

# نتائج اختبار وجود الرصاص في دم طفلي

يُعطى اختبار وجود الرصاص فكرة عن كمية الرصاص الموجودة في دم طفلك. قد يضر الرصاص بنمو الطفل وسلوكه وقدرته على التعلم. وكلما كان مستوى الرصاص في الدم منخفضاً كلما كان ذلك أفضل. تحدثت أغلب حالات التسمم بالرصاص عندما يأكل الطفل أو يستنشق الغبار المتأني من الدهان القديم الذي يحتوي على الرصاص. يجب أن تقوم باختبار مستوى الرصاص عند الطفل إذا لمس الرصاص.

## نتيجة الاختبار ماذا يعني ذلك؟

<b>0-4</b>	<b>نتيجة اختبار الرصاص في دم الطفل تشابه أغلب الأطفال في الولايات المتحدة.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• واصل حماية طفلك من الرصاص باتباع النصائح المذكورة في الصفحة التالية.</li></ul>
<b>5-14</b>	<b>نتيجة وجود الرصاص في دم طفلك مرتفعة. تصرف بسرعة!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• تحدث إلى طبيبك حول طرق حماية طفلك من الرصاص وحول حماية طفلك ونموه وتطوره.</li><li>• ابحث في منزلك عن مصادر الرصاص المحتملة. قد يتصل بك أحد موظفي الصحة العامة لمذك بالمعلومات أو لتحديد موعد لزيارة بيتك قصد مساعدتك على البحث على مصادر الرصاص المحتملة.</li><li>• قم بالاختبار على كل الأطفال الآخرين الذين يعيشون في نفس البيت.</li><li>• أعد نفس الاختبار على طفلك بعد مدة تتراوح بين شهر وثلاثة أشهر. إذا تم الاختبار الأول عبر وخز طرف الإصبع، قم باختبار ثان على الفور بأخذ الدم من الوريد.</li></ul>
<b>15-44</b>	<b>نتيجة وجود الرصاص في دم طفلك مرتفعة جداً. أطلب المساعدة!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• تحدث إلى طبيبك حول طرق حماية طفلك من الرصاص وحول حماية طفلك ونموه وتطوره.</li><li>• ابحث في منزلك عن مصادر الرصاص المحتملة. قد يتصل بك أحد موظفي الصحة العامة لمذك بالمعلومات أو لتحديد موعد لزيارة بيتك قصد مساعدتك على البحث على مصادر الرصاص المحتملة.</li><li>• قم بالاختبار على كل الأطفال الآخرين الذين يعيشون في نفس البيت.</li><li>• أعد نفس الاختبار على طفلك بعد مدة تتراوح بين أسبوع وأربعة أسابيع.</li><li>• اسأل طبيبك إذا استوجب أخذ صور بالأشعة السينية للمعدة أو القيام بعملية تطهير.</li></ul>
<b>44 إلى ما فوق</b>	<b>طفلك في حاجة إلى علاج طبي على الفور!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• قم بإزالة كل مصادر الرصاص من البيت قبل أن يعود طفلك إلى البيت. قد يتصل بك أحد موظفي الصحة العامة لمذك بالمعلومات أو لتحديد موعد لزيارة بيتك قصد مساعدتك على البحث على مصادر الرصاص المحتملة.</li><li>• اسأل طبيبك إذا استوجب أخذ طفلك إلى المستشفى.</li><li>• اسأل طبيبك إذا استوجب أخذ صور بالأشعة السينية للمعدة أو القيام بعملية تطهير.</li><li>• تحدث إلى طبيبك حول طرق حماية طفلك من الرصاص وحول حماية طفلك ونموه وتطوره.</li><li>• أعد نفس الاختبار على طفلك خلال يومين.</li></ul>

اسم الطفل: \_\_\_\_\_ نتيجة الاختبار: \_\_\_\_\_ ميكروغرام / ديسيلتر التاريخ: \_\_\_\_\_

إذا لم تكن نتيجة الاختبار مكتوبة هنا، اسأل طبيبك أو الممرض(ة) لتحصل على النتيجة وكتبها واحتفظ بها.

# أحمي طفلك ضد التسمم بالرصاص

## أغسل الأيدي واللعب والأرض

- أغسل يدي طفلك بانتظام خاصة بعد الأكل والنوم وبعد اللعب خارج البيت.
- أغسل لعب الأطفال والدمى والحيوانات المحشوة واللهايات والزجاجات بالماء والصابون بانتظام.
- نظف بانتظام الأرضية والنوافذ باستعمال ممسحة رطبة أو قطعة قماش.

