

الوقاية من التسمم بالرصاص في مرحلة الطفولة



Department of
Health

كان يتم استخدام الرصاص في طلاء المنازل حتى عام 1978.

ومن ثم، فإن أي منزل تم بناؤه قبل عام 1978 يمكن أن يحتوي على طلاء من الرصاص.

ومن الجدير بالذكر أن أكثر من 67% من جميع الوحدات السكنية في ولاية أوهايو قد تم بناؤها قبل عام 1980، ومن المرجح أن تحتوي على بعض الطلاء المحتوي على الرصاص على الأسطح الداخلية و/أو الخارجية.



أجرى طفلنا اختبار قياس نسب الرصاص في الدم

تاريخ اختبار قياس نسب الرصاص في الدم _____ المستوى _____

يتم تأكيده بتاريخ/بواسطة _____ المستوى _____

إعادة الاختبار بتاريخ/بواسطة _____ المستوى _____

جدول المحتويات

4.....	المحافظة على سلامة طفلك من التسمم بالرصاص
6.....	لماذا يحتاج طفلك إلى إجراء اختبار قياس نسب الرصاص؟
9	تنظيف المنزل بالكامل للتحكم في غبار الرصاص
12	تجديد المنازل بشكل آمن من الرصاص
14	المساعد في تقليل الرصاص من خلال اتباع نظام غذائي صحي
16.....	الرصاص والحمل
17	تقييم مخاطر الرصاص قبل الولادة
20	موارد للتسمم بالرصاص في مرحلة الطفولة

يتعرض معظم الأطفال للرصاص في منازلهم.
حتى أن كمية صغيرة من غبار الرصاص يمكن أن تؤثر على طفلك.

قد لا يبدو طفلك مريضًا أو تظهر عليه علامات المرض في تصرفاته. فقد لا تظهر مشاكل الرصاص إلا في وقت لاحق، ولكن يمكن أن يكون لها آثار طويلة المدى مثل:

- انخفاض مدى الانتباه مما قد يؤثر على التعلم.
- مشاكل سلوكية بما في ذلك فرط النشاط.
- فقدان السمع.

الأطفال دون سن 3 سنوات هم الأكثر عرضة لخطر التعرض للرصاص لأنهم:

- لا يزالون في مرحلة النمو السريع.
- يمتصون الرصاص بسهولة أكبر من البالغين.
- أكثر عرضة لوضع أيديهم أو الأشياء في أفواههم.

يدخل الرصاص أجسام الأطفال عندما:

- يضعون أيديهم أو الأشياء الأخرى التي بها غبار الرصاص في أفواههم.
- يستنشقون غبار الرصاص.

مخاطر الرصاص الأكثر شيوعًا هي:

- تقطع وتقتشر الطلاء والغبار في المنازل التي بنيت قبل عام 1978.
- غبار الرصاص الناتج أثناء تجديد المنزل أو من استخدام النوافذ والأبواب.

الأماكن الأخرى التي يوجد بها الرصاص:

- التربة أو الأوساخ.
- المياه (غير شائع في المياه العامة).
- ألعاب الأطفال والمجوهرات.
- وظائف مثل البناء أو التصنيع، أو هوايات مثل الصيد وصيد الأسماك.
- الأطعمة والحلويات المصنوعة خارج الولايات المتحدة
- العلاجات الشعبية ومستحضرات التجميل المستوردة (مثل الكحل، والجريت، والسورما، والأزاركون).
- السيراميك والكريستال والزجاج الملون.
- الأثاث القديم المطلي.

تتضمن الخطوات الأخرى التي يمكنك اتخاذها للحفاظ على سلامة طفلك ما يلي:

- ترك الأحذية عند الباب لتجنب انتشار أي غبار رصاص من الخارج أو من مكان عملك.
- الالتزام بمواعيد زيارة الأطباء المحددة.
- الاستحمام وتغيير الملابس قبل لمس طفلك إذا كانت وظيفتك تعرضك للرصاص.



لماذا يحتاج طفلك إلى إجراء اختبار قياس نسب الرصاص؟

معظم الأطفال لا تظهر عليهم أعراض أو قد تظهر عليهم أعراض يتم الخلط بينها وبين أمراض أخرى.

