

Maay aya baaritanka Dhiiga Anugaaga micnahiisa?

Baritaanka macdanta “Lead” dhiigu maay kiinsheegaasee Halahi sun dhiigi dhinaanka ku jirte. Macdanta “Lead” maay waxyeelo ingaysadaasee koritaanka, dabecadda, iyo awooda wax barashada. Natijada baaritaanka hoose, ayaa ka sii fiican.

Inta badab ku sumowida macdanta ‘lead’ ka may dhiyaase markii dhinaaki, wax liqaan, ama ku neefsadaan siigada ka timaadda “lead” ka sunta riinjigga. Inta badan guryaha la dhisay kahor 1978 waxay leeyihiin rinjiga duugga ah, oo badanaa ku hoos yaal midab cusub. Haddii rinjiga, dillaaca, ama uu duugoobo, jillaabyada iyo busta ka sameysanto “leadka” riinjigga duugga ah may kufaaf kartee, daariishado, iyo minika oo dhan. Bustadi riinjiggy “Lead” ka ayaa markas ka bacdi may gal kare gacmaha ilmoogy iyo walaagi iyo ku dhedhelooyan, iyo afsho.

Ilmaha badansho may la kulmooyan sunta “lead” ka duug ah, arrada, tuubooyinka, ama qaabyaal kale. Tani may way sababta Gobolka New York lan ku rawe dhakhaatiirta inay baaraan dhammaan carruurta leh Baritaanka sunta “lead” ka dhiigga ah da’da 1 sano iyo mar labaad markay yihiin 2 sano. Ilmoogy illaa lix sano jirka ah, takhtarkaaga ama kalkaaliyaha afimaadku waa inay ku weydiyaan booqasho kasta oo dhinaanka ku saabsan qaababka uu dhinaanka xiriir ula yeelan lahaa “lead” ka sunta. Ilmoogy xiriir la leh “lead” ka sunta waa in la baaraa.

Natijada baaritaanka ah ee 5 µg/dL ama ka weyn, adoo isticmaalaya dhiig farta, waa in mar labaad lagu hubiyaa iyadoo la isticmaalayo dhiig laga qaadey xididka (badanaa gacanta). Haddii natijada labaad ay weli 5 µg/dL ama ka weyn tahay, waa inaad raacdaa tallaabooyinka hoose.

Natijada Tijaabada mikrogram-kiiba midkiiba (µg/dL)	Talaabooyinka Xiga
0-4	<ul style="list-style-type: none">• Maay ki jiree macdanta “lead” oo dhiigy dhinaanka.• Celceliska natijada baaritaanka macdan “lead” ka ee carruurta yar yar waa qiyaastii 1.4 microgram halkii deciliter (µg / dL).
5-14	<ul style="list-style-type: none">• Heerka “leadka” dhinaanka mayway saa’id. Natijada 5 µg/dL ama wixii ka sareeya waxay u baahan tahay ficil.• Dhakhtarkaaga ama kalkaaliyahaaga ayaa kaala hadli doona cuntada ilmaha, korriimadiisa iyo horumarkiisa, iyo ilaha suurtagalka ah ee sunta.• Waaxdaada caafimaadka ee deegaankaaga ayaa kaala hadli doona sida loo ilaaliyo ilmahaaga waxayna booqan doonaan gurigaaga si ay kaaga caawiyaan inaad hesho ilaha sunta.• Ilmahaaga waa in mar labaad la tijaabiyaa 1 ilaa 3 bilood gudahood.
15-44	<ul style="list-style-type: none">• Heerka “leadka” dhinaanka mayway mid kor. Adiga iyo dhakhtarkaagu waa inaad si dhakhso leh wax u qabtaan.• Dhakhtarkaaga ama kalkaaliyahaaga ayaa kaala hadli doona hunguriga dhinaanka, korriimadiisa iyo horumarkiisa, iyo ilaha suurtagalka ah ee sunta.• Waaxdaada aafimaadka ee deegaankaaga ayaa kaala hadli doona sida loo ilaaliyo ilmahaaga waxayna booqan doonaan gurigaaga si ay kaaga caawiyaan inaad ka hesho ilaha sunta.• Ilmahaaga waa in mar labaad la baaro mar kale 1 bil ama ka dhakhso badan taas oo kuxiran heerka hogaaminta dhiiga iyo hagida dhaqtarkaaga
45 ama ka koreeya	<ul style="list-style-type: none">• Dhinaanka may unbaahinya daaweeyn isla markaaba.• Takhtarkaaga ama waaxda afimaadka deegaankaaga ayaa kuu soo wici doona isla marka ay helaan natijada baaritaanka• Dhinaanka mayway inni sii roogo isbitaalky, gaar ahaan haddii gurigaagu leeyahay sunta.• Waaxda afimaadka deegaankaaga ayaa mininka kooyayan si ay koo kaalmoyan inaad hesho ilaha meelogy sunta.• Dhinaanka may way inni mininky han ilaa iyo inta laga qaadayo ilaha macdanta sunta ama la hagaajiyo.• Dhinaaka may un baahinya in mar labaad la baaro ka dib daweynta.

