

zungumza na daktari wako kuhusu vipimo vya madini ya risasi ikiwa...

- unatumia viungo vya kuagiza na dawa za Ayurvedic
- ulihamia Marekani hivi majuzi kutoka nchi ya kigeni
- au mtu unayeishi naye anatumia madini ya risasi
- ulikarabati au kurekebisha nyumba ya pre-1978; ulitia changarawe na kukwaruza rangi
- unajua maji yako ya kunywa yana madini ya risasi
- una hamu ya na kula uchafu, chokaa, udongo, plasta, au chembechembe za rangi
- una uraibu wa hatari ya madini ya risasi, kama vile ufyatuzi wa shabaha, kutupa chubwi za uvuaji samaki au risasi, utiaji rangi kwenye kioo au kufinyanga vyungu
- unaishi karibu na migodi, viyeyushaji madini, vituo vya kusindika betri au vituo vingine vinavyotumia risasi
- una historia ya viwango vya risasi vya maikrogramu 5 kwa kila desilita au juu

Maswali?

health.ny.gov/Lead



Department
of Health

Mjamzito?

Vidokezo vya Kulinda Mtoto Uliyejifungua dhidi ya Madini ya Risasi



Unachohitaji kujua:

Risasi ni metali inayoweza kuwaumiza wanawake wajawazito na watoto wao wanaokua tumboni. Inaweza kuharibu akili, figo, neva na sehemu nyingine za mwili. Inaweza kusababisha kuharibika kwa mimba, mtoto aliyezaliwa mfu au matatizo ya kupata ujauzito. Madini ya risasi yanaweza kuathiri tabia ya watoto na kufanya kuwa vigumu wao kusoma.

Risasi inaweza kuhifadhiwa katika mwili wa mwanamke kwa miaka mingi kisha kusambazwa kutoka kwa mama hadi kwa mtoto.

Bidhaa inaweza kuwa na risasi, hata ikiwa haijaorodheshwa kuwa kama kiambato.

Wanawake wengine wajawazito wana hamu ya kula vitu ambavyo si vyakula. Tabia hii inaitwa pika.

Unachoweza kufanya:

Ikiwa wewe ni mjamzito au unapanga kuwa mjamzito, mwulize daktari wako kuhusu vipimo vya risasi kwenye damu.

Ikiwa umewahi kupata matokeo ya vipimo vya risasi kwenye damu ya maikrogramu 5 kwa kila desilita au juu, mtoto wako mchanga anapaswa kufanyiwa vipimo vya risasi kabla ya kuondoka hospitalini.

Kataa hamu ya kula vitu ambavyo si vyakula. Vitu hivi vinaweza kuwa na madini ya risasi:



Chokaa



Uchafu



Vyombo vya udongo

Epuka bidhaa zilizoagizwa kutoka Mashariki ya Kati, Amerika ya Kusini, Asia Kusini na China zinazoweza kuwa na risasi:



Viungo, ikiwemo bizari.



Aina nyingi za peremende.

Malai ya ngozi, ikiwemo Yisaoguang Yaogua, Hondan na Thanaka.



Vipodozi kama Kohl (pia inajulikana kama surma au kajal).



Ufinyanzi wa kutia risasi. Usitumie kwa maandalizi au matayarisho ya chakula.



Vito vya maleba, ikiwemo vilivyotiwa dhahabu au fedha.

Dawa za miti shamba au Ayurvedic.