تشمل الأعراض المحتملة ما يلي:

- آلام في المعدة.
- التعب.
- الصداع.
- انخفاض مستويات الحديد.

متى يكون طفلك في خطر؟

يكون طفلك في خطر إذا أجبت بنعم على أي من هذه الأسئلة:

1. هل طفلك مسجل في برنامج Medicaid؟
2. هل يعيش طفلك في أماكن عالية الخطورة؟
3. هل يعيش طفلك في منزل أو مرفق لرعاية الأطفال أو مدرسة تم بناؤها قبل عام 1950، أو يزورها بانتظام؟
4. هل يعيش طفلك في منزل أو مرفق لرعاية الأطفال أو مدرسة تم بناؤها قبل عام 1978 وتحتوي على طلاء متدهور، أو يزورها بانتظام؟
5. هل يعيش طفلك في منزل تم بناؤه قبل عام 1978 أو يزوره بانتظام، وهذا المنزل يتم ترميمه/تجديده باستمرار أو مخطط لترميمه/تجديده؟
6. هل لدى طفلك شقيق أو زميل في اللعب يتعرض أو تعرض بالفعل للرصاص؟
7. هل يتلامس طفلك بشكل متكرر مع شخص بالغ لديه هواية تعرضه للرصاص أو يعمل بالرصاص؟ ومن الأمثلة على ذلك البناء واللحام والفخار والطلاء وصب الذخائر.
8. هل يعيش طفلك بالقرب من مصهر رصاص يعمل حاليًا أو كان يعمل في السابق، أو مصنع لإعادة تدوير البطاريات، أو أي صناعة أخرى معروفة بإنتاج غبار الرصاص الجوي؟

لماذا يحتاج طفلك إلى إجراء اختبار قياس نسب الرصاص؟ (تابع)

لا يعتبر أي مستوى من الرصاص في دم الطفل آمناً.

اطلب من طبيبك إجراء اختبار للدم! فقط اختبار الدم يمكن أن يحدد ما إذا كان طفلك معرضاً للرصاص.

- يتطلب القانون الحالي أن يتم اختبار جميع الأطفال الذين هم في برنامج Medicaid للتحقق من تعرضهم للرصاص في عمر سنة واحدة وستين من العمر.
- من الضروري أيضاً أن يتم اختبار جميع الأطفال الذين يعيشون في مكان عالي الخطورة وفحصهم للتحقق من تعرضهم أو إصابتهم بالرصاص في عمر سنة واحدة وستين من العمر. لمعرفة ما إذا كنت تعيش في مكان عالي الخطورة، اتصل بإدارة الصحة المحلية أو تفضل بزيارة www.odh.ohio.gov/lead
- قد تشير عوامل الخطر الأخرى (الصفحة السابقة) إلى الحاجة إلى إجراء اختبار قياس نسب الرصاص في الدم.
- يجب تأكيد مستويات الرصاص باختبار عينة دموية وريدية عندما تكون أكبر أو تساوي 3.5 ميكروجرام/ديسيلتر والاختبار الأول من عينة دموية شعرية (إصبع اليد/كعب القدم).

لماذا يحتاج طفلك إلى إجراء اختبار قياس نسب الرصاص؟ (تابع)

