

ANPECHE

Anpwazònman Plon kay Timoun



Depatman Sante
(Department of Health)

Yo te itilize plon nan penti pou kay jouk 1978.

Nenpòt kay ki bati anvan 1978 te ka genyen penti plon.

Plis pase 67% lojman nan Ohio ki te bati anvan 1980 e gen posiblite pou genyen penti a baz plon sou sifas anndan ak/oswa deyò yo.



Timoun nou an te fè yon tès san pou plon

Dat tès san plon _____ Nivo _____

Pou konfime nan/pa _____ Nivo _____

Refè tès la nan/pa _____ Nivo _____

Tab Kontni

Kenbe Timoun Ou an Sekirite Kont Anpwazònman Plon	4
Poukisa Timoun Ou an Bezwen fè yon Tès Plon	6
Netwaye Tout Kay la pou Kontwole Pousyè Plon	9
Renovasyon San Danje Plon	12
Ede Diminye Plon ak yon Rejim Ekilibre	14
Plon ak Gwosès.....	16
Evalyasyon Ris Prenatal pou Plon	17
Resous pou Anpwazònman Plon kay Timoun	20

Kenbe Timoun Ou an Sekirite Kont Anpwazònman Plon

*Majorite timoun yo ekspoze ak plon lakay yo.
Menm yon ti kras kantite plon kapab afekte timoun ou an.*

Piti ou a ka pa parèt oswa demontre li malad. Pwoblèm ak plon ka parèt pita, men yo ka gen efè alontèm tankou:

- Rediksyon kapasite atansyon kapab fè enpak sou aprantisaj.
- Pwoblèm konpòtman ki enkli ipè-aktivite.
- Pèt oditif.

Timoun ki gen mwens pase 3 lane gen pi gwo ris ekspozisyon plon paske yo:

- Ap kontinye grandi vit.
- Absòbe plon pi fasil pase granmoun.
- Gen plis posiblite pou mete men yo oswa objè nan bouch yo.

Plon antre nan kò a lè timoun yo:

- Mete men yo nan oswa lòt atik ki gen pousyè plon nan bouch yo.
- Respire nan pousyè plon.

Danje ki pi komen ak plon se:

- Ekay ak dekalaj kouch penti ak pousyè nan kay ki bati anvan 1978 yo.
- Pousyè plon ki fèt pandan renovasyon kay oubyen nan itilizasyon fènèt ak pòt yo.

Kenbe Timoun Ou an Sekirite

Kont Anpwazònman Plon (kontinye)

Lò kote yo jwenn plon:

- Tè ak pousyè.
- Dlo (ki pa komen nan dlo piblik yo).
- Jwèt ak bijou timoun yo.
- Travay tankou konstriksyon oswa fabrikasyon, oubyen pastan tankou lachas ak lapèch.
- Manje ak friyandiz ki fèt andeyò Etazini.
- Remèd popilè ak pwodwi kosmetik yo enpòte (tankou kohl, greta, surma, ak azarcon).
- Seramik, kristal, vè ki kolore.
- Ansyen mèb ki pentire.

Lò etap ou ka pran pou kenbe pitit ou an sekirite gen ladan yo:

- Kite soulye yo nan papòt la pou anpeche pwopaje nenpòt pousyè ki soti deyò oubyen nan espas travay.
- Kenbe randevou doktè regilye yo.
- Benyen ak chanje rad anvan w touche pitit ou si travay ou ekspozè w ak plon.



Poukisa Timoun Ou an Bezwen fè yon Tès Plon

Majorite timoun pa prezante okenn sentòm oubyen kapab prezante sentòm yo pran pou lòt maladi pa erè.

Sentòm posib yo gen ladan yo:

- Vant fè mal.
- Tèt fè mal.
- Fatig.
- Fèb nivo fè.

Kilè pitit ou a ris?

