خپل ماشومان د سرب/سیسې له زهري کېدو څخه وساتئ

Iowa Health and Human Services
Public Health

Comm. 154 (1/2025)

د سرب/لیډ مسمومیت یا زهري کېدل 100% د مخنیوي وړ دی

- د خوړو، سپك خواړو او ویده کېدو څخه مخکې د خپل ماشوم لاسونه ومینځئ.
- د رنګ ټوټې کول یا پوستکی کول مرمت کړئ.
- د لوبو سامانونه، بوتلونه او پیسیفایرونه یا چوشنې ډېر ځله ومینځئ.
- د لوبو سیمې د لمدې ټوکر او لمدې جارو سره پاکې کړئ.
- هغه خواړه خدمت کړئ چې په زیاته اندازه اوسپنه، کلسیم او ویټامین سي لري.
- له وارد شویو خواړو، لوبو شیانو، کاسمیټکس او کورنیو درملنو څخه ډډه وکړئ.
- د څښاک، پخلي او بوتلونو تیارولو لپاره د نل سړې اوبه وکاروئ.

Iowa Health and Human Services
Public Health

د *Childhood Lead Poisoning Prevention Program* پاڼې ته په *hhs.iowa.gov* مراجعه وکړئ یا یا د ماشومتوب د سرب زهري کېدو یا مسمومیت مخنیوي په اړه د نورو معلوماتو لپاره *1-800-972-2026* شمیرې ته زنګ ووهئ.

د سرب مسمومیت یا زهري کېدل له څه شي رامنځته کېږي؟

ماشومان کېدای شي د سرب له زهري موادو سره مخ شي، که چېرې هغوی د 1978 کال څخه مخکې جوړ شوي کورونو کې ژوند کوي یا لیدنه کوي. د سرب نورې سرچینې کېدای شي دا وي:

- پخواني قیمتي توکي (انتیکونه)
- کیلي ګانې
- د موټرو ترمیمات/مرمتونه
- رنګ شوی شیشه (ستېن ګلاس)
- د کب نیولو وسایل/مصنوعي طعمې
- مصالحې
- د کور رغونه یا ترمیمات
- وارد شوي خواږه (کینډي)

پخواني قیمتي توکي (انتیکونه)

په زړو کړکیو کې د سرب رنګ

د لاس ساخت خټو لوښي

د پیتلو کیلي ګانې

د سرب د زهري کېدو یا مسمومیت نښې نښانې کومې دي؟

ډېری ماشومان چې د سرب مسمومیت لري ممکن ناروغه نه ښکاري، مګر ځینې نښې نښانې کې یې شاملې دي:

- ژر هیجاني یا ژر خوښېدونکی کېدل
- د تمرکز/پاملرنې ستونزې
- د معدې خرابوالی او کانګې
- د سر درد
- د معمول څخه زیاته ستړیا
- ژر قاریدنه
- د زده کړې ستونزې یا مشکلات
- د وزن کمېدل
- ورو وده
- د ودې یا پرمختیايي ځنډونه

سپارښتنه کېږي چې ټول ماشومان د 12 او 24 میاشتو په عمر کې معاینه شي او د ماشوم روغتیا په هره لیدنه کې باید د خطر لپاره وارزول شي.

د وینې د سرب/لیډ معاینات څنګه کار کوي؟

د وینې د سرب/لیډ دوه ډوله معاینات شتون لري: کیپیلري او وینس. د **کیپیلري** ټیسټ یا معاینه د ګوتې څخه د سرب لپاره سکرین ته د وینې لږ مقدار کاروي، پایلې په څو دقیقو کې شتون لري. که چېرې د کیپیلري ټیسټ یا معاینه وښیي چې سرب شتون لري، د **وینس یا رګونو** د وینې معاینه، چې له لاس څخه اخیستل کېږي، به د وینې د سرب کچه تایید کړي.

ستاسو د ماشوم د وینې د سرب کچه

______________ د وینې د لیډ کچه په هر ډېسی لیټر کې

____ مایکروګرام (µg/dL) لري

د وینې د سرب د کچې لپاره چې له **3.5 µg/dL څخه کمه وي**، هیڅ اقدام ته اړتیا نشته. د چاپېریالي سرب/لیډ خطرونو سره د احتمالي مخ کېدو څخه خبر اوسئ.

د وینې د سرب/لیډ کچې لپاره چې د **3.5-9 µg/dL ترمنځ وي**، د خپل برابرونکي/چمتو کونکي څخه د سرب یا د لیډ سرچینو پېژندلو او د ښه تغذیې او کور ساتنې اهمیت په اړه پوښتنه وکړئ.

د وینې د سرب/لیډ کچه د **10 µg/dL یا لوړې لپاره**، ستاسو ماشوم اضافي تعقیبي پاملرنې (فالو اپ) ته اړتیا لري. د بیا ازموینې د سم وخت لپاره لاندې وګورئ.

ستاسو د ماشوم پایلې

پایله	د وینوس ټیسټ/ازموینې نیته
10-14	د 3 میاشتو دننه
15-19	د 1 میاشتې دننه
20-44	د 1 اونۍ دننه
45-69	د 48 ساعتونو دننه
70 یا لوړ	فوري/سمدستي

ستاسو ماشوم باید د دې نیټې پورې معاینه/ازموینه وشي: ____________