Magaca Ilmaha: _____ Natijada Baaritaanka: _____ µg/dL Taariikh: _____

Haddii natijada baaritaanka meelan hal unku qorne qorin, weydii takhtarkaaga ama kalkaaliyaha caafimaadka, qor, iyo keydso diiwaannadaada

Dhamaan natijoooyinka baaritaanka, raac talooyinka dhinaca kale si aad uga ilaaliso heerka “lead” ka sunta cunuggaaga inuu ka soo kaco.

Sida looga ilaaliyo cunuggaaga Sunta 'Lead'

Samayso midabaynta "lead" ka sunta oo guriga hagaajiso si badbaado leh



- Ka dheeraay ilmoogy inay fufujiyaan ana fiiqaan riinjigga
- Intii oo adi dyactir han suubine mininyaalki 1978 ka hor la dhisi, wac waaxdaada caafimadka si aad u baratid sida loogu shaqeeyo si badbaado leh loona ilaaliyo heerarka boorka
- Carruurta iyo haweenka uurka leh waa inay ka fogaadaan dayactirka fiifiigimoo rinjiga duugga ah, sida gitaarka iyo xoqista Waa inay ka fogaadaan ilaa aagga laga nadiifinayo iyadoo la isticmaalayo hababka nadiifinta qoyan iyo faaruqinta HEPA (ma aha xaaqidda qallajinta)

Boorka ka nadiifi gacmaha, boombalada, dhalada, daaqadaha, iyo sagxadaha.



- Dhedheel ka ba'adi dhaq gaamoogi iyo wejigi dhinaanki, hungurigi ka hor iyo intii han jiidne.
- Ku dhaq alaabta caruurta ku ciyaarto, xayawaanka cufan, weelka lagu buufiyo iyo dhalooyinka saabuun iyo biyo intabadan.
- nadiifi dhulka marwalba, oo isticmaal tuwaal waraaq ah oo qoyan si aad u nadiifiso ceelasha iyo daaqadaha.

Ka taxaddar inaadan guriga ku soo qaadin "lead" ka sunta say kujirto sida dharka, waxyaabaha caruurta ku ciyaaraan, ama waxyaalaha laysku qurxiyo.



- Macdanta "Lead" May kujirte dahabki ilmo, alaabta carruurta ku ciyaarto, furayaasha, iyo qalabka duugoobay. Iskadiiwangeli ogeysiiska soo-celinta ee alaabada carruurta ee www.cpsc.gov/cpsclist.aspx
- Shaqooyinka qaar iyo hiwaayadaha ayaa iyaa may lahaad kareena taabasho macdan "lead" ka sunta. Kuwaas oo ku mid eyan: rinjiyeynta, tuubooyinka, dhismaha, dayactirka gawaarida, la shaqeynta qoryaha, dhalada caarada, iyo dheriyada Sithy lan yaraayo sunti ku dhalato bustadan, beddel dharka shaqada ka hor intaadan guriga aadin; kabaha kusiib ilbaabka; dhaq dharrka shaqada ama kuwa kale si gooni ah; Dhaq wejiga, gacmaha iyo maqaarka daboolka kaqaad kahor intaadan guriga aadin.

Ka ilaali macdanta "lead" ka qashinka cuntada iyo tubbada biyaha.



- biyoogi tuubodi hal dagaiga ha socdoona intii isticmaal, haddii aan la qaban dhowr saacadood Magaalada iyo ceelka biyaha waxay lahaan karaan "lead" sunta tuubbada duuga ah
- Kaliya u isticmaal biyaha tubada qabow cabitaanka, karinta, iyo sameynta caanooboraha ilmaha. Kululeeynta biyahaaga kama takhalusi doonto suntan "lead" ka.
- Cuntada ha ku keydin ama ha ku keydin mashiinka xawaashka ah, dhalo ama dhagaxa dillaacay.
- Unweer waaxdaada caafimadka, ama booqo websaydhka hoosta, si aad u aragto suxuunta, dhir udgoon, nacnac, qurxinta, iyo dawooyinka caafimaad ee la helay inay leeyihiin sunta.

Sii hunguriyaalki leh kaalshiyam, macdanta, iyo fiitamiin C



- Hunguriyaalkan may koo ilaaliyaayan macdanta "lead" inay ku keydiso jirka cunuggaaga.
- Hunguriyaalkan leh kaalshiyamka: caano, jiis, yogurt, tofu, iyo khudradda cagaaran.
- Hunguriyaalkan leh Macdanta: digirta, hilibka jilicsan, siiriyaalka adag, iyo subagga looska.
- Hunguriyaalkan leh fitamiin C: liin, canab, yaanyo, iyo basbaas cagaaran.

Raadi wax dheeraad ah oo ku saabsan sunta lead
www.health.ny.gov/lead

La hadal bixiyahaaga daryeelka caafimaad ee canuggaaga

Wac waaxdaada caafimaadka deegaankaaga. Ka raadso www.health.ny.gov/environmental/lead/exposure/childhood/program_contact_map.htm