Timoun ou an a ris si ou reponn wi pou nenpòt nan kesyon sa yo:

1. Èske timoun ou an sou Medicaid?
2. Èske timoun ou an rete nan [kòd postal ki gen gwo ris](#)?
3. Èske timoun ou an rete nan oswa regilyèman vizite yon kay, oubyen lekòl ki te bati anvan 1950?
4. Èske timoun ou an rete nan oswa regilyèman vizite yon kay, oubyen lekòl ki te bati anvan 1978 ki gen penti k ap dekalè?
5. Èske timoun ou an rete nan oswa regilyèman vizite yon kay ki te bati anvan 1978 ki te genyen renovasyon/reyamenajman resan, ki ankou oubyen ki planifye?
6. Èske timoun ou an gen frè ak sè oswa kamarad jwèt ki genyen oswa te gen ekspozisyon nan plon?
7. Èske timoun an souvan antre an kontak ak yon granmoun ki genyen pastan oswa travay ak plon?
Egzanp konstriksyon, soudi, potri, penti, ak lanse minisyon (boulèt)?
8. Èske timoun ou an rete toupre yon fondri plon ki aktif oswa ansyen, izin resiklaj batri, osnon nenpòt lòt sektè endistriyèl yo konnen ki pwodwi pousyè plon nan lè?

Poukisa Timoun Ou an Bezwen fè yon Tès Plon (kontinye)

Pa gen okenn nivo plon ki fyab nan san yon timoun.

Mande doktè w la pou fè yon tès san! Sèlman yon tès san ki ka fè w konnen si timoun ou an ekspozé a plon.

- Mande doktè w la pou fè yon tès san! Sèlman yon tès san ki ka fè w konnen si timoun ou an ekspozé a plon.
- Lalwa aktyèl la egzijè pou yo teste pou plon tout timoun ki sou Medicaid nan laj 1 ak 2 lane.
- Yo egzijè tou tout timoun ki rete nan kòd postal ki gen gwo ris yo pou teste pou plon nan laj 1 ak 2 lane. Pou konnen si w ap viv nan kòd postal ki gen gwo ris yo, kontakte depatman sante lokal ou a oswa ale sou www.odh.ohio.gov/lead
- Lòt faktè ris (paj anvan an) kapab endike yon nesesisite pou fè yon tès san pou plon.
- Yo dwe konfime nivo plon yo gras ak tès echantiyon sou venn ki plis oswa egal ak 3.5 µg/dL epi premye tès la dwe soti nan yon echantiyon kapilè (piki dwèt/talon).



Poukisa Timoun Ou an Bezwen fè yon Tès Plon (kontinye)

Kisa sa vle di?

- **<3.5 mikwogram pa desilit ($\mu\text{g}/\text{dL}$):** Nenpòt ekspozisyon plon danjre pou yon timoun. Menm si nivo plon nan san timoun nan mwens pase $<3.5 \mu\text{g}/\text{dL}$, pitit ou a kapab ekspoze a plon yon lòt kote nan anviwònman li. Rele depatman sante lokal ou a oswa Ohio Department of Health pou enfòmasyon sou sous plon posib yo.
- **3.5 - $<10 \mu\text{g}/\text{dL}$:** Nan nivo $3.5 \mu\text{g}/\text{dL}$ oswa pi wo, gen anpil bagay ou ka fè pou diminye oswa anpeche nivo plon an ogmante. Sa yo gen ladan yo lavaj men trè souvan, netwayaj mouye tout sifas yo, ak bay manje nitritif. Plon ka lakòz domaj pèmanan epi nivo plon pitit ou a gendwa ogmante sof si ou pran mezi pou diminye ekspozisyon li. Anplwaye Depatman Sante pral ede detèmine sous posib pou ekspozisyon plon.
- **10 - $<45 \mu\text{g}/\text{dL}$:** Si yo konfime timoun ou an gen nivo plon nan san li ki se $10 \mu\text{g}/\text{dL}$ oswa pi wo, pwogram prevansyon anpwazònman plon nan anfans lokal oswa eta nan ap kontakte w. Yon evalyatè ris plon ap planifye yon ankèt sante piblik plon. Yon enspeksyon kapab fèt lakay ou oswa yon lòt kote kote timoun ou an konn pase tan (egzanp gadri, kay gadò timoun oswa fanmi). Y ap ede w detèmine sous ekspozisyon plon an epi ba w estrateji pou fè prevansyon. Manadjè ka plon lokal yo disponib pou reponn kesyon swa nan telefòn oubyen pandan yon vizit nan kay la.
- **$\geq 45 \mu\text{g}/\text{dL}$:** Si yo konfime timoun ou an gen nivo plon nan san li ki se $45 \mu\text{g}/\text{dL}$ oswa pi wo, sa egzije entèvansyon medikal imedyatman. Konsilte medsen w lan imedyatman epi swiv enstriksyon li yo. Yon evalyatè ris nan plon ap rele w pou planifye yon ankèt sante piblik plon osito posib. Swiv tout konsèy anvan yo pou diminye nivo plon yo.