## تناول الطعام الصحي

- يستعب الأطفال الذين يتناولون حماية جيدة كميات أقل من الرصاص. ناول طفلك الأطعمة التي تحتوي على الكالسيوم والحديد والفيتامين ج.
- تتضمن الأطعمة التي تحتوي على الكالسيوم الحليب والجبن والياغورت (الزبادي) والطوفو والسلطات والخضار.
- تتضمن الأطعمة التي تحتوي على الحديد للحوم الحمراء والأسماك والدجاج والفاصوليا وبعض الحبوب والفواكه المجففة مثل الزبيب والخوخ.
- تتضمن الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من الفيتامين ج الفراولة والبرتقال والفلل والقرنبيط والكوي والغوفا والبابايا والكريب فروت والماتغو والشمام والملفوف والطماطم والبطاطس.

## مواد التجميل والأدوية وغيرها من المنتجات

- تجنب استعمال الأدوية و مواد التجميل المستوردة إذا كانت نسبة الرصاص في دم طفلك مرتفعة إذ قد تحتوي هذه المواد على الرصاص.
- قد تحتوي مواد التجميل مثل الكحل والكاجال والكحل والسوما التي تأتي من الشرق الأوسط وآسيا على الرصاص. تتضمن الأدوية المنزلية المستعملة في بعض الأحيان ضمن المجموعات اللاتينية والاسبانية والتي قد تحتوي على الرصاص الأزركون والغريتا والماريا لويزا والألركون والكورال (المرجان) والليغا والرويدا والألبايد. تتضمن الأدوية التي تأتي من آسيا والتي من شأنها أن تحتوي على الرصاص الداوتواي والبابلوه والغاسارد والبالاي غولي والكندو.
- تجنب استعمال الفخار والأطباق والسيراميك (الخزف) المستورد للطعام والشراب في حال لا تعرف ما إذا كانت تحتوي على الرصاص.
- قد يوجد الرصاص في بعض الأحيان في لعب الأطفال والمصوغات والحلويات المستوردة. زُر هذا الموقع على الإنترنت [www.recalls.gov/cpsc.html](http://www.recalls.gov/cpsc.html) وقم بتحديد "product search" وأكتب كلمة "lead" لتجد قائمة في المواد التي تم سحبها من السوق وتنبهات السلامة.



## الطلاء المحتوي على الرصاص في البيوت القديمة

- قد تحتوي البيوت القديمة المبنية قبل 1978 على الرصاص. قد يتسبب الطلاء القديم عندما يتشقق وينقشر في وجود غبار الرصاص الذي يشكل خطرا في حال يتم استنشاقه أو أكله.
- حافظ على نظافة بيتك وعلى خلوه من الرصاص. قم بمسح الأسطح بانتظام خاصة حول الأبواب والنوافذ باستعمال قطعة قماش مبللة لإزالة رقائق الدهان والغبار.
- قد يتسبب حك وكشط الطلاء المحتوي على الرصاص في خلق غبار الرصاص. أترك الأطفال والنساء الحوامل بعيدا عن التصليحات التي تؤثر على الطلاء القديم حتى يتم تنظيف المنطقة باستخدام ممسحة رطبة أو قطعة قماش مبللة.

## لا تأتي بالرصاص إلى البيت

- من بين الوظائف والهوايات التي قد تعرضك إلى الرصاص الدهن والطلاء والسباكة والبناء وتصليح السيارات وإعادة تدوير المعادن والبطاريات والعمل مع البنادق والذخيرة والرصاص لصيد السمك والزجاج الملون والفخار والمجوهرات.
- إذا كنت تشتغل بالرصاص، استخدام ملابس وأحذية منفصلة. استحم قبل العودة إلى البيت أو على الفور بمجرد الوصول إلى البيت. ضع ملابس العمل القذر في كيس من البلاستيك واغسلها بشكل منفصل عن غيرها من ملابس أفراد الأسرة.

### Learn More About Lead

- Lead Information Line: 1-800-909-9898
- Washington State Department of Health: [www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov) (search "lead")
- Local Health Departments: [www.doh.wa.gov/localhealth](http://www.doh.wa.gov/localhealth)

