



PROGRAMI I CT DPH (DEPARTAMENTIT TË
SHËNDETIT PUBLIK NË CONNECTICUT) PËR

FLLETA E FAKTEVE

Parandalimi i Helmimit nga Plumbi

Ku Gjendet Plumbi?

- **Bojë:** Plumbi mund të gjendet në bojëra që janë prodhuar përpara vitit 1978. Këto bojëra mund të jenë në çdo sipërfaqe të lyster në shtëpinë tuaj, si dritare, dritare dhe veranda.
- **Pluhur:** Plumbi nga pluhuri në shtëpi vjen nga plumbi në sipërfaqe të lyster me bojëra që përmbajnë plumb dhe që copëtohen dhe bien. Edhe lëmimi dhe gërryerja e bojërave të vjetra kur rilyeni apo rimodeloni mund të shkaktojë plumb nga pluhuri.
- **Dhe:** Boja e vjetër e pjesës së jashtme të shtëpisë që bie në tokë mund të lërë plumb në dhe.
- Plumbi mund të gjendet edhe në pjata qeramike, kristale, kanaçe ushqimi nga jashtë Sh.B.A.-ve, tuba uji, saldime dhe aksesore, kozmetika etnike dhe mjekime të përgatitura në shtëpi.
- Disa punë dhe hobi mund t'i ekspozojnë fëmijët dhe të rriturit ndaj plumbit. Disa shembuj janë bojaxhinjtë, rimodeluesit e shtëpive, hidraulikët, mekanikët, punëtorët e urave, punuesit e bizhuterive, punuesit e qeramikës/baltës apo xhamit të ngjyrosur, dhe ata që shkojnë në poligone të mbyllura qitjeje.

A Është Fëmija Juaj i Rrezikuar nga Helmimi nga Plumbi?

Nëse i përgjigjeni "po" njëres prej këtyre pyetjeve, mund t'ju duhet t'i bëni teste fëmijës, edhe nëse nuk është i vogël.

- A jeton fëmija juaj, apo viziton shpesh, një ndërtesë që është ndërtuar përpara vitit 1960?
- A jeton fëmija juaj, apo viziton shpesh, një ndërtesë që është ndërtuar përpara vitit 1978 dhe që po riparohet apo rimodelohet, apo sapo është riparuar apo rimodeluar?
- A jeton fëmija juaj, apo viziton shpesh, një ndërtesë në të cilën boja po bie apo copëtohet?
- A jeton fëmija juaj me një të rritur apo viziton shpesh një të rritur puna apo hobi i të cilit e ekspozojnë ndaj plumbit?
- A ha apo pi familja juaj nga pjata të prodhuara jo në Sh.B.A.?
- A përdorni në familje mjekime të përgatitura në shtëpi?

Si helmohet një fëmijë me plumb?

- Helmimi me plumb zakonisht ndodh kur fëmijët gëlltisnin (hanë) pluhur që ka plumb në të. Fëmijët mund të hanë edhe copa boje të thatë me plumb ose dhe që përmban plumb.

Çfarë i Bën Plumbi Trupit?

- Asnjë sasi plumbi në trup nuk është pa rrezik. Dëmi që shkakton plumbi është për gjithë jetën! Plumbi mund të dëmtojë trupin. Mund të shkaktojë probleme me rritjen, humbje të dëgjimit dhe probleme me të mësuarit.
- Shumë fëmijë nuk shfaqin shenja të helmimit me plumb. Disa nga shenjat e niveleve të larta të helmimit me plumb janë po atë të sëmundjeve të tjera të fëmijëve, si një e ftohur e zakonshme apo kur nxjerrin dhëmbët.

Çfarë i Bën Plumbi Trupit? (vazhdim)

- Nëse një grua shtatzënë është në një ambient me plumb, ajo dhe fëmija i saj i palindur mund të helmohen nga plumbi. Plumbi mund t'i shkaktojë dëme afatgjata nënës dhe fëmijës së saj.

Si Mund ta Reduktoni Rrezikun?

Zëvendësoni, riparoni ose menaxhoni të gjitha rreziqet nga plumbi në një mënyrë të sigurt.

Hapat që mund të merrni për të parandaluar helmimin e fëmijëve nga plumbi:

- Mbajini fëmijët dhe gratë shtatzëna larg nga çdo rrezik i shkaktuar nga plumbi.
- Pluhurat me plumb dhe copërat e bojës pastrojeni duke i pastruar parvazet dhe mbrojtëset e dritareve me leckë të lagur dhe duke i larë dyshemetë me shtupë të lagur. MOS fshini apo fshini me vakum në të thatë, sepse kjo shpërndan pluhurin me plumb.
- Bllokoni vendet ku boja po bie apo copëtohet. Mos përdorni dritaret që u është plasaritur boja.
- Mos bëni dhomë gjumi apo zonë loje të fëmijës një dhomë ku boja po bie apo copëtohet.
- Brenda dhe jashtë derës së jashtme vendosni tapete që lahen.
- Kërkojuni njerëzve të heqin këpucët para se të hyjnë në shtëpi.
- Mos e lini fëmijën tuaj (ose kafshët shtëpiake) të luajë me dhe.
- Lani dhe thani shpesh duart, lodrat dhe biberonin e fëmijës. Lajani fëmijës duart para se të luajë, hajë dhe flejë.
- Përdorni ujë të ftohtë nga rubineti për të pirë, gatuar dhe për formulën. Lëreni ujin të rrjedhë për 1-2 minuta para se ta përdorni.
- Jepini fëmijës të hajë ushqime dhe snacks të shëndetshme. Stomaku bosh e merr plumbin më shpejt se stomaku plot.

Hapa që të rriturit mund të ndërmarrin për të parandaluar helmimin e fëmijëve me plumb nga puna ose nga një hobi:

- Mos hani, pini apo pini duhan në vendin e punës / hobit tuaj.
- Lani duart dhe ftyrën para se të hani, pini apo pini duhan.
- Vishni rroba mbrojtëse (si doreza, kapele dhe mbulesa këpucësh njëpërdorimëshe) kur punoni me plumb. Përdorni aspiratorë të miratuar nga Instituti Kombëtar për Sigurinë dhe Shëndetin në Punë (NIOSH).
- Bëni dush, lani flokët dhe ndërrohuni me rroba dhe këpucë të pastra para se të largoheni nga vendi i punës. Nëse lini pluhur mbi rroba mund të kontaminoni shtëpinë dhe makinën.
- Vërin rrobat dhe këpucët e punës në çanta plastike të mbyllura.
- Mos i lani rrobat e punës bashkë me rrobat e familjes.

A duhet t'i bëni analiza fëmijës për helmim nga plumbi?

- Po, të gjithë fëmijët, në moshën rreth një apo dy vjeç, duhet të testohen për helmim nga plumbi...kështu është ligji!
- Analizat e gjakut do t'ju tregojnë sa plumb ka në gjakun e fëmijës në atë moment. Nëse niveli është i lartë, fëmija juaj do të ketë nevojë për më shumë analiza.
- Nëse fëmija juaj është në rrezik edhe në moshë tjetër, bëjini analiza edhe në atë kohë.

Programi i Connecticut për Parandalimin e Helmimit nga Plumb

(860) 509-7299

www.ct.gov/dph/lead



CONNECTICUT
Public Health