

Narażenie na ołów w okresie prenatalnym jest możliwe do uniknięcia

Ołów może być przenoszony z organizmu matki na nienarodzone dziecko, ale można temu w 100% zapobiec.

Narażenie ciężarnej kobiety na działanie ołowiu może prowadzić do wysokiego ciśnienia krwi, przedwczesnego porodu, spowolnienia wzrostu dziecka, a nawet poronienia.

Narażenie dziecka na działanie ołowiu przed urodzeniem może mieć wpływ na rozwój jego mózgu. Warto dowiedzieć się więcej o ryzyku związanym z narażeniem na ołów i sposobach ochrony przed nim zarówno siebie, jak i dziecka.

Ocena ryzyka związanego z ołowiem: Świadczeniodawca ma konkretne pytania, które pomogą mu ustalić, czy istnieje ryzyko narażenia na działanie ołowiu.

Zatrucie ołowiem może powodować poważne problemy w czasie ciąży dla kobiety i nienarodzonego dziecka. Oto kilka praktycznych wskazówek, które pomogą uchronić się przed zatruciem ołowiem:

- ▶ Należy stosować zbilansowaną dietę zawierającą pokarmy bogate w wapń i żelazo (np. mleko, jogurt, fasolę i chude czerwone mięso).
- ▶ Nie wolno jeść ani wkładać do ust przedmiotów niebędących żywnością, takich jak glina, ziemia, ceramika lub wióry farby.
- ▶ W przypadku domów wybudowanych przed 1978 r. należy unikać miejsc, w których przeprowadzane są remonty/naprawy. Pył powstający podczas pracy może zawierać ołów.
- ▶ Należy unikać stosowania produktów, które mogą zawierać duże ilości ołowiu, takich jak kohl, kajal, surma i sindoor.
- ▶ Należy unikać spożywania słodczy, przypraw i żywności zakupionej w innych krajach. Produkty te mogą zawierać ołów.
- ▶ Do gotowania, serwowania i przechowywania żywności nie należy używać importowanych naczyń glinianych.
- ▶ Nie wolno używać ceramiki, która jest wyszczerbiona lub popękana.
- ▶ Należy unikać prac lub hobby, które mogą wiązać się z narażeniem na kontakt z ołowiem, takich jak naprawa mostów, malowanie lub renowacja domu, naprawa samochodów lub elektroniki, praca z bronią palną, biżuterią, ceramiką lub witrażami.
- ▶ Po urodzeniu dziecko powinno być co roku badane pod kątem narażenia na ołów w wieku od 9 do 35 miesięcy.

Więcej informacji można uzyskać na stronie www.ct.gov/dph/preventlead.

