshwa kando kwa mashine ya kuosha nguo.
- Badilisha mifuko/makopo ya kivuta vumbi nje ya nyumba.

Kusafisha Nyumba Nzima
ili Kudhibiti Vumbi la Madini ya Risasi (imeendelezwa)

Kama inawezekana, ondoa zulia. Ni rahisi zaidi kudumisha usafi kwenye sehemu ngumu za sakafu.

Wanyama vipenzi wanaweza kuingiza madini ya risasi kutoka nje ya nyumba au kwenye baraza. Inaweza kuwa kwenye manyoya na miguu yao. Pangusa miguu na manyoya kabla ya kuwaruhusu wanyama kipenzi wako kuingia nyumbani.

Ikiwa huwezi kukamilisha kusafisha nyumba nzima, anza kwa maeneo katika vyumba ambapo watoto hutumia sana. Baadhi ya maeneo ya kawaida ambapo unaweza kupata vumbi la madini ya risasi ni karibu na madirisha na milango.

Kusafisha vumbi la madini ya risasi ni mbinu salama wa muda mfupi. Kusafisha maeneo yaliyo na madini ya risasi kwa uangalifu ni muhimu sana. Vumbi la madini ya risasi hukusanyika kwenye vizingiti vya dirisha, sakafu, kuta, na vitu vya watoto kuchezea.

Unahitaji kuondoa chanzo cha vumbi la madini ya risasi ili kulinda familia yako dhidi ya hatari ya madini ya risasi.

Pima ikiwa nyumba yako ina madini ya risasi

- Kuondoa rangi.
- Kutengeneza upya.

Ikiwa nyumba yako, nyumba ya jamaa, au eneo la utunzaji wa mtoto lilijengwa kabla ya mwaka wa 1978 na linakarabatiwa, usimruhusu mtoto wako acheze karibu na vumbi, chembechembe za rangi, au mabaki ya mvunjiko wowote wa ujenzi. Kuna uwezekano mkubwa kwamba madini ya risasi yalitumika katika jengo, na kuvuruga rangi kunaweza kusababisha kuathiriwa na madini ya risasi.

Wakati wa ukarabati:

- Tafuta msaada wa wataalamu. Piga simu kwa Idara ya Afya ya Ohio (Ohio Department of Health) ili upate msaada wa kujua mtu aliye na leseni au tembelea www.odh.ohio.gov/lead kwa taarifa zaidi.
- Epuka rangi ya mchanga kavu.
- Epuka kutumia bunduki ya joto ili kuondoa rangi ya zamani ya madini ya risasi.
- Tumia milango ya watoto au funga milango ili kuwaweka watoto mbali na eneo hilo.
- Ondoa samani zote, vitambaa, pazia, chakula, nguo na vitu vingine vya nyumbani hadi umalize kusafisha.
- Vitu ambavyo haviwezi kuondolewa kutoka eneo la kazi vinapaswa kufungwa kwa karatasi za plastiki na kufungwa kwa mkanda.
- Funika sakafu kwa karatasi za plastiki.

- Ikiwa unafanya kazi katika sehemu kubwa, funika milango na njia za kuondoka kwa karatasi za plastiki na utengeneze kifunga hewa.
- Zima mitambo ya joto ya kulazimishwa na viyoyozi. Funika matundu kwa karatasi ya plastiki na ufunge karatasi kwa kutumia utepe.
- Funga madirisha yote katika eneo la kazi.
- Nyunyiza maji kwenye sehemu zilizo na madini ya risasi ili kuzuia vumbi kuenea.
- Tumia njia zenye unyevunyevu za kusafisha (ukurasa wa 10 na 11) kuosha kabisa eneo baada ya kazi kukamilika

Saidia Kupunguza Madini ya Risasi Kwa Chakula chenye Lishe

Vyakula vyenye madini ya chuma, madini ya kalsiamu, na vitamini C ni muhimu sana kwa watoto. Mwili unaweza kudhani kuwa madini ya risasi ni virutubisho vyovyote hivi. Watoto ambao hawana virutubisho hivi vya kutosha hufyonza madini ya risasi kwa urahisi zaidi kuliko watoto walio navyo.

