

قرار گرفتن در معرض سرب قبل از تولد طفل قابل پیشگیری است

سرب می تواند از والدین به طفل متولد نشده آنها منتقل شود، اما 100% قابل پیشگیری است

هنگامی که یک فرد باردار در معرض سرب قرار می گیرد، می تواند منجر به فشار خون بالا، زود آمدن نوزاد، کند شدن رشد کودک یا حتی سقط جنین شود.

هنگامی که طفل قبل از تولد در معرض سرب قرار گیرد، رشد مغزی او تحت تاثیر قرار می گیرد. درباره خطرات قرار گرفتن در معرض سرب و راه های ایمن ماندن از آن برای خود و طفل تان بیشتر بدانید.

ارزیابی خطر سرب: ارائه دهنده مراقبت صحتی شما سؤالات خاصی دارد که می تواند به آنها کمک کند تا تعیین کنند آیا شما در خطر قرار گرفتن در معرض سرب هستید یا خیر.

مسمومیت با سرب می تواند مشکلات جدی در دوران بارداری برای شما و طفل متولد نشده شما ایجاد کند. در اینجا چند نکته موثر برای کمک به محافظت در برابر مسمومیت با سرب وجود دارد:

- یک رژیم غذایی متعادل با غذاهای غنی از کلسیم و آهن (مانند شیر، ماست، لوبیا و گوشت سرخ بدون چربی) داشته باشید.
- از خوردن یا قرار دادن دهان روی اقلام غیرخوراکی مانند خاک رس، خاک، سفال یا خرده های رنگ خودداری کنید.
- اگر در خانه ای که قبل از سال 1978 ساخته شده زندگی می کنید، از مناطقی در خانه که در آن بازسازی/تعمیرات در حال انجام است خودداری کنید. گرد و غبار ایجاد شده در حین کار ممکن است حاوی سرب باشد.
- از استفاده از محصولاتی که ممکن است حاوی سطوح بالایی از سرب باشند، مانند سرمه، کاجل، سرمه و سیندور خودداری کنید.
- از خوردن شربنی، ادویه جات و غذاهای خریداری شده در کشورهای دیگر خودداری کنید. این موارد ممکن است حاوی سرب باشند.
- از استفاده از ظروف سفالی وارداتی برای پخت، سرو یا نگهداری غذا خودداری کنید.
- از ظروف سفالی که دارای میدهگی یا درز اند استفاده نکنید.
- از مشاغل یا سرگرمی هایی که ممکن است مستلزم قرار گرفتن در معرض سرب باشد، مانند تعمیر پل؛ نقاشی یا ات، سفال یا شیشه های رنگی، اجتناب کنید.
- هنگامی که کودک شما متولد شود، باید سالانه از سن 9 تا 35 ماهگی برای قرار گرفتن در معرض سرب معاینه شود.

برای معلومات بیشتر به www.ct.gov/dph/preventlead مراجعه کنید.

