

Hatari ya Madini ya Risasi Inaweza Kuzuiwa

Madini ya risasi yanaweza kupitishwa kutoka kwa mzazi hadi kwa mtoto ambaye hajazaliwa, lakini inaweza kuzuiwa kwa 100%.

Wakati mtu mjamzito anapata madini ya risasi, inaweza kusababisha shinikizo la damu, mtoto kuzaliwa mapema sana, kupunguza kasi ya ukuaji wa mtoto, au hata mimba kutoka.

Mtoto anapopata madini ya risasi kabla ya kuzaliwa, ukuaji wa ubongo wake unaweza kuathiriwa. Jifunze zaidi kuhusu hatari, na njia za kukaa salama kutokana na madini ya risasi kwako na kwa mtoto wako.

Tathmini ya Hatari ya Madini ya Risasi: Mtoa huduma wako ana maswali mahususi ambayo yanaweza kumsaidia kubaini kama uko katika hatari ya kupata madini ya risasi.

Sumu ya madini ya risasi inaweza kusababisha matatizo makubwa wakati wa ujauzito kwako na mtoto wako ambaye hajazaliwa. Hapa kuna vidokezo muhimu vya kusaidia kujilinda dhidi ya sumu ya madini ya risasi:

- ▶ Kula mlo kamili na vyakula vyenye madini ya kalisi na chuma (kwa mfano, maziwa, mtindi, maharagwe na nyama nyekundu isiyo na mafuta).
- ▶ Usile au kuweka kwa mdomo wako vitu visivyo chakula, kama vile udongo, mchanga, vyombo vya udongo au vipande vya rangi.
- ▶ Epuka maeneo ya nyumbani ambapo ukarabati/urekebishaji unafanyika ikiwa unaishi katika nyumba iliyojengwa kabla ya 1978. Vumbi inayotokea wakati wa kazi inaweza kuwa na madini ya risasi.
- ▶ Epuka kutumia bidhaa ambazo zinaweza kuwa na viwango vya juu vya madini ya risasi, kama vile kohi, kajal, surma na sindoor.
- ▶ Epuka kula peremende, viungo na vyakula vinavyonunuliwa katika nchi nyingine. Vitu hivi vinaweza kuwa na madini ya risasi.
- ▶ Epuka kutumia sufuria na vyombo vya udongo vilivyoagizwa kutoka nje kupika, kuhudumia au kuhifadhi chakula.
- ▶ Usitumie chombo cha udongo kilichopasuka au kuvunjika.
- ▶ Epuka kazi au vitu vya kufurahisha ambavyo vinaweza kuhusisha kukaribia madini ya risasi, kama vile kutengeneza madaraja; kupaka nyumba rangi au ukarabati; ukarabati wa magari au umeme; au kufanya kazi na bunduki, mapambo ya vito, vyombo vya udongo au kioo cha rangi.
- ▶ Mara tu mtoto wako anapozaliwa, anapaswa kupimwa madini ya risasi kila mwaka kutoka umri wa miezi 9 hadi 35.



Tembelea www.ct.gov/dph/preventlead kwa maelezo zaidi.