له سربو (لیډ) څخه ځان وساتي!

آیا تاسو پوهیږي چي سرب (لیډ) په کوم ځای کې پټېدلي شي؟

سرب یو ډول اوسپنه ده کوم چي ماشومانو او لویانو ته زیان رسولي شي. کیدای شي چي ماشومان د ناروغۍ احساس یا تمثیل ونکړي، ولی د وینۍ معاینه کولۍ شي چي دغه زهرجنه ماده تشخیص کړي چي آیا ماشوم دغه ناروغي لري او کنه. دا کولي شي چي د ماشومانو وده، رویه او د زده کړي قوه متاثره کړي. سرب یا لیډ همداراز کولي شي چي د لویانو لپاره هم ګواښ وګرځي، په خاص ډول حامله میرمنی او د هغوی ماشومانو ته.

کله چي **ستاسو د کور رنګ** خراب شي یا درځونه پکی پیدا شي، نو له همدي څخه ټوټي راغوځیږي او د سرب یا لیډ خاوره تري جوړیږي. ماشومان د خاپوړو په وخت دغه ټوټي او خاوره د خپلو لاسونو او د لوبو شیانو سره راپورته کوي او خولي ته یي اوچوي. ماشومان له دغي لاري څخه په دغه زهرجن مرض اخته کیږي.

آیا تاسو پوهیږي **چي ځیني درمل، دارو، د آرایش سامان، او خوراکي توکي کوم چي له نورو هیوادونو څخه واردیږي دغه زهرجنه ماده یا سرب له ځان سره راوړي؟** په دغو تولیداتو د سرب یا لیډ موجودیت د زیاتو ماشومانو د ناروغتیا لامل ګرځیدلی دي. کیدای شي ځیني نور تولیدات هم دغه زهرجنه ماده یا سرب له ځان سره ولري کوم چي تر اوسه مونږ نه پیژونو. کیدای شي دغه ماده ستاسو شا او خوا نزدي دکانونو کي وپلورل شي، یا یي ستاسو ملګري یا د کورنۍ غړي له ځان سره له خارجی سفر نه راوړي.

درمل او نور هغه تولیدات چي سرب یا لیډ له ځان سره درلودلي شي:

هغه درمل چي له منځنۍ ختیځ، لاتین امریکا، هندوستان او چین څخه واردیږي دغه ماده له ځان سره لرلی شي.

د آرایش سامان هم له ځان سره د سرب یا لیډ ماده راوړلی شي. یو مثال یی رانجه (چي سرمه او کاجل) هم ورته ویل کیږي ښودلی شو. دا ماده د سترګو د سینګارولو لپاره استعمالیږي.

په نړي کي زیات **شمیر** خواړه خوراکی توکی هم سرب یا لید له ځان سره درلودلي شي.

له منځنۍ ختیځ، لاتین امریکا، هندوستان، او چین څخه یو شمیر وارد شوی **حکیمی درمل** هم د سرب یا لیډ ماده له ځان سره را واردوی.

د نیویارک ښار د صحت ډیپارټمنټ انځورونه (New York City Department of Health)

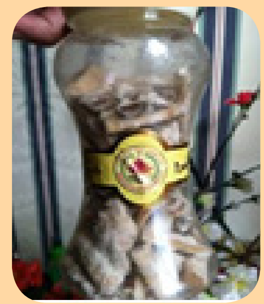
ملحمونه او چسپکونه کوم چي له بهر څخه د امریکا متحده ایالتونو ته وارديږي هم دغه ماده له ځان سره راوړلی شي:

یساوګوانګ یاوګوا* *(Yisaoguang Yaogua) یو چینائي ملحم دي کوم چي د پوستکی د ځوانکو د تداوي لپاره استعماليږي.

هانډم یو ډول پوډر دي کوم چي اکثره وخت د ملحم پر ځای د ماشومانو د کوناټیو پخیدو او وچ پوستکي لپاره استعماليږي.

تناکه یو ډول برسمائي محلم یا چسپک دي کوم چي له ونو څخه جوړيږی او د لمر د مخ نیوی او د پوستکي د ساتلو لپاره تري کار اخیستل کيږي.

په ***کاشي لوښي*** کې ښايي سرپ موجود وي او باید د خواړو د چمتووالي یا وړاندې کولو لپاره استعمال نه کړل شي.



د سون مواد او شمعی هم د سرب زهرجنی مادي درلودونکی وي. سرب په سکرو او د سون په ځینو موادو کې کوم چې تاسو په کورونو کې سوځوي او ځیني شمعو کې هم موجودي وي.

اوسپنیز زیورات، د سرو او سپینو زرو په شمول ټول پلیټ شوي زیورات هم له ځان سره سرب یا لیډ لري. ماشومان هیڅکله باید اوسپنیز زیورات په خوله کې وا نه چوي.

د نیویارک ښار د صحت ډیپارټمنټ انځورونه (New York City Department of Health)

له خپل ډاکټر، د صحت محلی ډیپارټمنټ، یا د مهاجرینو د قضیو د حل او فصل کولو له منیجز سره اړیکه ټینګه کړئ:

- ستاسو کورنۍ له دغو تولیداتو یا ورته نور تولیدات څخه کوم یو استعمال کړئ.
- تاسو په دی تصویرونو کې چي وینی یی د کوم شی په اړه پوښتنه لري.
- که کوم بل چا درته درمل درکړي وي یا تاسو کومه بله پوښتنه لرئ چي آیا دغه درمل یا تولید ستاسو ماشومانو ته مضر دی او کنه.
- ستاسو کور درځ شوي، مات شوي یا یی رنګ خراب شوي.
- تاسو فکر کوئ چي ستاسو ماشوم شاید د سربو زهرجنه ماده خوړلي وي یا له سربو څخه ډک تولید ته یی لاس رسیدلي. هر ماشوم باید د وینی معاینه وکړئ که هغه ظاهرآ جوړ هم ښکاري.