

# وقاية الأطفال من التسمم بالرصاص

تعرض الطفل للرصاص يضر بصحته ونموه. فأى كمية من الرصاص تعتبر ضارة على الطفل. أي أن مجرد كمية صغيرة منه تسبب أذى كبيراً لا سيما للأطفال دون سن الثالثة. بل إن التعرض لكميات صغيرة من الرصاص قد يسبب انخفاضاً في معدل ذكاء الطفل ويؤدي إلى صعوبات التعلم والمشاكل السلوكية.

## اعرف المخاطر

- عليك أن تعي أن الطفل الذي يتعرض للرصاص قد لا تظهر عليه أي أعراض. ولكن بعض الأطفال قد يصابون بالصداع أو آلام البطن أو انخفاض الشهية أو صعوبات النوم. وبعض الأطفال قد يظهر عليهم فرط النشاط أو الهياج. والمشكلة أن الآباء والأمهات الذين يرون هذه الأعراض الشائعة قد لا يخطر على بالهم أن الرصاص هو المسبب لها.
- تذكر أن مصادر التعرض للرصاص مصادر متنوعة. حيث يمكن انتقال الرصاص من جسم الأم إلى الطفل عن طريق الرضاعة. كما يمكن أن يستنشق الطفل الرصاص من الغبار أو يتلعه. ومن أكثر المصادر شيوعاً الطلاء وألعاب الأطفال وأقلام الألوان المحتوية على الرصاص وبعض أنواع العلاج الصحي المنزلية والرصاص الموجود في التربة. ومن المصادر الأخرى مصاهر الرصاص ومصانع إعادة تدوير البطاريات.

## اعرف وتابع طرق الوقاية

- اعرف إن كنت تعيش في منطقة عالية الخطورة. اسأل عن ذلك طبيبك أو اتصل بهيئة الصحة العامة في إلينوي (IDPH).
- اقرأ الملصقات الموجودة على ألعاب الأطفال وكن واعياً بمصادر هذه الألعاب أو الأغراض التي سيلعب بها طفلك أو سيمضغها. تفقد قوائم الألعاب والمنتجات التي تم سحبها بقرار لجنة سلامة المنتجات الاستهلاكية الأمريكية (Consumer Product Safety Commission).
- تعرف على معلومات التخلص الآمن من الرصاص. فحوائط المنازل المبنية قبل عام 1978 يشكل طلاؤها مخاطر كبيرة لاحتوائه على الرصاص. واعلم أن إزالة الطلاء بالصنفرة أو الكشط أو التسخين يطلق في الهواء غباراً مشبعاً بالرصاص. هيئة الصحة العامة لديها قائمة بخبراء تقييم مخاطر الرصاص ومعاينة الطلاء وخبراء التخميد. اسأل هيئة الصحة العامة أو إدارة الصحة المحلية عما إذا كانت توفر مساعدات مالية للتخلص من الرصاص في منطقتك.

## احم طفلك

- افحص طفلك عند الطبيب. حيث يجب فحص جميع الأطفال من سن 6 أشهر حتى 6 سنوات للكشف على تسمم الرصاص عند مقدمي الرعاية الطبية قبل إلحاق الطفل بدور الحضانة أو برامج ما قبل المدرسة أو الروضة.
- خذ طفك إلى الطبيب لفحص مستوى الرصاص في دمه إذا كنت تعيش في منطقة عالية الخطورة أو إذا كنت مستحقاً لبرنامج Medicaid أو التأمين الصحي All Kids.
- علم أطفالك ألا يضعوا في أفواههم أي شيء قد يحتوي على الرصاص. ومن هذه الأشياء رقائق الطلاء أو غبار الطلاء. قدم للطفل عصابات وألعاب آمنة. علم الأطفال الكبار المواظبة على غسل أيديهم وألا يضعوا في أفواههم إلا الطعام. واطب على مسح الغبار من على الأرضية بمسحة مبللة ولا تدخلوا المنزل بالأحذية لتجنب دخول القاذورات إلى المنزل.
- قدم لأطفالك الوجبات الصحية التي تحتوي على أطعمة مغذية. فالأطعمة الغنية بفيتامين سي والكالسيوم والحديد تبطن امتصاص الرصاص في مجرى الدم وتزيد من مستويات تخلص الجسم من الرصاص.

## English Title: Preventing Lead Poisoning in Children



Children's Research Center  
University of Illinois at Urbana-Champaign  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Telephone: 217-333-1386  
Toll-free: 877-275-3227  
E-mail: iel@illinois.edu  
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois  
State Board of  
Education