بچوں کو سیسے کے خطرات سے بچائیں

سیسہ ایک زہر ہے جو اکثر پرانے پینٹ میں پایا جاتا ہے۔ سیسے والا پینٹ اور جس گرد میں یہ تبدیل ہو جاتا ہے، نیویارک میں بچپن میں سیسے سے ہونے والی زہرآلودگی کا سب سے عام ذریعہ ہے۔ 1960 سے پہلے بننے والی عمارات میں سیسے والا پینٹ اب بھی دیواروں، کھڑکیوں، کھڑکیوں کی سِلوں، دروازوں اور دیگر سطحوں پر موجود ہو سکتا ہے۔ سیسہ کچھ صارف، مصنوعات اور کچھ مٹی اور پلمبنگ میں بھی پایا جا سکتا ہے۔

سیسے کی زہر آلودگی بچوں میں سیکھنے اور رویہ کے مسائل کا سبب بن سکتی ہے۔ چھوٹے بچوں میں سیسے کی زد میں آنے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔

اپنے بچے کو سیسے کی زہر آلودگی سے بچانے کے لیے:

- اپنے ڈاکٹر کو یاد دہانی کروائیں کہ وہ 1 اور 2 سال کی عمروں میں آپ کے بچوں کا سیسے کی زہر آلودگی کا ٹیسٹ کریں۔ اگر آپ کا کوئی ڈاکٹر نہیں ہے تو **311** پر کال کر کے معلوم کریں کہ آپ کے بچے کا ٹیسٹ کہاں سے کروایا جا سکتا ہے۔
- اکھڑتے، چٹخے ہوئے یا جھڑتے پینٹ کے متعلق اپنی عمارت کے مالک کو اطلاع دیں۔ مالکان سے تقاضا کیا جاتا ہے کہ وہ اکھڑتے ہوئے پینٹ کی محفوظ طریقے سے مرمت کریں۔ اگر مسئلہ ٹھیک نہیں کیا جاتا یا اگر آپ کے اپارٹمنٹ یا عمارت میں پینٹ کے حوالے سے مرمت کا کام غیر محفوظ طریقے سے کیا جاتا ہے تو مفت معائنہ کی درخواست کے لیے **311** پر کال کریں۔
- فرشوں، کھڑکیوں کی سِلوں، ہاتھوں، کھلونوں اور چوسنیوں کو باقاعدگی سے دھوئیں۔
- ایسی مصنوعات استعمال کرنے سے گریز کریں جن کے بارے میں معلوم ہے کہ ان میں سیسہ موجود ہوتا ہے۔ دوسرے ممالک کی کچھ مصنوعات — جیسے کہ صحت کے علاج، کھانے کی اشیاء، مصالحے، کھلونے، سیرامکس، کاسمیٹکس اور مذہبی پاؤڈر — میں سیسہ ہو سکتا ہے، چاہے مصنوعات کی پیکیجنگ پر سیسہ درج نہ بھی کیا گیا ہو۔ مزید معلومات کے لیے **nyc.gov/hazardousproducts** ملاحظہ کریں۔
- پینے، کھانا پکانے اور بچے کا فارمولا بنانے کے لیے صرف ٹھنڈے نل کا پانی استعمال کریں۔ پانی کو استعمال کرنے سے پہلے کم از کم 30 سیکنڈ تک چلائیں جب تک کہ یہ نمایاں طور پر ٹھنڈا نہ ہو جائے۔
  - پینے کے پانی کے لیے مفت سیسہ ٹیسٹ کٹ حاصل کرنے کے لیے **311** پر کال کریں۔ آپ کو پانی کا نمونہ جمع کروانے کے 30 دن کے اندر نتائج موصول ہو جائیں گے۔

مزید معلومات کے لیے یا اضافی زبانوں میں یہ معلومات حاصل کرنے کے لیے، **nyc.gov/lead** ملاحظہ کریں۔

NYC Health

10.22 Urdu