ماذا يعني؟

- **3.5 - >10 ميكروغرام /ديسيلتر:** عند مستويات 3.5 ميكروغرام /ديسيلتر أو أعلى ، هناك العديد من الأشياء التي يمكنك القيام بها لتقليل مستوى الرصاص أو منعه من الزيادة. وتشمل هذه الإجراءات غسل اليدين بشكل متكرر ، والتنظيف الرطب لجميع الأسطح، وتقديم وجبات مغذية. يمكن أن يسبب الرصاص ضررًا دائمًا ومن المرجح أن يزيد مستوى الرصاص لدى طفلك ما لم تتخذ خطوات لتقليل تعرضه. سيساعد موظفو الإدارة الصحية في تحديد المصادر المحتملة للتعرض للرصاص.
- **3.5 - >10 ميكروغرام/ديسيلتر:** عند مستويات 3.5 ميكروغرام/ديسيلتر أو أعلى، هناك العديد من الأمور التي يمكنك القيام بها لتقليل أو منع تزايد مستوى الرصاص. وتشمل هذه الإجراءات غسل اليدين بشكل متكرر، والتنظيف الرطب لجميع الأسطح، وتقديم وجبات مغذية. يمكن أن يسبب الرصاص ضررًا دائمًا ومن المرجح أن يزيد مستوى الرصاص لدى طفلك ما لم تتخذ خطوات بشأن تحديد المصادر المحتملة للتعرض للرصاص.
- **10 - >45 ميكروغرام/ديسيلتر:** إذا تأكد أن مستوى الرصاص في الدم لدى طفلك يبلغ 10 ميكروغرام/ديسيلتر أو أعلى، فسوف يتصل بك برنامج الوقاية من التسمم بالرصاص في مرحلة الطفولة المحلي أو التابع للولاية. وسوف يحدد مُقيّم المخاطر الرئيسية موعد في الصحة العامة للتحقيق بشأن تحديد مصادر التعرض للرصاص. قد يتم إجراء تفتيش في منزلك أو في أي مكان آخر يقضي فيه طفلك الوقت (على سبيل المثال، في مركز رعاية الأطفال أو منزل جليسة الأطفال أو منزل أحد الأقارب). وسوف يساعدونك في تحديد مصدر التعرض للرصاص وتوفير استراتيجيات الوقاية. يجب مديرو حالات الإصابة بالرصاص المحليون على أسنلتك إما عبر الهاتف أو أثناء الزيارة المنزلية.
- **45 ميكروغرام/ديسيلتر:** إذا كان مستوى الرصاص في الدم المؤكد لدى طفلك يبلغ 45 ميكروغرام/ديسيلتر أو أعلى، فإن هذا يتطلب تدخلاً طبياً فورياً. استشر طبيبك على الفور واتبع تعليماته. سيتصل بك مُقيّم المخاطر الرئيسية لتحديد موعد في الصحة العامة للتحقيق بشأن تحديد مصادر التعرض للرصاص في أقرب وقت ممكن. اتبع جميع الإرشادات السابقة لمستويات الرصاص المنخفضة.

تنظيف المنزل بالكامل للتحكم في غبار الرصاص

قائمة مراجعة المستلزمات:

- ☐ قفازات بلاستيكية أو مطاطية.
- ☐ أكياس قمامة بلاستيكية.
- ☐ أقمشة للتنظيف لا تطلق خيوط للاستعمال مرة واحدة.
- ☐ زجاجة رذاذ مملوءة بالماء.
- ☐ ثلاث دلاء بلاستيكية أو دلو مقسم لثلاثة أقسام.
- ☐ ممسحة بقطعة قماش قابلة للغسل أو للاستعمال مرة واحدة.
- ☐ ماء ومنظف.
- ☐ مكينة احترافية مزودة بفلتر HEPA. فالعديد من المكانس المنزلية سوف تنشر الغبار في الهواء. يمكنك الاتصال بإدارة الصحة المحلية للحصول على مزيد من المعلومات حول برنامج القرض المجاني لشراء مكينة مزودة بفلتر HEPA أو الاتصال بالرقم 1450 - 466 - 614.

تجهيز المنطقة:

بعد ارتداء القفازات، التقط قطع الطلاء الكبيرة الموجودة على الأرضيات والشرفات والمناطق الأخرى في أنحاء المنزل.

- ضع قطع الطلاء في كيس بلاستيكي.
- تخلص من قطع الطلاء الصغيرة عن طريق رشها بالماء قبل كنسها بالمكنسة.
- سيؤدي الكنس الجاف إلى نشر غبار الرصاص في أنحاء المكان.
- أغلق الكيس البلاستيكي.
- ضع الكيس في القمامة.