Netwaye Tout Kay la pou Kontwòl Pousyè Plon

Lis Kontwòl Apwovizyonman:

- ☐ Gan plastik oswa kawotchou.
- ☐ Sachè fatra plastik.
- ☐ Chifwon jetab an pelich.
- ☐ Boutèy esprey ki plen ak dlo.
- ☐ Twa bokit an plastik oswa bokit a twa chanm.
- ☐ Mòp lavab oswa jetab.
- ☐ Dlo ak detèjan.
- ☐ Aspiratè HEPA pwofesyonèl. Anpil aspiratè menajè yo ap pwopaje pousyè nan lè a. Ou ka kontakte depatman sante lokal ou a pou plis enfòmasyon sou pwogram prè gratis aspiratè HEPA a oswa rele 614 - 466 -1450.

Prepare zòn nan:

Mete gan, ranmase gwo moso plak penti yo jwenn sou sòl la, galri, ak lòt kote ozalantou kay la.

- Mete plak yo nan yon sachè plastik.
- Retire moso plak penti ki pi piti yo pandan w ap flite dlo sou yo anvan w bale yo ak bale. Lè w bale san wouze sa ap pwopaje pousyè a ozalantou.
- Sele sachè plastik la.
- Mete sachè a nan poubèl la.

Netwaye Tout Kay la pou Kontwole Pousyè Plon (kontinye)

Lave tout sifas yo ak detèjan:

- Plen yon boukit ak dlo ak detèjan.
- Pou rense, ranpli yon lòt bokit ak dlo sèlman.
- Yo itilize twazyèm bokit la pou retire tout rèss dlo ak detèjan.
- Mete gan, netwaye soti nan plafon rive sou sòl la ak tapi yo.
- Pase mòp sou sòl la ak yon sistèm twa bokit.
- Souvan chanje dlo detèjan twal/tèt mòp yo pou evite pwopaje plon soti nan yon espas pou ale nan yon lòt.
- Pase mòp nan yon espas nan yon chanm, yon seksyon alafwa ak detèjan epi rense ak dlo fre; tòde tout rèss yo nan bokit vid la.
- Vide dlo ak detèjan ki itilize yo nan twalèt. Evite voye yo nan lavabo, benwa, ak nan lakou.
- Yo kapab itilize yon mòp mouye ak twal jetab tou. Souvan ranplase twal jetab yo.

Tapi ak pase aspiratè:

- Itilize yon aspiratè HEPA pwofesyonèl. (Lòt aspiratè yo ka distribye pousyè plon ozalantou kay la.)
- Netwaye dewoanba, pase aspiratè sou founiti ak rido yo dabò.
- Pase aspiratè dousman sou zòn tapi ak kapèt yo.
- Vire tapi yo alanvè epi pase aspiratè sou lòt bò a tou.
- Yo kapab lave tapi yo separeman nan yon machin-a-lave.
- Chanje sak/bidon aspiratè a deyò kay la.