Chuma

- Watoto wenye upungufu wa madini ya chuma au watoto walio na upungufu wa damu mwilini wako hatarini zaidi na wanaweza kufyonza hadi 50% zaidi ya madini ya risasi.
- Nafaka nyingi na mkate zimeongezwa madini ya chuma (kuimarisha lishe).
- Nyama isiyo na mafuta, mboga za majani ya kijani, unga wa shayiri, plamu kavu na zabibu ni vyanzo bora vya madini ya chuma.

Madini ya kalsiamu

- Kula vyakula vyenye madini ya kalsiamu kunaweza kusaidia kuzuia madini ya risasi kuingia kwenye damu.
- Maziwa, jibini, brokoli, mchicha, maziwa ya mgando, sukuma wiki na tanipu ya kijani ni vyanzo bora vya madini ya kalsiamu.

Vitamini C

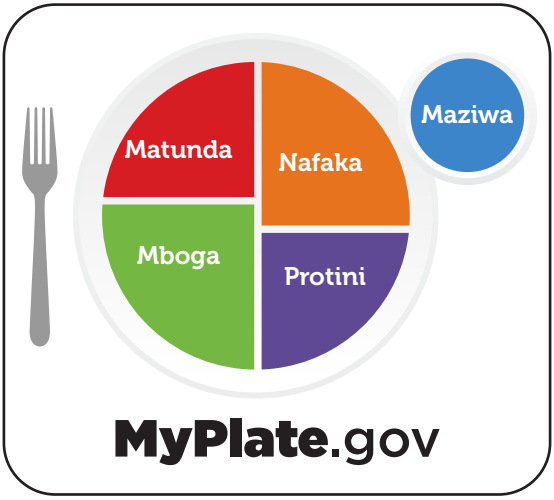
- Vitamini C inaweza kuwa kinga dhidi ya madini ya risasi.
- Machungwa, zabibu, nyanya, viazi, brokoli na matunda ni vyanzo bora vya Vitamini C.

Saidia Kupunguza Madini ya Risasi Kwa Chakula chenye Lishe (imeendelezwa)

Ili kuhakikisha kuwa mtoto wako ana mazoea mazuri ya lishe, mambo yafuatayo yanapendekezwa:

- Usikose kula; tumbo lenye njaa hufyonza madini ya risasi kwa urahisi zaidi.
- Osha mikono ya mtoto wako vyema na mara kwa mara, hasa kabla yake kula.
- Punguza kiasi cha mafuta na sukari katika vyakula vya mtoto wako.
- Toa matunda na mboga badala ya vibanzi na pipi.
- Toa vitafunio vyenye afya katikati ya chakula.
- Osha vyakula vya siku hiyo ipasavyo.
- Usihifadhi au kupasha chakula joto katika vyombo visivyo vya kupika, kama vile makopo au vyombo vilivyofinyangwa.
- Usimruhusu mtoto wako kula chakula kilichoanguka sakafuni.

Kumbuka kuwa lishe bora haiwezi kuzuia kabisa kuathiriwa na madini ya risasi, lakini ni muhimu sana kwa afya na ustawi wa mtoto wako kwa ujumla. Kwa taarifa zaidi juu ya kuandaa chakula na vitafunio vyenye lishe, tafadhali tembelea www.myplate.gov.



Madini ya Risasi na Mimba

Wewe na mtoto wako ambaye hajazaliwa mnaweza kuumizwa na madini ya risasi. Mtoto wako anaweza kuathiriwa ikiwa utakumbana na madini ya risasi wakati una mimba. Madini ya risasi yanaweza kusababisha mtoto wako kuzaliwa akiwa mdogo sana na mapema zaidi. Unaweza pia kuwa na uwezekano mkubwa zaidi wa kuavya mimba.