تنظيف المنزل بالكامل للتحكم في غبار الرصاص (تابع)

اغسل جميع الأسطح بالمنظف:

- املاً دلوًا واحدًا بالماء والمنظف.
- للشطف، املاً دلوًا آخر بالماء فقط.
- يستخدم الدلو الثالث للتخلص من أي كمية زائدة من الماء أو المنظف.
- بعد ارتداء القفازات، قم بالتنظيف من السقف إلى الأرض باستخدام أقمشة التنظيف.
- امسح الأرضيات باستخدام ثلاث دلاء (أو دلو مقسم لثلاثة أقسام).
- قم بتغيير أقمشة تنظيف الماء/رؤوس الممسحة بشكل متكرر لتجنب انتشار الرصاص من منطقة إلى أخرى.
- امسح منطقة واحدة في أي غرفة، بالتدرج قسمًا واحدًا في كل مرة باستخدام منظف متبوعًا بماء شطف نظيف؛ وتخلص من الكمية الفائضة في الدلو الفارغ.
- صب الماء والمنظف المستخدمين في المراوض. وعليك أن تتجنب التخلص منه في أحواض المطبخ وأحواض الاستحمام والساحات.
- يمكن أيضًا استخدام ممسحة مبللة مع فوط مخصصة للاستعمال مرة واحدة. استبدل الفوط المخصصة للاستعمال مرة واحدة كثيرًا.

السجاد والكنس بالمكنسة الكهربائية:

- استخدم مكنسة احترافية مزودة بفلتر HEPA. (قد تقوم المكناس الكهربائية الأخرى بنشر غبار الرصاص في جميع أنحاء المنزل.)
- نظف من الأعلى إلى الأسفل، وقم بتنظيف الأثاث والستائر أولاً.
- استخدم المكنسة الكهربائية لتنظيف السجاد والمشايات ببطء
- اقلب السجاد ونظف الجانب الآخر بالمكنسة الكهربائية أيضًا.
- يمكن غسل المشايات وقطع السجاد الصغيرة بشكل منفصل في الغسالة.
- قم بتغيير أكياس/علب المكنسة الكهربائية خارج المنزل.

تنظيف المنزل بالكامل للتحكم في غبار الرصاص (تابع)

إذا أمكن، قم بإزالة السجاد. فمن السهل الحفاظ على نظافة أسطح الأرضيات الصلبة.

يمكن للحيوانات الأليفة أن تخلف آثار الرصاص من الخارج في الفناء أو على الشرفة. امسح الأقدام والفراء قبل دخول حيواناتك الأليفة إلى المنزل.

إذا لم تتمكن من إكمال تنظيف المنزل بالكامل، فابدأ بالمناطق في الغرف التي يقضي فيها الأطفال الوقت. من المناطق الأكثر شيوعاً للعثور على غبار الرصاص هي حول النوافذ والأبواب.

ويُعد تنظيف غبار الرصاص إحدى طرق السلامة قصيرة المدى. ويُرجى العلم أن التنظيف الدقيق للمناطق التي تحتوي على الرصاص مهم جداً. إذ يتجمع غبار الرصاص على عتبات النوافذ والأرضيات والجدران ولعب الأطفال.

يلزم إزالة مصدر غبار الرصاص للحفاظ على سلامة عائلتك وإبقائهم في مأمن من أخطار الرصاص.



اختبر منزلك للكشف عن الرصاص قبل

- إزالة الطلاء.
- تجديد المنزل.

إذا تم بناء منزلك أو منزل أحد الأقارب أو موقع رعاية الأطفال قبل عام 1978 ويتم ترميمه أو تجديده، فلا تدع طفلك يلعب بالقرب من الغبار أو قطع الطلاء أو أي حطام من البناء. من المرجح أنه تم استخدام الطلاء المحتوي على الرصاص في المبنى، وقد يؤدي إتلاف الطلاء إلى التعرض للرصاص.

عند تجديد المنزل:

- احصل على مساعدة الخبراء. اتصل بإدارة الصحة في ولاية أوهايو للمساعدة في العثور على شخص مرخص أو تفضل بزيارة www.odh.ohio.gov/lead لمزيد من المعلومات.
- تجنب الصنفرة الجافة للطلاء.
- تجنب استخدام المسدس الحراري لإزالة الطلاء القديم المحتوي على الرصاص.
- استخدم حواجز الأطفال أو أغلق الأبواب لإبعاد الأطفال عن المنطقة.
- قم بإزالة جميع الأثاث والسجاد والمشايات والستائر والطعام والملابس والأدوات المنزلية الأخرى حتى اكتمال التنظيف.
- يجب أن تكون الأشياء التي لا يمكن إزالتها من منطقة العمل ملفوفة بإحكام بأغطية بلاستيكية ومحكمة الغلق بشريط لاصق.
- قم بتغطية الأرضيات بأغطية بلاستيكية.

