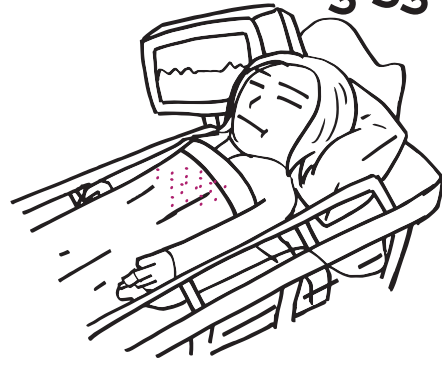




तपाईंको बच्चा लिड विषाक्तकरणबाट खतरामा हुनुहुन्छ?



बालबालिकाहरूमा लिड अनावरणले निम्न समस्या निम्त्याउन सक्छ:

- स्नायु प्रणाली र मस्तिष्कमा क्षति
- खराब व्यवहार
- केन्द्रित हुन, स्मृति गर्न र अध्ययन गर्नमा समस्या
- सुस्त वृद्धि
- वाचन तथा अध्ययन सम्बन्धी समस्याहरू
- जेलमा समाप्त हुने उच्च सम्भावना

लिड बाट घातक भएका वयस्कहरूलाई निम्न समस्या हुनसक्छ:

- छिटो मृत्यु हुनसक्छ
- मुटु तथा मृगौला रोग र स्ट्रोक हुनसक्छ
- उच्च रक्तचाप हुनसक्छ
- रक्तअल्पता हुनसक्छ
- बाँझोपन र गर्भपात हुनसक्छ



बच्चाहरू लिड कसरी अनावृत हुन्छन्?

- केही मसाला तथा कस्मेटिकहरूलाई अमेरिका भन्दा बाहिर बनाइन्छन्
- लिडबाट बनेका पानीका पाइपहरू
- लिड समावेश भएको फोहोरमा खेल्ने
 - 1978 भन्दा अगाडि बनाइएका घरहरूमा बस्ने (ढोका तथा झ्यालका फ्रेमहरूमा लगाइएको चिपिड पेन्ट)
 - पुराना, पेन्ट गरिएका फर्निचर
 - यु.एसभन्दा बाहिर बनाइएका खेलौनाहरूसँग खेल्ने



लिड अनावरणका केही संकेतहरू यसप्रकार छन्:

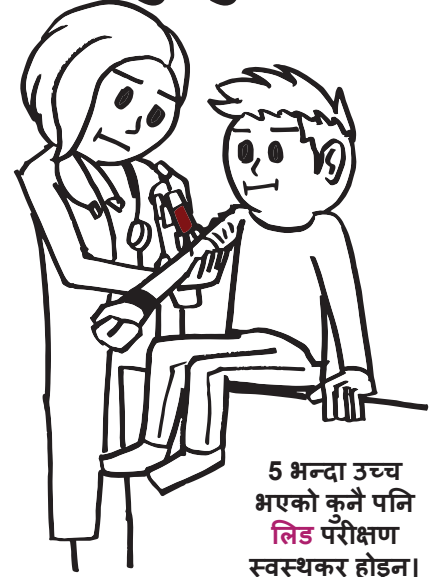
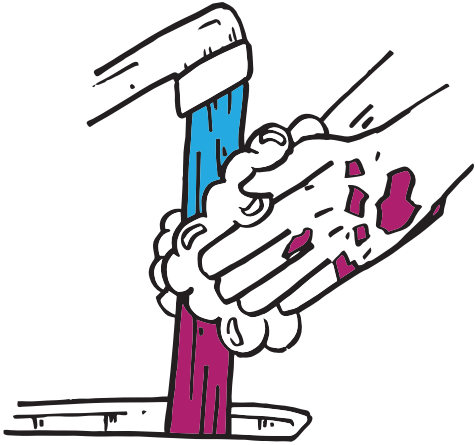
- रिसाउने वा लगातार रुने
- भोक कम लाग्ने र तौल घट्ने
- थकाई लाग्ने
- पेट दुख्ने वा वान्ता हुने
- कब्जियत हुने
- मुछी पर्ने



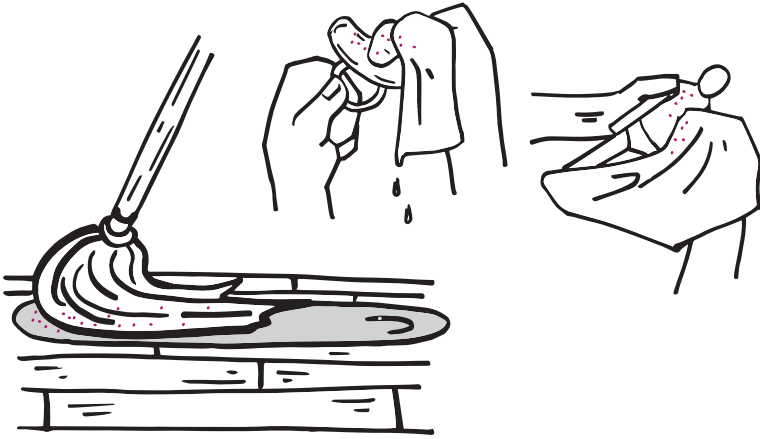
तपाईंको बच्चा लिड विषाक्तकरणबाट खतरामा हुनुहुन्छ?

