प्रिय माता-पिता/अभिभावकः

मैं समझता हूं कि आपके बच्चे का स्वास्थ्य आपके लिए महत्त्वपूर्ण है और मैं सीसे के कारण होने वाली विषाक्तता नामक एक गंभीर स्वास्थ्य समस्या पर कुछ महत्त्वपूर्ण जानकारी साझा करना चाहता हूं।

मिट्टी, पानी, हवा, पेंट (रंग-रोगन) और धूल में सीसा पाया जा सकता है। चूंकि छोटे बच्चे तेजी से बढ़ते हैं और अक्सर अपने मुंह में हाथ डालते हैं, इसलिए उनके शरीर में आसानी से सीसा पहुँच सकता है और उनमें सीसे की विषाक्तता का अधिक खतरा होता है। संलग्न सामग्री से यह स्पष्ट होता है कि बच्चे को सीसे की विषाक्तता कैसे हो सकती है, इससे किसी बच्चे के स्वास्थ्य को कैसे नुकसान पहुँच सकता है और इसकी रोकथाम के लिए आप क्या कर सकते हैं।

रक्त में सीसे की स्क्रीनिंग जांच एकमात्र तरीका है जिससे आप यह पता लगा सकते हैं कि क्या आपके बच्चे के शरीर में बहुत अधिक सीसा है या नहीं। कृपया अपने चिकित्सक से अपने बच्चे की जांच करने के लिए कहें और रक्त में सीसे की स्क्रीनिंग के लिए संलग्न फॉर्म को पूरा करें। कृपया पूरे किए गए फॉर्म को अपने चाइल्ड केयर सेंटर में वापस ले कर आएं।

यदि आपके पास सीसे से होने वाली विषाक्तता के बारे में कोई प्रश्न हैं, तो कृपया हमें कॉल करें या हमारे चाइल्ड केयर सेंटर में आने पर हमसे बात करें। हमें आपसे इस स्वास्थ्य समस्या के बारे में बात करने में खुशी होगी जिससे आपके बच्चे को नुकसान हो सकता है।

भवदीय,

निदेशक, चाइल्ड केयर सेंटर

अनुलग्नक

रक्त में सीसे की स्क्रीनिंग फॉर्म

माता-पिता / अभिभावक द्वारा पूरा किया जाए

बच्चे की जानकारीः

नामः____________________ जन्म दिनः ________________

पताः ____________________

____

टेलीफोन नंबरः (__________)________________

माता-पिता / अभिभावक का नामः ____________________

चाइल्ड केयर सेंटर की जानकारीः

नामः____________________ पताः ____________________

टेलीफोन नंबरः (__________)________________ ____________________

बच्चे के स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता द्वारा पूरा किया जाए

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता की जानकारीः

नामः ____________________

पताः ____________________

____

टेलीफोन नंबरः (__________)________________

रक्त में सीसे की स्क्रीनिंग

दिनांक	आयु	टिप्पणियाँ

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता के हस्ताक्षरः____________________ दिनांकः ________________

माता-पिता / अभिभावक :कृपया इस पूरे किए गए फॉर्म को अपने चाइल्ड केयर सेंटर में वापस लेकर आएं।

Lead - you can't see it or smell it. Yet it can harm your child's health. To protect your child, ask your doctor about having your child tested for lead. If you need assistance, call your health plan or the Medicaid hotline at 1-800-356-1561.

El plomo. No se puede ver ni oler. Sin embargo, puede ser perjudicial para la salud de su hijo. Para protegerlo, pida a su médico que le haga la prueba del plomo a su hijo. Si necesita asistencia, llame a su plan de salud o a la línea de ayuda de Medicaid para recibir asistencia al 1-800-356-1561.

Ołów jest niewidzialny i nie ma zapachu. Stanowi jednak zagrożenie dla zdrowia Twoich dzieci. Aby ochronić swoje dziecko, skontaktuj się ze swoim lekarzem i poproś go o zrobienie badania na ołów. Jeśli potrzebujesz pomocy zadzwoń do swojej ubezpieczalni lub pod numer gorącej linii Medicaid: 1-800-356-1561.

Le plomb - vous ne pouvez ni le voir, ni le sentir. Mais il peut nuire à la santé de votre enfant. Pour protéger votre enfant, demandez à votre médecin de tester votre enfant pour déterminer s'il a été intoxiqué au plomb. Si vous avez besoin d'assistance, contactez votre plan de santé ou téléphonez à Medicaid au 1-800-356-1561.

