May Lyky Jeethy Tijaapythy Ma'thangty Qalangky dhiigy Unuga

Tijaapythy ma'thangty qalangky dhiigy may kiing sheeghase qiyaasty ma'thanty qalangky ky jerty dhiigy unuga. Ma'thangty qalangky may wal ing dhimaase korowky unugy, asluubtis, iyooney quwudis walbarashoothy. Natiijithy tijaapothy madi ye yertaa feylety.

Bathynaa unugy may ma'thangty qalanky ky sumoowey madi usy leefy, dhungjhiyi, misy neefsythy bus le rinjy dog e oo qalan ky jery. Bathy guriya ly dhisi 1978 ku hor may leyiina rinjy qalan le oo dog e, mayny ky hoos yaale rinjighy usub. Madi rinjighy fiighymy, jhirimoowy, misy hoopythy, burburky i busty ku kooyty rinjighy dogy e oo qalanky le may ky faafy kore dhulky idy, dariishytho iyooney ida wereeje oo dhon. Busty rinjighy qalanky le may deery korte unughe galangtiyo, alaapey alaapeyty, iyooney afshooby.

Bathiiby unughe may hariir ly weeldhythaayana ma'thanty qalanky ky jerty rinjy dog e, araathy, tubiya, misy meel kele. Taasa sheengti in Gopolky New York usy takaatirty ku fathy ini yo ku hubiyaan ma'thangty qalangky dhiigy owlaady oo dhon oo de'thiyo jerty **1 siny** iyooney *mar lamaad* madi yo jeerang **2 siny.** Owlaady de'thiyo illaa li siny ety taktarka misy kalkaaliyaagha ky warsythy doonang mad welbo oo athy unuga caafimmadjhey ingseety habky shalgediising oo unuga hariir ingly weeldhythy kory ma'thangty qalangky. Owlaady hariirky ly weeldhyti ma'thanty qalangy ini ly hupiyuwu.

Natiijothy kor e oo luku hele tijaapy yeetho ly isti'maalaw dhiig luku qaathi farty foodiye ini mad kele ly hubiyiwu yeetho ly isti'maalow dhiig luku qaathi hithid (bathina garabky). Hadii natiijothy lamaad ye hatyny koreyty, ini athy ratiwu tilaabiyaalkung hoos e.

Natiijothy Tijaapothy Ibirky mikrograms liing qiipiyi desilitir (mcg/dL)	**Tillaapiyaalky ky Highaang**
0-4	• **Dhiigy unuga may ky jere ma'thangty qalangky oo eed ing yer.** • Natiijothy dhaty e tijaapothy ma'thangty qalangky unughe yer yer may etaa 2 mcg/dL.
5-9	• **Unuga may leyaa ma'thangty qalanky oo ku bathang tang unughe bathiithiyo.** • Ly hathal taktarka iyooney qiibty aafimaadky degaangka sy athy ing oghaaty habky unuga usy ingly kulumi ma'thanty qalangky, iyooney habky athy unyga ing ilaaliyi lahaayti. • Taktarkaa may fathy doone ini usy tijaapiyy unuga mad kely 3 bilood illaa 6 bilood guthaasho.
10-14	• **Ibirky ma'thangty qalangky ee dhiigy unuga koreyty. Natiijy 10 misy wal ku koreeyy may ing baahanta wal ku qopyshy.** • Taktarka iyooney qiibty aafimaadky deghaangka ya kiilly hathaly doony sy yo kiingku kaalmeyaang ini athy oghaaty meelly usy ku kooyi ma'thangty qalangky, iyooney sithy athy ing ilaaliyi fadi unuga. • Unuga ini mar lamaad ly tijaapiyiwu 1 bil illaa 3 billood guthaasho.
15-44	• **Ibirky ma'thangty qalangky ee dhiigy unuga eetha ing koreyty. Athy i taktarkaaby ini ising sy deg deg e wal ing qopytaangu.** • Kully hathal taktarka misy kalkaaliyaaghy arimo ky saabsang unuga hung-guryshet, korowshey, iyooney hormarshey, iyooney meelo suurygalky e usyluku hely kory ma'thangty qalangky. • Kully hathal qiibty aafimaadky deghaangka sithy athy ing ilaaliyi lahayti unuga. May dhiyi korte ini yo ida kiingky kooyang oo koo kaalmeyang sithy athy ky oghaathy lahayti meel usy ku kooyaw ma'thanty qalangky. • Hadii ibirky ma'thanty qalangky eyi 15 illaa 24, unuga ini marlamaad ly tijaapiyiwu 1 bil illaa 3 bilood guthaasho. • Hadii ibirky ma'thangty qalangky eyi 24 illaa 44, unuga ini mar lamaad ly tijaapiyiwu 2 jimaahood illaa thaashe.
45 misy wal kor ku e	• **Unuga may ing baahingya daaweyow deg deg e.** • Takarka misy qiibty aafimaadky deghaangky ya haky weery doonang isly marki yo helang natiijithy tijaapothy. • May dhiyi korte ini unuga ly jhiifiyi isbitaalky, gaar haang hooby ida lety ma'thangty qalangky. • May ida kiingky kooyi doone qiibty aafimaadky deghaangka sy yo kiingku kaalmeyang sithy athy ky oghaathy lahayti meel usy ku kooyaw ma'thanty qalangky. • Unuga ini usy idy ky naghythy my e illaa luku biyi ma'thangty qalangky meel ye ku kooyasy misy ly suubiyi. • Unuga may ing baahiy'a ini ly hubiyi daawythy ku reed.

