

Maana ya Vipimo vya Damu vya Madini ya Risasi kwa Mtoto Wako

Vipimo vya damu vya madini ya risasi hukuambia kiwango cha madini ya risasi katika damu ya mtoto wako. Madini ya risasi yanaweza kuathiri ukuaji, tabia na uwezo wa kusoma wa mtoto. Kadri matokeo ya vipimo yanapokuwa ya chini ndivyo hali inavyokuwa vizuri.

Sumu nyingi ya madini ya risasi hutokea wakati watoto wako wanaramba, kumeza au kupumu vumbi kutoka kwenye rangi ya madini ya risasi ya zamani. Nyumba nyingi zilizojengwa kabla ya 1978 zina rangi ya zamani ya madini ya risasi, mara nyingi chini ya rangi mpya. Ikiwa rangi imeambuka, au imechakaa, vibanzi na vumbi kutoka kwenye rangi ya madini ya risasi vinaweza kusambaa kwenye sakafu, vizingiti vya dirisha na nyumbani kwako kote. Vumbi la rangi ya madini ya risasi linaweza kuenda kwenye mikono na mianasesere ya watoto na kwenye midomo yao.

Watoto wengi wamegusa madini ya risasi katika rangi ya zamani, udongo, mabomba au chanzo kingine. Hii ndiyo sababu Jimbo la New York linahitaji madaktari kuwapima watoto wote kwa vipimo vya damu yenye madini ya risasi katika umri wa mwaka 1 na pia miaka 2. Kwa watoto walio na miaka sita, daktari au muuguzi wako anapaswa kukuuliza kwenye kila ziara ya mtoto ya hali njema kuhusu njia ambazo mtoto wako huenda aligusa madini ya risasi. Watoto ambao waligusa madini ya risasi wanapaswa kupimwa.

Matokeo ya vipimo vya 5 µg/dL au juu zaidi, kwa kutumia damu kutoka kwenye ncha ya kidole, yanapaswa kukaguliwa tena kwa kipimo cha pili kwa kutumia damu iliyotolewa kwenye mshipa (mara nyingi kwenye mkono). Ikiwa matokeo ya pili bado ni 5 µg/dL au juu zaidi, unapaswa kufuata hatua zilizo hapa chini.

Matokeo ya Majaribio kwa maikrogramu kwa kila desilita (µg/dL)	Hatua Zinazofuata
0-4	<ul style="list-style-type: none">Kuna madini kidogo sana ya risasi kwenye damu ya mtoto wako.Matokeo wastani ya vipimo vya madini ya risasi kwa watoto wachanga ni takribani maikrogramu 1.4 kwa kila desilita (µg/dL).
5-14	<ul style="list-style-type: none">Kiwango cha madini ya risasi kwa mtoto wako ni cha juu. Matokeo ya 5 µg/dL au juu zaidi yanahitaji kuchukua hatua.Daktari au muuguzi wako atazungumza nawe kuhusu lishe, ukuaji na maendeleo ya mtoto na vyanzo vya madini ya risasi vinavyowezekana.Idara yako ya afya ya karibu itazungumza nawe kuhusu jinsi ya kumlinda mtoto wako na itatembelea nyumbani kwako ili kukusaidia kupata vyanzo vya madini ya risasi.Mtoto wako anapaswa kupimwa tena baada ya mwezi 1 hadi miezi 3.
15-44	<ul style="list-style-type: none">Kiwango cha madini ya risasi cha mtoto wako ni cha juu sana. Wewe na daktari wako mnapaswa kuchukua hatua haraka.Daktari au muuguzi wako atazungumza nawe kuhusu lishe, ukuaji na maendeleo ya mtoto na vyanzo vya madini ya risasi vinavyowezekana.Idara yako ya afya ya karibu itazungumza nawe kuhusu jinsi ya kumlinda mtoto wako na itatembelea nyumbani kwako ili kukusaidia kupata vyanzo vya madini ya risasi.Mtoto wako anapaswa kupimwa tena baada ya mwezi 1 au haraka iwezekanavyo kutegemea kiwango cha madini ya risasi kwenye damu na mwongozo wa daktari wako.
45 au juu zaidi	<ul style="list-style-type: none">Mtoto wako anahitaji matibabu mara moja.Daktari wako au idara ya afya ya karibu itawasiliana nawe pindi tu inapopata matokeo ya vipimo.Huenda mtoto wako akahitajika kukaa hospitalini, haswa ikiwa kuna madini ya risasi nyumbani kwako.Idara yako ya afya ya karibu itatembelea nyumbani kwako ili kukusaidia kupata vyanzo vya madini ya risasi.Mtoto wako hapaswi kurudi nyumbani hadi vyanzo vya madini ya risasi viondolewe au kurekebishwa.Mtoto wako anahitaji kupimwa tena baada ya matibabu.