Chumbo - você não vê nem sente o cheiro. No entanto, ele pode ser nocivo à saúde do seu filho. Para proteger seu filho, peça a seu médico para fazer o teste de chumbo no seu filho. Caso necessite assistência, ligue para o seu plano de assistência médica ou para a hotline do Medicaid pelo número 1-800-356-1561.

الرصاص – لا تقدر أن تراه أو تشم رائحته، إلا أنه قادر على أن يسبب الضرر في صحة طفلك. لكي تحمي طفلك منه، فأسأل طبيبك حول إجراء الفحص على طفلك بشأن الرصاص. إن أردت أية مساعدة في هذا الشأن، فاتصل بإدارة خطة النظام الصحي الخاصة بك، أو بالخط الساخن الخاص بالـ"مديكيد" على الرقم ١٥٦١–٣٥٦–٨٠٠–١.

납-이것은 보이지도 않고 냄새도 나지 않지만 당신의 자녀의 건강을 해칠수 있읍니다. 자녀의 건강보호를 위해 납 중독검사가 필요한지를 의사와 상의하세요. 도움이 필요하시면 의료 보험 플랜이나 메디케이드 핫라인 (1-800-356-1561)으로 전화하십시오.

鉛－看不見，聞不著。但是它卻能危害您的孩子的健康。爲了保護您的孩子，請向醫生請教有關給您的孩子進行鉛檢查的資訊。如果您需要協助，請致電您的醫療計劃或Medicaid求助熱線1-800-356-1561。

बचपन में सीसे की विषाक्तता के

के कारण स्वास्थ्य पर प्रभाव

व्यवहार संबंधी समस्याएं

ध्यान में कमी विकार (एडीडी)

सीखने की समस्याएं

मस्तिष्क क्षति

सिरदर्द

श्रवण संबंधी समस्याएं

एनीमिया (रक्त की कमी)

कोमा

मौत

सीसे को बाहर निकालें!

सीसा कई स्थानों पर पाया जा सकता है। सीसा हवा, पानी, गंदगी और धूल में हो सकता है। आप इसे देख नहीं सकते, इसका स्वाद नहीं ले सकते या इसे सूंघ नहीं सकते हैं।

सीसे से बच्चों को नुकसान होता है!

विशेषकर छोटे बच्चों के लिए सीसा एक गंभीर स्वास्थ्य मुद्दा है। सीसे की विषाक्तता से पीड़ित बच्चों में सीखने (शिक्षण) और व्यवहार संबंधी समस्याएँ हो सकती हैं। संभव है कि वे बीमार न दिखाई दें, बीमार होने जैसी गतिविधियां न करें, या उन्हें बीमारी का अहसास न हो।

अपने चिकित्सक से परामर्श करें!

सुनिश्चित रूप से किसी बच्चे में सीसे की विषाक्तता है या नहीं, यह जानने का एकमात्र तरीका आपके बच्चे के चिकित्सक द्वारा रक्त की जांच किया जाना है। 1 साल की उम्र में और फिर 2 साल की उम्र में सभी बच्चों की जांच की जानी चाहिए। 6 वर्ष की आयु तक के बच्चे जिनकी सीसे के लिए जांच नहीं की गई है, उनकी भी जांच करवानी चाहिए।

अपने शिशुओं की जांच करवाएं!

आपके बच्चे का चिकित्सक कार्यालय में ही रक्त जांच कर सकता है। नई जांच बहुत सरल है और इसके लिए अंगुली से थोड़ा सा ही रक्त लेना पड़ता है। अपने चिकित्सक से अपने बच्चे की सीसे से संबंधी जांच करवाने के लिए पूछें।

बच्चों को सीसे की विषाक्तता कैसे होती है

छोटे बच्चों को सीसे से नुकसान होने की संभावना अधिक होती है क्योंकि उनके बढ़ते शरीर सीसे को आसानी से अवशोषित कर लेते हैं और वे अक्सर अपने हाथों और अन्य वस्तुओं को अपने मुंह में डाल लेते हैं। निम्नलिखित स्रोतों के माध्यम से सीसा उनके शरीर में पहुंच सकता हैः

सीसा आधारित पेंट (रंग-रोगन)

1978 से पहले बने घरों में इस्तेमाल होने वाले पेंट (रंग रोगन) में बहुत अधिक मात्रा में सीसा होता था।