- إذا كنت تعمل على مشروع أكبر، فقم بتغطية المداخل والمخارج بأغطية بلاستيكية وأنشئ منطقة عزل هوائي.
- قم بإيقاف تشغيل أنظمة تسخين الهواء وتكييف الهواء القسري. قم بتغطية الفتحات بأغطية بلاستيكية ولصق الأغشية في مكانها بشريط لاصق.
- أغلق جميع النوافذ في منطقة العمل.
- رش الماء على الأسطح المطلية بالرصاص لمنع الغبار من الانتشار.
- استخدم طرق التنظيف الرطب (الصفحتان 10 و 11) لتنظيف المنطقة جيدًا بعد اكتمال العمل



المساعد في تقليل الرصاص من خلال اتباع نظام غذائي صحي

الأطعمة الغنية بالحديد والكالسيوم وفيتامين سي مهمة جدًا للأطفال. ويمكن للجسم أن يخلط بين الرصاص وأي من هذه العناصر المغذية. الأطفال الذين لا يحصلون على كفايتهم من هذه العناصر الغذائية سيقومون بامتصاص الرصاص بشكل أسهل من الأطفال الذين يحصلون عليها.

الحديد

- الأطفال الذين يعانون من نقص الحديد أو الأطفال الذين يعانون من فقر الدم هم أكثر عرضة للخطر، ويمكن أن تمتص أجسامهم ما يصل إلى 50% من الرصاص.
- وتحتوي معظم الحبوب والخبز على حديد إضافي ضمن مكوناتها (مدعم).
- اللحوم الخالية من الدهون والخضروات الورقية الخضراء ودقيق الشوفان والخبز والزبيب هي مصادر ممتازة للحديد.

الكالسيوم

- يمكن أن يساعد تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم في منع الرصاص من دخول مجرى الدم.
- الحليب والجبن والبروكلي والسبانخ والزيادي والكرنب واللفت كلها مصادر جيدة للكالسيوم.

فيتامين ج

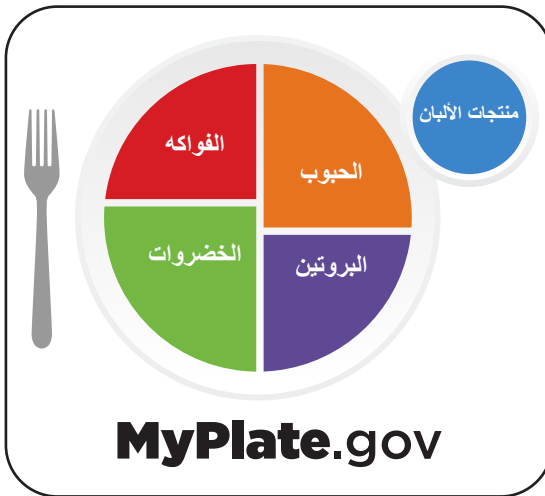
- قد يعمل فيتامين ج كعامل وقائي ضد الرصاص.
- البرتقال والجريب فروت والطماطم والبطاطس والبروكلي والتوت هي مصادر ممتازة لفيتامين ج.

المساعد في تقليل الرصاص من خلال اتباع نظام غذائي صحي (تابع)

للتأكد من أن طفلك يتبع عادات غذائية جيدة، يوصى بما يلي:

- لا تفوّت وجبات الطعام؛ فالمعدة الفارغة تمتص الرصاص بسهولة أكبر.
- اغسل يدي طفلك جيّداً وبشكل متكرر، خاصة قبل الأكل.
- قلل من تناول الدهون والسكر في النظام الغذائي لطفلك.
- قدم الفواكه والخضروات لطفلك بدلاً من رقائق البطاطس والحلوى.
- قدم لطفلك وجبات خفيفة صحية بين الوجبات.
- اغسل الطعام الطازج بشكل صحيح.
- لا تقم بتخزين الطعام أو تسخينه في حاويات غير مخصصة للطهي، مثل العلب أو الفخار المزجج.
- لا تسمح لطفلك بتناول الطعام المتساقط على الأرض.