Vidokezo vya mimba yenye afya

- Kula vyakula vyenye afya, lishe bora yenye madini ya chuma na kalsiamu.
- Tembelea daktari kabla ya kujifungua mara kwa mara.
- Jilinde ikiwa kazi yako inakuweka katika hatari ya kuathiriwa na madini ya risasi.
- Usithubutu kuweka vitu visivyo vyakula mdomoni mwako. Wakati mwingine wanawake wajawazito wanaweza kuwa na hamu ya kula vitu ambavyo si chakula. Baadhi ya mifano ni pamoja na wanga wa mahindi, chungu iliyovunjwa na udongo. Ikiwa una hamu ya kula vitu visivyo vyakula, jadili jambo hilo na daktari wako.
- Wanawake wajawazito HAWAPASWI kusafisha vumbi la madini ya risasi. Hakikisha pia kwamba watoto wengine wanakaa mbali na eneo la kusafisha.
- Ikiwa una mimba, au unafikiria kuwa mjamzito, zungumza na daktari wako na ujifunze jinsi ya kuzuia kuathiriwa na madini ya risasi.

Hatari ya Kabla ya Kuzaa
Tathmini ya Madini ya Risasi

Ukijibu ndiyo kwa maswali ya 1-7, unapendekezewa kufanya kipimo cha kiwango cha madini ya risasi katika damu.

1. Je, wewe au watu wengine wanaoishi na wewe hufanya kazi inayohusisha madini ya risasi kazini mwako? (Angalia orodha hapo chini ya kazi ambazo huenda zikawa na hatari ya kuathiriwa na madini ya risasi.)

- Utengenezaji wa bunduki/bomu.
- Ujenzi wa daraja, handaki na barabara kuu/njia ya chini ya ardhi.
- Urejelezaji wa glasi, glasi yenye rangi na utengenezaji wa glasi.
- Utengenezaji na ufungaji wa vifaa vya mabomba.
- Kazi zinazohusu kutumia bunduki.
- Utengenezaji wa mpira.
- Kufanya kazi katika maduka ya kutengeneza magari.
- Utengenezaji, usanikishaji au uzalishaji wa kebo/nyaya.
- Kupunguza madini ya risasi
- Utengenezaji wa mashine na vifaa vya viwanda.
- Utengenezaji wa plastiki.
- Kulipua mchanga, kuweka mchanga, kukwaruza, kuchoma au kuondoa rangi ya madini ya risasi.
- Utengenezaji na urejelezaji wa betri.
- Utengenezaji wa vyombo vilivyofinyangwa.
- Uzalishaji au kuyeyusha madini ya risasi.
- Kufanya kazi katika viwanda vya mabaki ya chuma na urejelezaji mwingine.
- Ufinyanzi.
- Matumizi ya rangi za madini ya risasi.
- Shaba nyeupe, shaba nyeusi, shaba nyekundu, au madini ya risasi.
- Kutengeneza au kusaga michanganyiko ya madini ya risasi.

- Kufanya kazi mahali pa kupiga risasi.
- Kutengeneza au kusaga michanganyiko ya madini ya risasi.
- Kufanya kazi inayohusu sehemu na vifaa vya magari.
- Uzalishaji na matumizi ya maandalizi ya kemikali.
- Kulehemu au kukata chuma iliyopakwa rangi baada ya kuipasha joto.

2. Je, wewe au watu wengine wanaoishi na wewe hupenda kufanya shughuli zinazohusisha madini ya risasi? (Angalia orodha ya kazi ambazo huenda zikakuweka katika hatari ya madini ya risasi.)