मिट्टी

प्रदूषण और कारों से निकलने वाला सीसा सतह पर ही बना रहता है। पुरानी इमारतों के बाहर का पेंट (रंग-रोगन) निकल कर जमीन पर गिर सकता है।

धूल

धूल में सीसा हो सकता है, विशेषकर खिड़कियों की चौखटों में सीसा हो सकता है।

हवा

सीसा युक्त धूल हवा में मिल सकती है और उसे सांस से अंदर लिया जा सकता है।

पानी

कुछ घरों में पानी के पाइपों को ऐसी धातुओं के साथ जोड़ा जा सकता है जिसमें सीसा होता है।

काम और शौक

ऑटो मैकेनिक और घरों की मरम्मत करने वाले लोग सीसे का काम करते हैं। मछली पकड़ने और पेंटिंग जैसे शौक में उपयोग की जाने वाली सामग्रियों में भी सीसा पाया जाता है।

लोक उपचार

अन्य देशों से आने वाले सौंदर्य प्रसाधन सामग्रियों में सीसा हो सकता है।
(उदाहरणों में कोल (kohl), सूरमा (surma) शामिल हैं)
दुनिया भर में विभिन्न संस्कृतियों द्वारा उपयोग किए जाने वाले घरेलू उपचारों में सीसा शामिल होता है। (उदाहरणों में ग्रेटा (greta), अज़रकोन (azarcon) शामिल हैं)

बच्चों को सीसे की विषाक्तता से सुरक्षित रखने के उपाय

भोजन से पहले, सोने से पहले और बाहर खेलने के बाद बच्चों के हाथ धोएं

प्रयोग के बाद खिलौनों और पैसिफायर को धोएं।

बच्चों को धूल भरे माहौल में न खेलने दें

बच्चों को आयरन और कैल्शियम से भरपूर खाद्य वस्तुएं का सेवन कराएं

खाना पकाने, पीने और बेबी फार्मूला तैयार करने के लिए ठंडे पानी का उपयोग करें।

उपयोग करने से पहले 1 मिनट तक ठंडा पानी बहने दें

फर्श आदि की गीले पोंछे से सफाई करें और सप्ताह में दो बार बहु-उपयोगी डिटर्जेंट का उपयोग करते हुए खिड़कियों की चौखटों की सफाई करें

धूल मिट्टी हटाते समय पर गीले कपड़े का उपयोग करें

बच्चों को पेंट के टुकड़ों और पपड़ियों के गिरने से दूर रखें। जूतों को घर के

अंदर न ले जाएं।

यदि परिवार का कोई सदस्य सीसे (उदाहरणः ऑटो मैकेनिक, निर्माण कामगार, मछुआरा) का काम करता है, तो कार्य स्थल पर इस्तेमाल किए जाने वाले कपड़ों की धुलाई अलग से करें

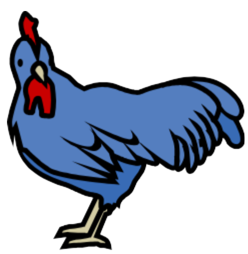
आपके बच्चे के खानपान में शामिल वस्तुओं से सीसे के कारण होने वाली विषाक्तता को रोकने में मदद मिल सकती है।

निम्नलिखित छोटी-छोटी बातों से आपके बच्चे के लिए स्वस्थ आहार की योजना बनाने में आपको सहायता मिल सकती है।

कैल्शियम की उच्च मात्रा वाले खाद्य पदार्थों का सेवन करें- जैसेः

दूध पनीर आइसक्रीम दही पुडिंग

आयरन की उच्च मात्रा वाले खाद्य पदार्थों का सेवन करें- जैसेः



मछली पतला मांस (लीन मीट) चिकन हरी सब्जियां आदि (ग्रीन्स) सूखे बीन्स

निम्नलिखित बातें महत्वपूर्ण हैंः

- भोजन करने से पहले हमेशा अपने हाथ धोएं
- मेज पर भोजन का सेवन करें ताकि खाने पीने की वस्तुओं को फर्श पर गिरने से रोका जा सके
- खाना पकाने और पीने के लिए केवल ठंडे पानी का उपयोग करें
- उपयोग करने से पहले 1 मिनट के लिए ठंडा पानी बहने दें
- प्लास्टिक के कंटेनरों में खान पान की वस्तुओं को स्टोर करें