ضع في اعتبارك أن التغذية الجيدة لا يمكن أن تمنع التعرض للرصاص بشكل كامل، ولكنها مهمة جداً لصحة طفلك وعافيته بشكل عام. لمزيد من المعلومات حول إعداد وجبات مغذية ووجبات خفيفة، يُرجى زيارة www.myplate.gov



يمكن أن تتعرضي أنت وطفلك الذي لم يولد بعد للأذى بسبب الرصاص. يمكن أن يتأثر طفلك إذا تعرضت للرصاص أثناء الحمل. يمكن أن يتسبب الرصاص في ولادة طفلك بحجم صغير جدًا وبشكل مبكر عن موعده. كما يمكن أن يكون خطر الإجهاض لديك أعلى من المعتاد.

نصائح للتمتع بحمل صحي

- تناول وجبات صحية ومتوازنة غنية بالحديد والكالسيوم.
- التزمي بمواعيد زيارات الطبيب المعتادة قبل الولادة.
- احمي نفسك إذا كانت وظيفتك تعرضك للرصاص.
- لا تضعي أبدًا مواد غير غذائية في فمك. وفي بعض الأحيان قد يكون لدى الحوامل رغبة ملحة في تناول أشياء ليست طعامًا. تشمل الأمثلة نشا الذرة والفخار المسحوق والتراب. فإذا كانت لديك الرغبة في تناول مواد غير غذائية، ناقشي هذا الأمر مع طبيبك.
- يجب على النساء الحوامل عدم تنظيف غبار الرصاص. يجب أيضًا إبقاء الأطفال الآخرين بعيدًا عن منطقة التنظيف.
- إذا كنتِ حاملاً أو تفكرين في الحمل، فتحدثي إلى طبيبك وتعلمي كيفية منع التعرض للرصاص.



تقييم مخاطر التعرض للرصاص قبل الولادة

إذا أجبتِ بنعم على الأسئلة من 1-7، يوصى بإجراء اختبار فحص مستويات الرصاص في الدم.

- 1.** هل تتعاملين أنت أو غيرك ممن يعيشون معك مع الرصاص في وظيفتك؟ (يُرجى الرجوع إلى القائمة أدناه لمعرفة الوظائف التي قد تنطوي على التعرض للرصاص.)
- إنتاج الذخيرة/المتفجرات.
 - بناء الجسور والأنفاق والطرق السريعة/خطوط مترو الأنفاق المرتفعة.
 - إعادة تدوير الزجاج والزجاج الملون وتصنيع الزجاج.
 - تصنيع وتركيب مكونات السبائك.
 - المهن التي تستخدم الأسلحة النارية.
 - تصنيع المطاط.
 - العمل في ورش تصليح السيارات.
 - إزالة العزل عن الأسلاك/الكابلات، أو توصيلها، أو إنتاجها.
 - التخلص من الرصاص.
 - تصنيع الآلات والمعدات الصناعية.
 - تصنيع البلاستيك.
 - السفع الرملي (التنظيف بالرمل) للطلاء المحتوي على الرصاص أو صنفرتة أو كشطه أو حرقه أو إتلافه.
 - تصنيع البطاريات وإعادة تدويرها.
 - صناعة السيراميك.
 - إنتاج الرصاص أو صهره.
 - العمل في ساحات الخرقة المعدنية وأماكن إعادة التدوير الأخرى.
 - صناعة الفخار.
 - استخدام الدهانات التي تحتوي على الرصاص.
 - النحاس الأصفر أو البرونز أو النحاس أو الرصاص.
 - تشغيل أو طحن السبائك الرصاصية.