Jina la Madini: _____ Matokeo ya Vipimo: _____ µg/dL Tarehe: _____

Ikiwa matokeo ya vipimo hayajaandikwa hapa, mwombe daktari au muuguzi wako, yaandike na uhifadhi kwa ajili ya rekodi zako.

Kwa matokeo yote ya vipimo, fuata ushauri kwenye upande mwingine ili kuzuia kiwango cha madini ya risasi cha mtoto wako kupanda.

Jinsi ya Kulinda Mtoto Wako Dhidi ya Sumu ya Madini ya Risasi

Rekebisha rangi ya madini ya risasi inayoambuka na ukarabati nyumbani vizuri.



- Wazuie watoto kuenda kwenye eneo ambalo rangi imeambuka au kudondoka.
- Kabla ya kufanya ukarabati kwenye nyumba iliyojengwa kabla ya 1978, wasiliana na idara yako ya afya ya karibu ili ujue jinsi ya kufanya kazi vizuri na kupunguza viwango vya vumbi.
- Watoto na wanawake wajawazito wanapaswa kukaa mbali na eneo la ukarabati unaoambua rangi ya zamani, kama vile mchanga na vipande vya vyuma. Wanapaswa kukaa mbali hadi eneo lisafishwe kwa kutumia mbinu za kuosha kwa unyevu na kivuta vumbi cha HEPA (si kufagia kukavvu).

Osha vumbi kwenye mikono, mianasesere, chupa, madirisha na sakafu.



- Osha mikono na uso wa mtoto wako baada ya kucheza, kabla ya milo na kabla ya kulala.
- Osha mianasesere, wanyama wenye vijazio, matitibandia na chupa kwa sabuni na maji mara kwa mara.
- Piga deki sakafu mara kwa mara na utumie taalo za karatasi kusafisha sehemu za madirisha.

Kuwa makini usilete madini ya risasi nyumbani kwenye nguo, mianasesere au vito.



- Madini ya risasi kwenye vito, mianasesere, funguo za watoto na samani ya zamani. Jisajili ili upokee tahadhari za kurejesha bidhaa za watoto kwenye www.cpsc.gov/cpsclist.aspx.
- Baadhi ya kazi na mambo unayopenda yanaweza kuhusisha kugusa madini ya risasi. Hizi ni pamoja na: kupaka rangi, kazi ya mabomba, ujenzi, kukarabati magari, kutumia bunduki, kioo kilichotiwa rangi na ufinyanzi. Ili kupunguza vumbi lenye madini ya risasi, badilisha mavazi ya kazi kabla ya kuenda nyumbani; vua viatu mlangoni pako; fua nguo za kazi au za mambo unayopenda kando; osha uso, nawa mikono na ngozi isiyofunikwa kabla ya kuenda nyumbani.

Ondoa madini ya risasi kwenye chakula chako na maji ya mfereji.



- Yaache maji ya mfereji yatoririke kwa dakika moja kabla ya kuyatumia, iwapo hayajatumiwa kwa saa kadhaa. Maji ya mjini na kisimani yanaweza kuwa na madini ya risasi kutoka kwenye mabomba ya zamani.
- Tumia tu maji baridi ya mfereji kwa kunywa, kupika na kutengeneza fomula ya mtoto. Kuchemsha maji yako hakuondoi madini ya risasi.
- Usiweke wala kuhifadhi chakula kwenye pyuta, fuwele, au chungu kilichovunjika.
- Wasiliana na idara yako ya afya, au tembelea tovuti iliyo hapa chini, kuona vyakula, viungo, peremende, vipodozi na tiba za afya zilizopatikana na madini ya risasi.

Andaa chakula kilicho na kalisi, chuma na vitamini C.



- Vyakula hivi huzuia madini ya risasi kuhifadhiwa kwenye mwili wa mtoto wako.
- Vyakula vyenye kalisi: maziwa, jibini, gururu, tofu na mboga za kijani.
- Vyakula vyenye madini ya chuma: maharagwe, nyama ya mnofu na siagi ya karanga.
- Vyakula vyenye vitamini C: machungwa, balungi, nyanya na pilipili za kijani.

**Fahamu zaidi kuhusu
madini ya risasi.**
www.health.ny.gov/lead

Zungumza na mtoa huduma za afya kwa watoto.

Wasiliana na idara yako ya afya ya karibu. Wapate kwenye www.health.ny.gov/environmental/lead/exposure/childhood/program_contact_map.htm