के गर्ने:

- लिड जाँच गर्नको लागि आफ्नो बच्चाको रगत आफ्नो चिकित्सकलाई देखाउनुहोस् - जति कम उमेरमा जाँच गरायो त्यति राम्रो हुन्छ
- तपाईं गर्भवती हुनुहुन्छ भने, आफ्नो चिकित्सकलाई लिड जाँच गर्न अनुरोध गर्नुहोस्
- पेशागत निरीक्षकलाई आफ्नो घरमा लिड छ कि भनी परीक्षण गर्न लगाउनुहोस् र घरलाई सुरक्षित बनाउनुहोस्
- खानुअघि हातहरू धुनुहोस् र तपाईंको बच्चाको खाने सम्पूर्ण कुराहरूलाई धुनुहोस्
- पेन्ट गरिएका खेलौनाहरू लिडरहित छन् भनी थाहा नहुँदासम्म तिनीहरूलाई फाल्नुहोस्
- पिउनु वा पकाउनुभन्दा अघि धाराको पानीलाई एक मिनेटसम्म खोलेर छोड्नुहोस्
- अन्य राष्ट्रहरूबाट आएका डब्बामा बन्द गरिएका उत्पादनहरू लिडरहित छन् भनी निश्चित नहुँदासम्म नखानुहोस्

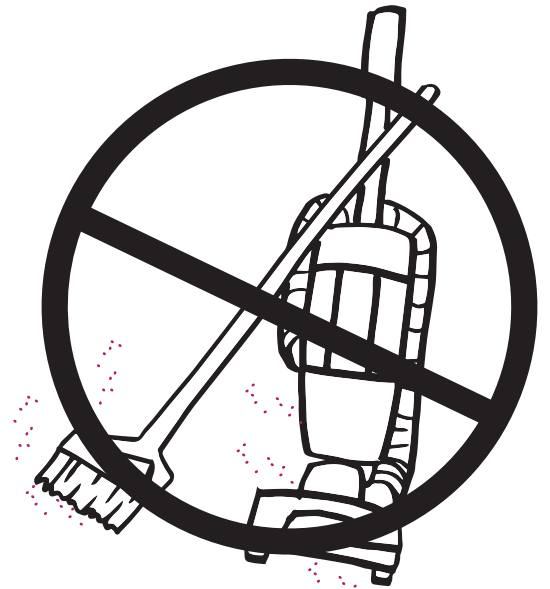


5 भन्दा उच्च भएको कुनै पनि लिड परीक्षण स्वस्थकर होइन।



लिड एक्सपोजर हुन नदिनका लागि कसरी सफा गर्ने:

- आफ्नो घरका भुईँ, झ्याल र ढोकाहरू चिसो कुचो वा कपडाको टुकुराले पुछ्नुहोस्
- खेलौना, केही कुराले भरिएका एनिमल, प्यासिफायर र बोतलहरूलाई प्रायः साबुन र पानीले धुनुहोस्
- बालबालिकाका हातहरू बारम्बार धोइदिनुहोस्



के गर्नु हुँदैन:

- कुचो वा भ्याकुमको प्रयोग नगर्नुहोस्, त्यसले लिडको धुलोलाई हावामा मिसाउन सक्छ।
- बालबालिकाहरूलाई फोहोरमा खेल्न नदिनुहोस्। तिनीहरूलाई घाँसमा खेल्न दिनुहोस्।
- बालुवा वा स्क्रैप पुरानो पेन्ट प्रयोग नगर्नुहोस्।
- आफ्नो जागिरबाट वा शोखले गर्दा घरमा लिड नल्याउनुहोस्।

लिड विषाक्तकरणलाई उल्ट्याउन सकिँदैन। आफ्नो बच्चाको जति सक्दो चाँडो परीक्षण गराउनुहोस्!

थप जानकारीको लागि, निम्नमा सम्पर्क गर्नुहोस्:

सार्वजनिक स्वास्थ्यको लागि साझेदारी: www.partnershipforpublichealth.org, मीलाई Facebook मा फेला पार्नुहोस्