



Kuzuia Sumu ya Risasi

Je metali ya Risasi Hupatikana Wapi?

- **Rangi:** Risasi huweza kupatikana katika rangi ambayo ilitengenezwa kabla ya 1978. Rangi hii inaweza kuwa kwenye sehemu yeyote iliyopigwa rangi katika nyumba yako, kama milango, dirisha, na ua.
- **Vumbi:** Vumbi ya risasi nyumbani hutoka kwa sehemu za nyumba zilizopigwa rangi iliyo na risasi ambazo zinabambuka. Kukwaruza na kuondoa rangi ya zamani wakati wa kupaka rangi upya au kufanya matengenezo huweza pia kusababisha shida ya vumbi ya risasi.
- **Mchanga:** Rangi ya zamani ambayo imetoka nje ya nyumba yako chini inaweza kubakisha risasi ndani ya mchanga.
- Risasi pia huweza kupatikana katika vyombo vya kauri, chupa, debe za chakula kutoka nje ya Marekani, bomba za maji, viungo, na vipodozi fulani vya kikabila na dawa za nyumbani.
- Kazi na uzoefu fulani pia huweza kuwahatarisha watoto na watu wazima kwa risasi. Mifano kadhaa ni kama wapaka rangi, warekebeshaji nyumba, mafundi bomba, fundi wa gari, wafanyikazi wa daraja, kutengeneza vito, kauri/ufinyanzi au vioo, na kuenda kwa sehemu za kupiga risasi za ndani ya vyumba.

Je mtoto Wako Ako Katika Hatari ya Sumu ya Risasi?

Ukijibu ndiyo kwa mojawapo ya maswali yafuatayo ikiwa ungependa kutaka mtoto wako apimwe, hata iwapo mtoto wako ni mkubwa zaidi.

- Je mtoto wako huishi au hutembelea mara kwa mara nyumba iliyojengwa kabla ya 1960?
- Je mtoto wako huishi au hutembelea mara kwa mara nyumba iliyojengwa kabla ya 1978 ambayo imefanyiwa matengenezo au ilifanyiwa matengenezo hapo karibuni?
- Je mtoto wako huishi au hutembelea mara kwa mara nyumba ambayo ina rangi inayobambuka?
- Je mtoto wako huishi na mtu mzima au hutembelea mara kwa mara mtu mzima ambaye kazi yake au uzoefu wake humhatarisha kwa risasi?
- Je familia yako hula au hunywa kutoka vyombo vilivyotengenezwa nje ya Marekani?
- Je familia yako hutumia madawa ya kitamaduni?

Je mtoto hupata sumu ya risasi vipi?

- Sumu ya risasi kwa kawaida hufanyika wakati watoto wakiingiwa mdomoni (kula) vumbi iliyo na risasi ndani yake. Watoto pia wanaweza kula rangi iliyo na risasi au mchanga iliyo na risasi ndani.

Je Risasi Hufanya Nini kwa Mwili?

- Hakuna kiasi cha risasi mwilini ambayo haina madhara. Madhara inayosababisha huweza kuendelea hadi milele! Risasi inaweza kuharibu ubongo. Inaweza kusababisha changamoto za kukua, kupoteza kusikia, na changamoto za kujifunza.
- Watoto wengi hawadhahirishi dalili za kuathirika na sumu ya risasi. Dalili za kiwango cha juu cha sumu ya risasi huweza kuwa sawa na magonjwa mengine ya watoto, kama mafua au kuibuka meno.

Je Risasi Hufanya Nini kwa Mwili? (imeendelewa)

- Ikiwa mwanamke mja mzito ako karibu na metali ya risasi, yeye na mtoto wake ambaye hajazaliwa huweza kupata sumu ya risasi. Risasi inaweza kusababisha madhara ya kudumu kwa mama huyo na mtoto wake.

Je Unaweza Kupunguza Hatari Vipi?

Badilisha, rekebisha au shughulikia hatari zote za risasi katika mbinu ya kujisalimisha na risasi.

Hatua unazoweza kuchukua kuzuia watoto wako kutoka sumu ya risasi:

- Epusha watoto na wanawake wajawazito kutoka hatari zote za sumu ya risasi.
- Safisha vumbi ya risasi na bambuko za rangi kwa kufuta madirisha na sakafu na nguo yenye majimaji. USIFAGIE bila maji au kutumia mashine ya kifyonza vumbi, hii itasambaza vumbi ya risasi.
- Ziba sehemu zilizo na rangi zilizobambuka. Usitumie madirisha zilizo na rangi iliyobambuka.
- Hamisha chumba cha malazi cha mtoto wako au mahali pake pa kucheza kwa chumba ambacho hakina rangi inayobambuka.
- Weka mkeka inayoweza kuoshwa ndani na nje ya milango.
- Watu wavue viati kabla ya kuingia nyumba yako.
- Usimkubalie mtoto wako au (mnyama wako) kucheza kwa mchanga.
- Osha na ukaushe mikono ya mtoto wako, vitu vyake vya kucheza na vya kumlaza mara kwa mara. Osha na ukaushe mikono ya mtoto wako kabla ya kucheza, kula, na kulala.
- Tumia maji moto kutoka mfereji kwa kunywa, kupika na kuchanganya chakula cha mtoto. Acha maji yatiririke kwa madakika 1-2 kabla ya kuyatumia.
- Mpatie mtoto wako vyakula vyenye afya. Tumbo lisilo na chakula huchukua risasi zaidi ya tumbo ambalo limejaa.

Hatua watu wakubwa wanaweza kuchukua kujizuia na watoto kutoka kupata sumu ya risasi kutoka kazi au uzoefu:

- Usikule, usinywe au usivute sigara katika sehemu lako la kazi/uzoefu.
- Osha mikono yako na uso wako kabla ya kula, kuvuta sigara au kunywa.
- Vaa mavazi ya ulinzi (kama glavu, kofia, na vifunika viati za matumizi ya mara moja) unapofanya kazi na risasi. Tumia kifaa cha kupumua kilichoidhinishwa na Taasisi ya Kitaifa ya Usalama na Afya ya Kikazi (NIOSH).
- Oga, osha nywele yako, halafu badilisha mavazi na uvae nguo na viatu safi kabla hujaondoka eneo la kazi. Kuacha vumbi kwenye nguo zako huweza kuchafua nyumba na gari yako.
- Weka mavazi na viatu vyako vya kazi katika karatasi ya plastiki iliyoziwa.
- Weka mavazi ya kazi katika mashine ya kuosha nguo katika muda tofauti na nguo za familia.

Je mtoto wako anahitaji kupimwa kwa kupata sumu ya risasi?

- Ndiyo, watoto wote, wa umri ya mwaka mmoja na miwili, ni lazima wapimwe kwa kupata sumu ya risasi ...Hii ndiyo sheria!
- Vipimo vya damu vitakuambia kiasi cha sumu ya risasi kilicho katika damu ya mtoto wako wakati wa kipimo. Iwapo kiwango ni juu, mtoto wako atahitaji kupimwa zaidi.
- Iwapo mtoto wako ako hatarini katika umri mwingine, mpeleke mtoto wako apimwe wakati huo pia.

Programu ya Kuzuia Sumu ya Risasi ya Connecticut

(860) 509-7299

www.ct.gov/dph/lead