Netwaye Tout Kay la pou Kontwole Pousyè Plon (kontinye)

Si posib, retire tapi a. Sifas sòl ki di yo fasil pou rete pwòp.

Bèt kapab pote plon soti nan lakou a oswa sou galri a. Li kapab sou plim ak pat yo. Siye pat ak plim bèt ou yo anvan yo rantre nan kay la.

Si ou pa kapab netwaye tout kay la, kòmanse ak espas nan chanm yo kote tioun yo pase tan. Kèk espas ki pi komen pou jwenn pousyè plon yo se ozalantou fenèt ak pòt yo.

Netwaye pousyè plon an se yon metòd sekirite akoutèm. Byen netwaye espas ki gen plon yo enpòtan anpil. Pousyè plon yo rasanble sou rebò fenèt, sòl, mi ak jwèt yo.

Elimine sous pousyè plon an nesesè pou pwoteje fanmi w de danje plon yo.



Renovasyon San Danje Plon

Teste kay ou a pou plon anvan

- Retiraj penti.
- Renovasyon.

Si lakay ou, lakay fanmi w, oswa yon anplasman gadri te bati anvan 1978 epi ap remove oswa reyamenaje, pa kite timoun ou an jwe toupre pousyè a, plak penti yo, ak okenn debri nan konstriksyon an. Yo te pwobableman itilize penti a plon nan batiman an, epi deranje penti a kapab lakoz ekspozizyon a plon.

Lè gen renovasyon:

- Jwenn èd ekspè. Rele Ohio Department of Health pou ede jwenn yon moun ki lisansye oswa vizite www.odh.ohio.gov/lead pou plis enfòmasyon.
- Evite ponse penti a sèk.
- Evite itilize pistolè pou retire ansyen penti a plon.
- Itilize baryè pou bebe oswa fèmèn pòt yo pou kenbe timoun yo lwen espas la.
- Retire tout mèb, tapi espas la, rido, manje, rad, ak lòt atik menajè yo jouk netwayaj la fini.
- Atik yo pa ka retire nan espas travay la dwe byen vlope ak bach an plastik epi sele ak tep.
- Kouvri sòl yo ak bach an plastik.



Renovasyon San Danje Plon (kontinye)

- Si w ap travay sou yon gwo chantye, kouvri antre yo ak soti yo ak bach an plastik epi kreye yon sas.
- Etenn sistèm chofaj lè-pilse ak èkondisyone yo. Kouvri vantilasyon yo ak bach plastik epi kole bach la an plas ak tep.
- Fèmen tout fenèt ki nan espas travay la.
- Flite dlo sou sifas ki gen penti a plon an pou anpeche pousyè a pwopaje.
- Sèvi ak metòd netwayaj mouye (paj 10 ak 11) pou byen netwaye zòn nan apre travay la fini.



Ede Diminye Plon

Ak yon Rejim Ekilibre

Manje ki gen anpil fè, kalsyòm, ak vitamin C enpòtan anpil pou timoun. Kò kapab konfonn plon an ak nenpòt nan nitriman sa yo. Timoun ki pa gen ase nan nitriman sa yo ap absòbe plon an pi fasil pase timoun ki genyen yo.

Fè

- Timoun ki manke fè oswa timoun ki gen anemi yo plis a ris, epi kapab absòbe jiska 50% oswa plis plon.
- Plis sereyal ak pen gen fè ki ajoute nan yo (fòtifye).
- Vyann mèg, legim fèy, farin avwàn, prino ak rezen se ekselan sous fè.

Kalsyòm

- Manje manje ki rich an kalsyòm kapab anpeche plon an rantre nan sikilasyon san an.
- Lèt, fwomaj, bwokoli, epina, yogout, chou frize, ak fèy navè se bon sous kalsyòm.

Vitamin C

- Vitamin C kapab aji tankou yon ajan pwotektè kont plon.
- Zoranj, panplemous, tomat, pòm detè, bwokoli, ak bè se ekselan sous Vitamin C.

