लिड विषाक्तता

New Hampshire
HEALTHY HOMES
& Lead Poisoning Prevention Program

वातावरणमा लिड

माटोमा लिड

माटोमा लिड हुनु एक समस्या हो

तपाईंको घर वरिपरिको माटोमा लिड छ कि छैन भनेर थाहा पाउने एक मात्र तरिका त्यसको परीक्षण गर्नु हो

लिड विषाक्तता भन्ने बित्तिकै धेरैजसो मानिसहरू पुरानो खालको रङको बारेमा सोच्ने गर्छन्, तर माटोमा भएको लिड पनि बच्चाहरूको लागि हानिकारक हुन सक्छ। माटोमा लिड हुनुको कारण उक्किएको रङ, कारखानाबाट वर्षौं देखि झइरहेको प्रदूषण र गाडीहरूमा प्रयोग हुने लिडयुक्त तेल हुन्। लिड आर्सेनेटलाई बगैंचाहरूमा किटनाशकको रूपमा पनि प्रयोग गरिन्थ्यो। जब लिड माटोमा मिसिन्छ तब त्यो कहिले पनि बगेर वा बिलिन भएर जाँदैन; त्यो सधैंको लागि त्यहीं रहन्छ।

तपाईं र तपाईंको परिवारको लागि जोखिम

तपाईं धेरै तरिकाले माटोमा रहेको लिडको सम्पर्कमा आउन सक्नुहुन्छ

- बच्चाहरू धेरैजसो जमीन वा माटोमा खेल्ने गर्छन्, र उनीहरूले आफ्नो मुख, हात र अनुहारमा लिडयुक्त माटो हाल्न सक्छन्
- मानिसहरूले जुत्ताको माध्यमबाट बाहिरको लिड घर भित्र ल्याउन सक्छन्
- घरपालुवा जनावरहरूले उनीहरूको रौं र पञ्जामा लिडयुक्त धूलो घर भित्र ल्याउन सक्छन्

आफ्नो परिवारलाई जोगाउनुहोस्

माटोमा भएको लिड खतरनाक हुन्छ र यो तपाईंको घर भित्र आउन सक्छ

- ती बोटबिरुवा, झाडी र जमीन ढाक्ने घाँसहरू चयन गर्नुहोस् जसले बच्चाहरूलाई माटोबाट टाढा राख्छ
- जुत्ता वा खुट्टाको माध्यमबाट माटो भित्र जान नदिन प्रवेश गर्ने प्रत्येक ढोकामा एउटा म्याट राख्नुहोस्
- जुत्ता ढोकामै खोल्नुहोस्
- बाहिर खेलिसकेपछि हात र नङहरू धुनुहोस्
- आँगनमा खेल्ने खेलौनाहरूलाई घर भित्र ल्याउनु अघि धुनुहोस्, वा तिनीहरूलाई बाहिरै छोड्नुहोस्
- घरपालुवा जनावर भित्र आउँदा उनीहरूको पञ्जा पुछिदिनुहोस्
- गाडीहरूलाई ईटा बिछ्याइएको वा प्लास्टर गरिएको क्षेत्रमा पार्क गर्नुहोस्, किनभने गाडीलाई आँगनमा पार्क गर्नाले घाँस उम्रँदैन जसले गर्दा माटो र धूलो उत्पन्न हुन्छ

माटोमा लिडको मात्रा कम गर्ने तरिकाहरू

तपाईंको घर वरिपरिको माटोमा लिड छ कि छैन भनि हेर्दा यी जोखिम क्षेत्रहरूमा ध्यान दिनुहोस्।

खेल्ने ठाउँहरू

- खेल्ने ठाउँहरूलाई लिडयुक्त रङ लगाइएका संरचनाहरूबाट टाढा राख्नुहोस्
- केवल माटो मात्र भएको ठाउँ र खेल्ने ठाउँमा जमीन ढाक्ने घाँस (जस्तै दुबो) रोप्नुहोस्
- बच्चाहरूको लागि बालुवा राख्ने सफा बाकस प्रदान गर्नुहोस्

करेसाबारी

- माथिको 10" जतिको माटोलाई सफा माटोले प्रतिस्थापन गर्नुहोस्
- धूलो नियन्त्रण गर्न माटोलाई चिसो राख्नुहोस्
- करेसाबारीमा फलेको कुनैपनि तरकारी खानु अघि तिनीहरूलाई सफा गर्नुहोस्
- माटोलाई धेरै एसिडिक हुन नदिनुहोस्
- माटोमा काम गर्दा पञ्जा लगाउनुहोस्

ड्रिप जोन (बलेसीबाट पानी झर्ने क्षेत्र)

- ड्रिप जोन घर वरिपरि रहेको 3-फुटको क्षेत्र हो।
- सामान्यतया ड्रिप जोनमा लिडको मात्रा सबैभन्दा उच्च हुन्छ किनभने बाहिर लगाइएको रङ उक्केर यहाँ झर्ने गर्छ
- ड्रिप जोनबाट माथिको 10" जतिको माटो हटाउनुहोस्
- बच्चाहरूलाई ड्रिप जोनबाट टाढा राख्न घरको वरिपरि झाडी लगाउनुहोस्
- यो क्षेत्रलाई बार लगाएर छेक्नुहोस् वा ल्याण्डस्केप फ्याब्रिक र पराल वा घाँसपातले ढाक्नुहोस्

