سیسے سے ہوشیار رہیں

برتن اور کھانا پکانے کے برتن

رنگ برنگے برتنوں، مٹی کے برتنوں، کھانا پکانے کے برتنوں، اور گلاسوں میں سیسہ ہو سکتا ہے۔ سیسہ پر مشتمل پلیٹوں، گلاسوں، یا کھانا پکانے کے برتنوں میں تیار کردہ یا پیش کیے جانے والے کھانے پینے سے سیسہ آپ کے جسم میں داخل ہو سکتا ہے۔

سیسہ اور صحت

سیسے کا زہر بڑوں اور بچوں کے لیے انتہائی خطرناک ہے۔ جسم میں داخل ہونے کے بعد، سیسہ عمر بھر کے دماغی نقصان، مستقل چوٹوں، اور معذوری کا سبب بن سکتا ہے۔ سیسے کی کوئی بھی سطح محفوظ نہیں ہے۔ سیسے کے زہر سے متاثرہ بہت سے لوگ خود کو بیمار محسوس نہیں کرتے۔ خون میں سیسے کا ٹیسٹ ہی وہ واحد طریقہ ہے جس سے یہ معلوم کیا جا سکتا ہے کہ آیا آپ کے جسم میں سیسے کی مقدار زیادہ ہے۔

باخبر فیصلے کریں

کھانا پکانے اور پیش کرنے والی اپنی روایتی اشیاء کو سجاوٹ کے لیے استعمال کریں یا انہیں خاص مواقع کے لیے سنبھال کر رکھیں۔ کھانے پینے کے لیے روزانہ ان کا استعمال سیسے کے زہر کا خطرہ بڑھا دیتا ہے۔

پر خطر اشیاء

کھانے پینے کی اشیاء کی تیاری اور پیش کرنے کے لیے ان اشیاء کے استعمال سے پرہیز کریں:

- پرانے سیرامک، چینی کے، مٹی کے، ٹیراکوٹا، اور دھاتی برتن
- پرانے کرسٹل کے شیشے کے برتن اور صراحیاں (ڈیکینٹرز)
- درآمد شدہ نقش و نگار والے یا شوخ رنگ کے برتن، کھانا پکانے کے برتن، یا گلاس

- ہاتھ سے بنے سیرامکس
- ایلومینیم کے برتن
- مٹی یا دھات کی ایسی سجاوٹی اشیاء جن پر یہ لیبل لگا ہو: "Not for Food Use – May Poison Food" (خوراک کے لیے استعمال نہ کریں – یہ کھانے کو زہریلا کر سکتا ہے)
- خراب یا گھسے ہوئے سیرامکس
- ابھرے ہوئے یا گھسے ہوئے ڈیزائن والے برتن اور گلاس

خریداری کے دوران

- ریاستہائے متحدہ میں تیار کردہ مصنوعات خریدیں۔ ایسی مصنوعات سے پرہیز کریں جن کا آبائی ملک یا برانڈ معلوم نہ ہو۔
- میکسیکو، چین، اٹلی، اور جاپان کے سیرامک، چینی کے، مٹی کے، ٹیراکوٹا، اور دھاتی برتنوں سے پرہیز کریں۔ ان میں سے کچھ کی ریاستہائے متحدہ میں فروخت پر پابندی ہے کیونکہ ان میں سیسہ موجود ہوتا ہے۔
- سٹینلیس سٹیل کے برتنوں کا انتخاب کریں۔ یہ ایک بہتر انتخاب ہیں کیونکہ ان میں سیسہ ہونے کا امکان کم ہوتا ہے۔
- ان لیبلز پر توجہ دیں جو کھانے پینے کی اشیاء تیار کرنے یا پیش کرنے کے لیے اشیاء کے استعمال کے خلاف خبردار کرتے ہیں۔ یہ انتباہ کی مثال ہے:

اشیاء میں سیسہ کیسے شامل ہوتا ہے

- سیرامکس کو سیسے والے پینٹ سے سجایا جا سکتا ہے اور سیسے والے گلیز سے ملمع کاری کی جا سکتی ہے۔
- پرانے کرسٹل کے شیشے کے برتن بنانے کے لیے سیسہ استعمال کیا جاتا تھا۔
- تانبے، پیتل، کانسی، اور پیوٹر سے بنے درآمد شدہ یا قدیم دھاتی کپوں اور برتنوں میں سیسہ پایا جا سکتا ہے۔
- درآمد شدہ ایلومینیم کے برتن یا پریشر ککر سکریپ دھات سے بنے ہو سکتے ہیں جس میں سیسہ شامل ہوتا ہے۔

اگر آپ اکثر کھانا پکانے اور پیش کرنے والی ایسی روایتی اشیاء استعمال کرتے ہیں جن میں سیسہ ہو سکتا ہے، تو اپنے معالج سے خون میں سیسے کے ٹیسٹ کے بارے میں بات کریں۔

مزید جانیں

health.ny.gov/leadsources

NEW YORK STATE | Department of Health

2668 (Urdu) 6/26