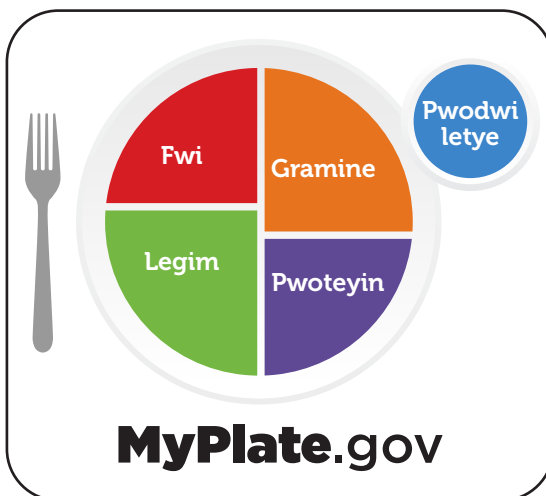
Ede Diminye Plon

Ak yon Rejim Ekilibre (kontinye)

Pou asire timoun ou an pratike bon abitud nitrisyon, yo rekòmande sa yo:

- Pa sote repa; vant vid absòbe plon fasilman.
- Lave men pitit ou a souvan, sitou anvan li manje.
- Limite kantite grès ak sik nan rejim pitit ou a.
- Ofri fwi ak legim olye de chips ak sirèt.
- Ofri ti goute sen ant repa yo.
- Lave manje fre yo kòm sa dwa.
- Pa estoke oswa chofe manje nan mamit ki pa fèt pou kwit manje, tankou bwat konsèv oubyen potri vèni.
- Pa kite timoun ou an manje manje ki te tonbe atè.

Sonje bon nitrisyon pa kapab totalman anpeche ekspozisyon plon, men li enpòtan pou sante ak byennèt global timoun ou an. Pou plis enfòmasyon sou preparasyon repa ak kolasyon nitritif, tanpri vizite www.myplate.gov



Plon ak Gwosès

Plon an kapab nwi ou menm ak bebe ki poko fèt ou a. Pitit ou a ka afekte si ou ekspoze a plon pandan ou ansent. Plon ka lakòz tibebe w la fèt twò piti e twò bonè. Ou kapab gen yon chans pi wo pase lanòmal pou fè yon foskouch.

Konsèy pou yon gwosès an sante

- Manje an sante, repa byen balanse rich an fè ak kalsyòm.
- Toujou ale nan vizit prenatal doktè yo.
- Pwoteje tèt ou si travay ou ekspoze w a plon.
- Pa janm mete atik ki pa manje nan bouch ou. Pafwa fanm ansent yo kapab genyen anvi pou manje bagay ki pa manje. Kèk egzanp ladan yo se farin mayi, potri kraze ak pousyè. Si ou genyen anvi pou manje bagay ki pa atik pou manje, diskite sa ak doktè w.
- Fanm ansent PA dwe netwaye pousyè plon. Epi tou kenbe lòt timoun yo lwen espas netwayaj la.
- Si ou ansent, oswa panse w ka vin ansent, pale ak doktè w epi aprann fason ou ka anpeche ekspozisyon plon.



Ris Prenatal

Evalyasyon pou Plon

Si ou reponn wi pou kesyon 1-7 yo, yo rekòmande tès san pou plon.

1. Èske ou menm oswa lòt moun ki rete ak ou ap travay nan chantye ki ekspoze a plon? (Gade lis anba travay ki kapab ekspoze a plon.)

