

Sumu ya risasi ya utoto

Hata katika viwango vya chini, risasi inaweza kusababisha uharibifu usiobadilika wa kusikia, ukuaji, na maendeleo.



Watoto wanaweza kupata sumu ya risasi kwa kupumua au kumeza vumbi ambalo lina risasi.

Vyanzo vya Risasi

Tambua na uondoe vyanzo vya sumu ya risasi nyambani

Nyumbani



Risasi inaweza kuwa kwenye rangi katika nyumba za zamani zilizojengwa kabla ya 1978.

- Rangi iliyokatwa - Uchafu
- Vyombo vya manjanja
- Vifaa vya zamani na vitu vya kuchezea
- Cheza au vito vya kitamaduni - Vioo vya kioo

Bidhaa zilizoagizwa



Vitu vilivyoletwa kutoka nchi zingine vinaweza kuwa na risasi.

- Ufinyanzi - Pipi ya Mexico (Tamarindo na Chili)
- Viungo vya Asia, Puerto Rico, Hindi

Matibabu ya Nyumbani



Dawa zingine za nyumbani zinaweza kuwa na risasi. Dawa hizi kawaida ni poda nyekundu au rangi ya machungwa

- Tiba za kitamaduni na za watu (Greta, Azarcon, Pay-loo-ah)

Bidhaa za Urembo



Bidhaa za urembo zilizoagizwa kutoka Asia, India, na Afrika zinaweza kuwa na risasi.

- Sindoor, Khol, Kajal, Surma



Akazi

Kazi kama vile ukarabati wa gari, ujenzi wa madini, na mabomba inaweza kuongeza mwangaza wako kwa risasi. Vumbi la risasi linaweza kuletwa nyumbani kwenye ngozi yako, nguo, viatu, au vitu vingine unavyoleta nyumbani kutoka kazini.

- Batterie ya gari
- Chuma chakavu/sehemu
- Risasi

Burudani



Burudani zingine huongeza hatari yako ya kuwasiliana na risasi.

- Uwindaji (risasi)
- Uvuvi (sinki za risasi)
- Rangi za msanii
- Samani zilizosafishwa

Kusafiri



Kusafiri nje ya Merika kunaweza kuongeza hatari yako ya kuwasiliana na vitu vya msingi

- Kumbukumbu - Viungo vya chakula
- Vinyago - Vito vya kujitia

Kusafisha

Weka uchafu na vumbi nje ya nyumba yako na vidokezo hivi vya kusaidia



Osha mikono



Weka viatu nje



Futa na futa mvua



tumia utupu na chujio cha HEPA



Osha vitu vya kuchezea



Epuka: Kufagia Vumbi kavu Kupiga matambara

Afia

Vyakula hivi vinaweza kusaidia kupunguza kiwango cha risasi cha mtoto wako.

Vitamini C



Nyanya
Jordgubbar
Machungwa
Viazi

Kalisiamu



Maziwa
Jibini
Mtindi

Chuma



Kuku
Nyama ya nguruwe
Samaki
Mbaazi
Mayai

