

Ou ka evite **ekspoze ak plon anvan akouchman an**

Yon paran kapab transmèt plon bay tibebe ki poko fèt la, men gen fason pou l evite sa nètale

Lè yon moun ki ansent ekspoze ak plon, sa kapab lakòz tansyon li monte, sa ka fè li akouche twò bonè, sa ka ralanti kwasans tibebe a epi sa ka menm lakòz yon foskouch.

Lè yon tibebe ekspoze ak plon anvan nesans li, sa ka afekte devlopman sèvo l la. Jwenn plis enfòmasyon sou risk ekspozisyon yo ak sou sa ou kapab fè pou pwoteje tèt ou ak tibebe w kont plon an.

Evalyasyon sou riks ekspozisyon ak plon an: Pwofesyonèl sante w ka poze w kèk kesyon byen presi pou konnen si gen risk pou w ekspoze ak plon.

Entoksikasyon akoz plon an kapab lakòz gwo pwoblèm pandan gwosès la, ni pou ou menm, ni pou tibebe ki poko fèt la. Men kèk konsèy pratik k ap pwoteje w kont entoksikasyon akoz plon an:

- ▶ Manje manje ki ekilibre, ki chaje kalsyòm e ki chaje fè (p. eg. lèt, yogout, pwa ak vyann wouj mèg).
- ▶ Pa manje okenn bagay ki pa manje, tankou ajil, tè, veso ki fèt ann ajil oswa ti moso penti, ni pa mete jan de bagay sa yo nan bouch ou.
- ▶ Evite nenpòt zòn nan kay la kote y ap fè renovasyon oswa reparasyon si yo te bati kay la anvan 1978. Travay la ka bay yon pousyè ki ka gen plon ladan l.
- ▶ Evite sèvi ak pwodui ki ka gen anpil plon, tankou kohl, kajal, surma ak sindoor.
- ▶ Evite manje sirèt, epis ak manje ou achte nan lòt peyi. Bagay sa yo ka gen plon ladan yo.
- ▶ Evite sèvi ak veso ak chodyè ann ajil ki enpòte pou fè manje, pou sèvi manje oswa pou sere manje.
- ▶ Pa sèvi ak okenn veso ann ajil ki fann oswa k ap dekalè.
- ▶ Evite nenpòt travay oswa pastan ki ka fè w ekspoze ak plon, tankou reparasyon pon, pentire oswa renove kay, repara machin oswa pyès elektwonik, oubyen nenpòt travay avèk zamafe, bijou, veso ann ajil oswa vitray.
- ▶ Apre tibebe w fèt, li ta dwe fè yon tèst ekspozisyon ak plon chak ane ant laj 9 mwa ak 35 mwa.

Ale sou www.ct.gov/dph/preventlead pou jwenn plis enfòmasyon.