- Kutengeneza glasi yenye rangi au uchoraji kwenye glasi yenye rangi.
- Enameli ya shaba nyekundu.
- Kuyeyusha shaba nyeusi.
- Ufinyanzi na utengenezaji wa vyombo vilivyofinyangwa kwa kutumia kioo na rangi ya madini ya risasi.
- Bunduki, zana za uvuvi, au sanamu ndogo za madini ya risasi.
- Kukusanya, uchoraji, au kucheza michezo kwa sanamu ndogo za madini ya risasi.
- Kutengeneza vito kwa kutumia madini ya risasi.
- Vifaa vya kielektroniki vya madini ya risasi.
- Kutengeneza samani.
- Kutengeneza glasi ya kupuliza kwa madini ya risasi.
- Uchapishaji na sanaa nyingine.
- Utengenezaji wa pombe.
- Uwindaji na mazoezi ya kupiga risasi.

Hatari ya Kabla ya Kuzaa
Tathmini ya Madini ya Risasi (imeendelezwa)

3. Je, una watoto katika nyumba yako walioathiriwa na madini ya risasi?
4. Je, una historia ya kuathiriwa na madini ya risasi?
5. Je, katika miaka mitano iliyopita, au kwa sasa, unakarabati nyumba iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1978 kwa ajili ya kazi yako, shughuli uzipendazo au matumizi ya kibinafsi?
6. Wakati mwingine wanawake wajawazito huwa na hamu ya kula vitu ambavyo si chakula, kama vile udongo, mchanga, plasta, au chembechembe za rangi. Je, umewahi kula au kutafuna vitu ambavyo si vyakula?
7. Je, ulizaliwa au umetumia muda wowote nje ya nchi ya Marekani?

Ikiwa ulijibu NDIYO kwa swali lolote la 1-7, unapendekezewa kufanya kupimo cha kiwango cha madini ya risasi katika damu.

8. Kadri unavyofahamu, je, nyumba yako imepimwa ili kujua kama kuna madini ya risasi katika maji, na ikiwa imepimwa, uliambiwa kuwa kiwango cha madini ya risasi ni cha juu (≥15 sehemu kwa bilioni)?
9. Je, huwa unatumia tiba yoyote ya mitishamba vipodozi ambavyo haviuzwi katika duka la kawaida la dawa au vilivyotengenezwa nyumbani, na huenda vikawa na madini ya risasi? Kwa mfano: kohl, kajal, surma, greta, azarcon, bali goli, payloo-ah, na ghazard.
10. Je, huwa unatumia vyombo vya nyumbani vilivyofinyangwa au fuwele za madini ya risasi kwa ajili ya kula au kunywa?
11. Je, unaishi katika, au huwa unatembelea nyumba iliyojengwa kabla ya mwaka wa 1978 iliyo na rangi inayobambuka, au iliyokarabatiwa katika miaka mitano iliyopita?

Ikiwa ulijibu NDIYO kwa maswali yoyote ya 8-11, unapendekezewa kupata ushauri nasaha/elimu ya kupunguza hatari.

Brosha za mtandaoni na Rasilimali za Kuathiriwa na Madini ya Risasi Utotoni

Idara ya Afya ya Ohio (Ohio Department of Health (ODH))
www.odh.ohio.gov (Neno la kutafuta “lead poisoning”.)
1-877-LEAD SAFE

Vituo vya Kudhibiti na Kuzuia Magonjwa
(Centers for Disease Control and Prevention (CDC))
www.cdc.gov/nceh

American Academy of Pediatrics
aap.org (Neno la kutafuta “lead poisoning”.)

Idara ya Medicaid ya Ohio (Ohio Department of Medicaid)
medicaid.ohio.gov

Kituo cha Taifa cha Makazi ya Afya (National Center for Healthy Housing)
www.healthyhousing.org

Idara ya Nyumba na Maendeleo ya Miji ya Marekani
(U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD))
www.hud.gov/program_offices/healthy_homes/leadinfo

Shirika la Ulinzi wa Mazingira la Marekani
(U.S. Environmental Protection Agency (EPA))
www.epa.gov/lead