

# Пренатальное воздействие свинца можно предотвратить

**Свинец может передаваться от родителя будущему ребенку, но это можно полностью предотвратить в 100% случаев**

Когда беременная женщина подвергается воздействию свинца, это может привести к повышению кровяного давления, слишком раннему рождению ребенка, замедлению роста ребенка или даже к выкидышу.

Когда ребенок подвергается воздействию свинца до рождения, это может повлиять на развитие мозга малыша. Узнайте больше о рисках воздействия и способах защиты от свинца как для Вас, так и для Вашего ребенка.

**Оценка риска, связанного со свинцом:** У Вашего поставщика медицинских услуг есть конкретные вопросы, которые помогут определить, подвержены ли Вы риску воздействия свинца.

**Отравление свинцом может вызвать серьезные проблемы во время беременности у Вас и Вашего будущего ребенка. Вот несколько эффективных советов, которые помогут защититься от отравления свинцом:**

- ▶ Придерживайтесь сбалансированной диеты, включающей продукты, богатые кальцием и железом (например, молоко, йогурт, фасоль и нежирное красное мясо).
- ▶ Не ешьте и не кладите в рот непищевые предметы, например, глина, земля, керамика или кусочки застывшей краски.
- ▶ Избегайте мест в доме, где проводятся ремонтные работы, если Вы живете в доме, построенном до 1978 года. Пыль, образующаяся во время работ, может содержать свинец.
- ▶ Избегайте использования продуктов, которые могут содержать высокий уровень свинца, таких как кохль, кайал, сурьма и синдур.
- ▶ Избегайте употребления конфет, специй и продуктов, купленных в других странах. Эти предметы могут содержать свинец.
- ▶ Избегайте использования импортных глиняных горшков и посуды для приготовления, подачи или хранения продуктов питания.
- ▶ Не используйте керамическую посуду со сколами или трещинами.
- ▶ Избегайте работы или занятий в свободное время, которые могут быть связаны с воздействием свинца, например, ремонт мостов, покраска или ремонт дома, ремонт автомобилей или электроники или работа с огнестрельным оружием, ювелирными изделиями, керамикой или витражами.
- ▶ После рождения ребенка его следует проверять на воздействие свинца ежегодно в возрасте от 9 до 35 месяцев.



Посетите сайт [www.ct.gov/dph/preventlead](http://www.ct.gov/dph/preventlead) для получения дополнительной информации.