

# اقدامات کوتاه مدت برای جلوگیری از تماس با سرب

کنترل مؤقت اقدامات کوتاه مدتی است که میتواند تا زمان اصلاحات دائمی، استفاده شوند. از روش های زیر برای محافظت از کودک خود در برابر تماس با سرب استفاده کنید

برای محافظت از کودک خود در برابر رنگ سرب دار:



دست ها و اسباب بازی کودکان را بشویید تا گرد و غبار سرب پاک شود.

✓ سطوح بازی را پاک نگهدارید.

✓ شیر چوشک و بوتل آنرا پاک نگهدارید.

✓ به کودکان اجازه ندهید با کلیدها بازی کنند.

ساحه کودکان را از مناطق و اشیای که در آنها سرب برای کار یا سرگرمی استفاده میشود محدود کنید.

✓ لباس های کار را جدا از سایر لباسهای خانواده بشویید.



محیط های بازی امنی را برای کودک خود در داخل و خارج از خانه ایجاد کنید.

✓ فضای داخلی: ساحه بازی را در مرکز اتاق و دور از رنگ پوستک شده ایجاد کنید.

✓ در فضای باز: محیط بازی را دور از خانه ایجاد کنید. نواحی اطراف خانه به دلیل چکیده رنگ ممکن است

دارای سطح بلند سرب باشند.

✓ کودکان را از خوردن خرده رنگ و خاک یا جویند اشیای چوبی جلوگیری کنید.

فرنیچر یا موانع دیگری را در مقابل کلکین هایی که رنگ آن ها پوستک شده است قرار دهید.

✓ کلکین های قدیمی ممکن است دارای مقدار زیاد گرد و غبار سرب و تراشه های رنگ باشند.

✓ گهواره یا تخت خواب ها را از دیوارها یا کلکین ها که رنگ شان پوستک شده دور کنید.

✓ وسایل بازی را زیر کلکین ها قرار ندهید.



به کودک خود غذاهای صحتی که حاوی کلسیم، آهن و ویتامین C باشد، دهید.

✓ این غذاها ممکن است به خروج سرب از بدن کمک کنند.

✓ همیشه قبل از غذا خوردن دست های فرزندتان را بشویید.

## اگر رنگ پوستک شده سرب دار در خانه شما وجود دارد:



کف های داخل خانه، طاقچه ها، برنده و تراس را با صافی مرطوب هفته وار پاک کنید.

✓ سطوح رنگ شده را نخرشید یا نسایید.

✓ قبل از پاک کاری، پارچه های رنگ و گرد و غبار را همراه با یک دستمال کاغذی مرطوب پاک کنید.

✓ از یک مایع پاک کننده استفاده کنید.

✓ برای جلوگیری از پخش گرد و غبار سرب، سرهای آسپاس و صافی های پاک کننده را بشویید یا تعویض کنید.

✓ فقط باید از جاروبرقی هایی با فیلتر (کشش قوی با ذرات بسیار ریزه) HEPA استفاده شود.

از جاروبرقی معمولی یا جارو برقی که خشک میکند استفاده نکنید.

از نفوذ گرد و غبار سرب به داخل خانه جلوگیری کنید.

✓ در پیش روی دروازه ها پاپیاک بگذارید.

✓ بوت های خود را دهن در ورودی از پا بیرون کنید.



فلترهای دستگاه تهویه گرما و سرماه خود را بطور منظم تبدیل نمایید.

✓ فلترهای کثیف را بردارید و دور بریزید و فلترهای جدید را نصب کنید.

برای معلومات بیشتر، از [nchealthyhomes.com](http://nchealthyhomes.com) دیدن کنید یا با شماره 919-707-5951 تماس بگیرید.

این صفحه معلومات از اداره صحت ناحیه ویلسون اقتباس شده است.