Maghaaghy Unuga: _____ Natiijothy Tijaapothy: _____ mcg/dL Taariikhthy: _____

Hadii natiijoothy tijaapothy ye ingty ingky qorynaayny, takatarka warsoy misy kalkaaliyaaghy, meel ky qorooy, waany hafithoy.

Natiijooyingky tijaapothy oo dhong, ra waanothy ky taally dhinighy kele sy athy ing ilaalithy ini ma'thangty qalanky unuga ye kor ing katy.

Fiiri dhinighy kele →

Sythy athy ingku ilaaliyi lahaayti unuga ini usy ky sumoowy ma'thangty qalangky

Suubi rinjighy qalangky le oo ha fyfoghi iyooney abaytirky idy si nepedle ing suubi.

- Unughe ku dheeray rinjighy ha fyfoghy misy burburi.
- Ku hor intii athy abaytir(dhakaay) ingky suubiny id lydhisi 1978 ku hor, ing weer qiibti aafimaadky deghaangky si athy ing baraty ini nepedgilyi ky shaqeyty bustyny qiyaastiyeeny hoos ing dhigdy.
- Unughe i bilaangti uurky le ini yo ku dheerathaangu meelo abytirky (dhakaayky)ku dereery oo wal ing dhimaaw rinjighy dogy e, sithy hoghowky i fiighowky. Ini yo ky dheerathaangu intii meelly luku nadiifiyaw yeetho ly isti'maalow habky nadiifinty quuyung iyooney haky depeelly HEPA (haaghow ingjeghyng myky filing).

Ku dhig busty galy'a, alaapey alaapeyty, dhaliya, dariishytho iyooney dhulky.

- Dhig unuga galy'aajhey iyooney wijishey madi usy ha dhydheely ku reed, ku hor ingtii usy hung-gury ing aangny, iyooney ingti usy ing jhiifyny ku hor.
- Si joody e biyi i saabung ingky dhig alaabey alaabeyty, alaapey alaapeyty hayawaanky ing nag, iyooney dhaliya.
- Sy joogdy e ing ing dhig dhulky idy, waany isti'maal shukumaang haangshy e sy athy ingky nadiifythy dariishytho i gothyte.

Usku ilaali ini ma'thangty qalangky dharka, alaapey alaapeyty, misy dehebka.

- Ma'thangty qalangky may luku hely kore dehebky unughe, alaapey alaapeyty, furiya, iyooney alaabty idi ly dhikaaw oo dog e. Isky qor digniing biyaaghy alaabty unughe reed liing naghaaw ee www.cpsc.gov/cpsclist.
- Shaqeethy bershe i hiwaayethooby may sheeny koraana ini lyly kulumi ma'thangty qalangky. May ku mid ahaa: rinjy mariyow, tuby rakapow, wal dhisow, baabur suubuyow, baarud ky shaqeeyow, dhaly mithipeeyow iyooney dhery qorow. Sy ing yeraayty busty ma'thangty qalangky, bedel dharky shaqythy ingti athy iniing bany idy; kopo uskuuky bi ilbaabky, ky welby gaar ing dhig dharky shaqythy misy kang hiwaayady; dhighoy wijigha, galy'aagha, iyooney korka ingty ing dopoolynaayny ingtii athy idy iniing bany.

Ku dheeray ma'thangty qalanky hung-gurygha i biyo tubythy.

- Biyo tubythy madi athy furty ha daghiighy sug ingti athy ing isti'maalny, hooby yo hardhaang ing saa'athy ing dereerny. Biyo beledky i eellyby may lahaathy koraana ma'thangty qalanky oo ingku kooyi tubooyingky duugy e.
- Biyo tubythy qopoobky e ley ing isti'maal waraapowky, wal karisky, iyooney suubisky wangty unugy. Karkariyowky biyo *my*kuuky bahaaw ma'thangty qalanky.
- Ingky ridooy misy ingly dhigdooy hung-gury sahang bir e, dhalythy kiristaalky e, misy weel jhiring le.
- Weer qiibty aafimaadky deghaangka, misy fiiri bogy web hoos ky yaaly, sy athy ing aragdy weelly, hawaajyghy, nynaghy, alaabty bilaangty isky suurythooyasy, iyooney daawiyaalky ly oghaathi ini yo leyiing ma'thangty qalangky.

Suubsoy hung-gury ky jery kaalshiyam, iron (bir), i vitamiing C.

Hung-gurughung may unuga ku kaalmeyaayana ini korshey ma'thangty qalanky ingky aruurny.

- Hung-guryghy le **kaalshiyam;** wang, farmaajy. Wang ritib e, tofu, iyooney quthaarty hambalo qagaarang le.
- Hung-guryghy **iron** (bir) le; tingjhir, hilib adiing laang e, misgeethy huubshe iyooney supygy loosky.
- Hung-guryghy **fitamiing C** le: oranjy, asiirky oranjithy, anab, y'aay'y, bisbaas aghaar.

Wal ku oghaaw arimo ma'thanty qalangky.

- **Ly hathal unuga taktarjhey misy kalkaaliyaaghy.**
- **Weer qiibty aafimaadky deghaangka, may ky qoriy'iina buugy telephoonythy baalalky buluug e. Beledky New York i Rojester, weer 311.**
- **Fiiri bogy internetky qiibty aafimaadky gopolky NY: www.nyhealth.gov/environmental/lead**

Gopolky New York
Qiibty Caafimaadka
Maay

2611

4/09