تقييم مخاطر التعرض للرصاص قبل الولادة (تابع)

- العمل في ميادين الرماية.
- تشغيل أو طحن السبائك الرصاصية.
- العمل مع قطع غيار السيارات وملحقاتها.
- إنتاج واستخدام المستحضرات الكيميائية.
- اللحام أو القطع بلمبة اللحام للمعادن المطلية.

2. هل لديك أو لدى الآخرين ممن يعيشون معك أي هوايات أو أنشطة تنطوي على التعامل مع الرصاص؟
(يُرجى الرجوع إلى القائمة أدناه لمعرفة الأنشطة التي قد تنطوي على التعرض للرصاص.)

- صنع الزجاج الملون أو الرسم على الزجاج الملون.
- طلاء النحاس بطلاء المينا.
- صب البرونز.
- صناعة الفخار والأواني الخزفية باستخدام الطلاءات والألوان المحتوية على الرصاص.
- صب الذخيرة أو أثقال الصيد أو التماثيل الرصاصية.
- تجميع التماثيل المحتوية على الرصاص أو طلائها أو اللعب بها.
- صناعة المجوهرات باستخدام لحام الرصاص.
- الإلكترونيات التي تستخدم لحام الرصاص.
- إعادة طلاء الأثاث.
- نفخ الزجاج باستخدام الزجاج المحتوي على الرصاص.
- الطباعة والفنون الجميلة الأخرى.
- تقطير الخمور.
- الصيد وإطلاق النار على الهدف.

تقييم مخاطر التعرض للرصاص قبل الولادة (تابع)

3. هل لديك أطفال في منزلك معرضون للرصاص؟
 4. هل لديك تاريخ سابق من التعرض للرصاص؟
 5. هل قمت في السنوات الخمس الماضية، أو تقوم حالياً، بإصلاح منزل تم بناؤه قبل عام 1978 لأغراض العمل أو الهواية أو الاستخدام الشخصي؟
 6. في بعض الأحيان يكون لدى النساء الحوامل الرغبة في تناول أشياء ليست طعاماً، مثل الطين أو التربة أو الجص أو قطع الطلاء. هل سبق لك أن أكلت أو مضغت مواد غير غذائية؟
 7. هل ولدت أو قضيت أي وقت خارج الولايات المتحدة؟
- إذا كانت إجابتك "نعم" على أي سؤال من 1 إلى 7، يوصى بإجراء اختبار فحص مستويات الرصاص في الدم.
8. على حد علمك، هل تم اختبار مياه منزلك للكشف عن الرصاص، وإذا كان الأمر كذلك، فهل قيل لك إن المستوى مرتفع (15 جزءاً في المليار)؟
 9. هل تستخدمين أي علاجات شعبية تقليدية أو مستحضرات تجميل لا تباع في صيدلية عادية أو محلية الصنع، وقد تحتوي على الرصاص؟ على سبيل المثال: الكحل، والكاجال، والسورما، والجريتا، والأزاركون، والبالو جولي، والبالو آه، والغزارد.
 10. هل تستخدمين الفخار محلي الصنع أو الكريستال المحتوي على الرصاص في الأكل أو الشرب؟
 11. هل تعيشين في منزل تم بناؤه قبل عام 1978 أو تزورينه بانتظام وكان هذا المنزل يحتوي على طلاء متشقق أو مقشر، أو تم تجديده أو ترميمه في السنوات الخمسة الماضية؟

إذا كانت إجابتك "نعم" على أي من الأسئلة من 8-11، يوصى بحضور جلسات استشارات/تثقيف الحد من المخاطر.

إدارة الصحة بولاية أوهايو www.odh.ohio.gov (ابحث عن كلمة "التسمم بالرصاص".)

1-877-LEAD SAFE

مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)

www.cdc.gov/nceh

الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال

aap.org (ابحث عن كلمة "التسمم بالرصاص".)

إدارة Medicaid بولاية أوهايو

medicaid.ohio.gov

المركز الوطني للإسكان الصحي

www.healthyhousing.org

وزارة الإسكان والتنمية الحضرية الأمريكية (HUD)

www.hud.gov/program_offices/healthy_homes/leadinfo

وكالة حماية البيئة الأمريكية (EPA)

www.epa.gov/lead