पैदल मार्ग

- पैदल मार्गबाट लिडद्वारा दूषित फोहोर घर भित्र नल्याउनुहोस्
- धूलो वा माटो भएको पैदलमार्गलाई ग्राभेल, ढुङ्गा, ईटा वा कन्क्रिट (सिमेन्ट) ले ढाक्नुहोस्

NH स्वास्थ्य तथा मानव सेवा विभाग, जनस्वास्थ्य सेवा डिभिजन

1-800-897-LEAD

लिड विषाक्तता

New Hampshire
HEALTHY HOMES
& Lead Poisoning Prevention Program

वातावरणमा लिड

पानीमा लिड

जोखिमलाई सीमित बनाउनुहोस्

सार्वजनिक पिउने पानीको आपूर्तिमा लिड विरलै रूपमा पाइने गर्छ, र तपाईंको घरका पाइपहरू र प्लम्बिङको कारणले यो तपाईंको पानीमा मिसिने सम्भावना बढी हुन्छ।

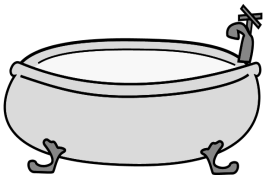
- खाना पकाउन र पिउनको लागि चिसो पानी मात्र प्रयोग गर्नुहोस्
- बच्चाको फर्मुला बनाउन कहिले पनि धाराबाट तातो पानी प्रयोग नगर्नुहोस्
- पानीलाई उमाल्नाले लिड हट्दैन। पानीलाई उमाल्नाले लिडको सघनता झन बढ्न सक्छ
- सकिन्छ भने फिल्टर गरिएको वा बोतलमा प्याक गरिएको पानी प्रयोग गर्नुहोस्
- तपाईं पानीको फिल्टर प्रयोग गर्नुहुन्छ भने, यो लिड हटाउनको लागि मान्यताप्राप्त छ भनि निश्चित गर्नुहोस् र फिल्टरहरू बारम्बार फेरिरहनुहोस्
- घरको प्लम्बिङको लिडयुक्त भागहरूलाई प्रतिस्थापन गर्नुहोस्
- पाइपहरू मर्मत गरिँदा लिडले बनेको सोल्डर प्रयोग गरिँदैन भनि निश्चित गर्नुहोस्
- प्रयोग गर्नु अगाडि प्रत्येक धारालाई केही क्षणको लागि खोलेर छाड्ने बानी बसाल्नुहोस्, विशेषगरि बिहान
- बच्चाहरूलाई घर बाहिरको पानी पिउन नदिनुहोस् किनभने विनाइलले बनेको धाराको नलीहरूमा लिड हुन सक्छ

पानीमा हुने लिडको स्रोत

पाइपहरूको माध्यमबाट तपाईंको पानीमा लिड मिसिन सक्छ

1940 को दशकसम्म लिडले बनेका पाइपहरू धेरै प्रयोग गरिन्थ्यो। 1986 सम्म पाइपहरूमा लिडले बनेको सोल्डर प्रयोग गरिन्थ्यो। धेरै पुराना घरका पाइपहरूमा यो अझै पनि पाइन्छ। लिडले बनेका पाइपहरू र सोल्डर भएको पुरानो घरमा, यो लिड तपाईंको पानीमा मिसिन सक्छ जसलाई तपाईं र तपाईंको परिवारले खानुहुन्छ।

निम्न घरेलु स्रोतको माध्यमबाट लिड पानीमा मिसिन सक्छ:



- पाइप, नल, फिटिङहरू र सोल्डर खिइनु
- पीतल र क्रोमको जलप लगाइएका नलहरू
- पुरानो शैलीका क्ल फुट टबहरू

परीक्षण

तपाईंले पानीमा रहेको लिड देख्न, सुँघ्न, वा चाख्न सक्नुहुन्न

तपाईंको पानीमा लिड छ कि छैन भनेर थाहा पाउने एक मात्र तरिका त्यसको परीक्षण गर्नु हो। तपाईं आफ्नो घरमा आउने पानीमा लिड छ कि छैन भनि परीक्षण गर्न चाहनुहुन्छ भने, (603)-271-3445 मा NH वातावरणीय सेवा विभागको प्रयोगशालामा सम्पर्क गर्नुहोस्। परीक्षणले लिड छ भनि देखाएमा, पानीलाई लिडद्वारा दूषित पार्ने त्यस्ता स्रोतहरूलाई तुरुन्त हटाउनुहोस्।

तपाईं के गर्न सक्नुहुन्छ

पाइपहरू फ्लस गर्नुहोस्

- 6-8 घण्टासम्म पानी प्रयोग नगरिँदा पाइप र पानीको ट्याङ्कीमा भएको लिड पानीमा घोलिन सक्छ
- लामो समयसम्म जमेर बसेको पानी प्रयोग गर्नु अघि त्यसलाई कम्तीमा 30 सेकेन्ड देखि 1 मिनेटसम्म बग्न दिनुहोस्
- तातो पानीको लागि, पानी तातेपछि पानीलाई थप 45 सेकेन्डको लागि बग्न दिनुहोस्

फिल्टर गर्ने प्रणाली प्रयोग गर्नुहोस्

- नलीमा फिल्टर राखेर वा पिचर फिल्टर प्रयोग गरेर पिउने पानी फिल्टर गर्नुहोस्
- सेडिमेन्ट फिल्टरले लिड हटाउँदैन