- Pwodiksyon minisyon/eksplozif.
- Konstriksyon pon, tinèl ak otowout/metwo ki elve.
- Resiklaj vè, fabrikasyon vè tente ak vè.
- Fabrikasyon ak enstalasyon eleman plonbri yo.
- Travay ki itilize zam-a-fe.
- Fabrikasyon kawotchou.
- Travay nan atelye reparasyon otomobil.
- Dekalman, rakòdaj, oswa pwodiksyon kab/fil.
- Eliminasyon plon.
- Fabrikasyon machin ak ekipman endistriyèl.
- Fabrikasyon plastik.
- Sablaj, ponsaj, raklaj, brili oubyen bwosaj penti plon.
- Resiklaj ak fabrikasyon batri.
- Fabrikasyon seramik.
- Pwodiksyon oswa fondri plon.
- Travay nan chantye feray ak lòt aktivite resiklaj.
- Potri.
- Itilize penti a baz plon.
- Leton, bwonz, kwiv, oswa plon.
- Machinri oswa bwayaj alyaj plon.

- Travay kote y ap tire.
- Machinri oswa bwayaj alyaj plon.
- Travay ak pyès motè ak akseswa.
- Pwodiksyon ak itilizasyon preparasyon chimik.
- Soudaj oswa dekoupaj an chalimo metal ki pentire.

2. Èske ou menm oswa lòt moun ki rete ak ou genyen pastan oswa aktivite ki enplike plon? (Gade lis aktivite anba ki kapab ekspozé nan plon.)

- Fè vitraj owa penti sou vitraj.
- Emayaj kwiv.
- Koulaj bwonz.
- Fabrikasyon potri ak seramik ak emay ak penti a plon.
- Lanse minisyon, pwa lapèch oswa figirin an plon.
- Kolekte, pentire oswa jwe jwèt ak figirin an plon.
- Bijou ki fèt ak soudi a plon.
- Aparèy elektwonik ak soudi a plon.
- Finisyon mèb.
- Souflaj vè ak plon.
- Gravi ak lòt atizana.
- Distilasyon likè.
- Lachas ak tire sou sib.

Ris Prenatal

Evalyasyon pou Plon (kontinye)

3. Èske w gen timoun lakay ou ki ekspoze a plon?
4. Èske w gen yon antesedan ekspozisyon a plon?
5. Èske ou te nan senk dènye ane yo, oubyen ou aktyèlman, ap ranje yon kay ki te bati anvan
6. Pafwa fanm ansent genyen anvi pou manje bagay ki pa manje, tankou labou, tè, sann dife, oswa plak penti. Èske ou pa janm manje oswa mastike atik ki pa manje?
7. Èske ou te fèt oswa pase tan andeyò Etazini?

Si ou reponn WI pou kesyon 1-7 yo, yo rekòmande yon tès san pou plon.

8. Dapre sa w konnen, èske kay ou a te teste pou plon nan dlo, e si wi, èske yo te di w si nivo a wo (≥ 15 pati pa milya)?
9. Èske w itilize remèd oswa pwodwi kosmetik tradisyonèl yo pa vann nan yon famasi regilye oswa ki fèt adomisil, epi ki ka genyen plon? Pa egzanp: kohl, kajal, surma, greta, azarcon, bali goli, payloo-ah, ak ghazard.
10. Èske w itilize potri ki fèt adomisil oswa kristal ki fèt a plon pou manje oswa bwè?
11. Èske ou rete nan, oswa regilyèman vizite yon kay ki te bati anvan 1978 ki te genyen plak penti oubyen penti k ap dekalè, osnon te renove oubyen reyamenaje nan senk dènye ane yo?

Si ou reponn WI pou tout kesyon 8-11 yo, y ap rekòmande konsèy/edikasyon sou rediksyon ris.

Bwochi ak Resous anliy pou Anpwazònman Plon kay Timoun

Ohio Department of Health (ODH)

www.odh.ohio.gov (Cache mo kle "Anpwazònman plon (lead poisoning)".)

1-877-LEAD SAFE

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

www.cdc.gov/nceh

American Academy of Pediatrics

aap.org (Cache mo kle "Anpwazònman plon (lead poisoning)".)

Ohio Department of Medicaid

medicaid.ohio.gov

National Center for Healthy Housing

www.healthyhousing.org

U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD)

www.hud.gov/program_offices/healthy_homes/leadinfo

U.S. Environmental Protection Agency (EPA)

www.epa.gov/lead