लिड विषाक्तता

New Hampshire
HEALTHY HOMES
& Lead Poisoning Prevention Program

लिडका जोखिम तत्वहरू

तपाईंको घरमा रहेका लिडयुक्त रङको जोखिम तत्वहरू खोज्नुहोस्

लिडयुक्त रङका जोखिम तत्वहरू

सामान्य कदमहरू चालेर तपाईंले आफ्नो घरमा लिडका जोखिम तत्वहरू कम गर्न सक्नुहुन्छ। लिडका जोखिम तत्वहरू र तपाईंको परिवार बीच छेकाबार सिर्जना गर्नुहोस्।

विशेषत: लिडयुक्त रङ लगाइएका झ्यालहरू खतरनाक र बालबालिकाहरूले पहुँच गर्न सक्ने हुन्छन्।

- झ्यालको क्षय भएको रङलाई डक्ट टेप वा कन्ट्याक्ट पेपरले छोप्नुहोस्
- झ्यालको तलको भागलाई बन्द राख्नुहोस् र केवल माथिको भाग मात्र खोल्नुहोस्
- झ्यालहरू खोल्दा र बन्द गर्दा लिडयुक्त धूलो उत्पन्न हुन र रङ उक्कन सक्छ

ढोकाहरू खोल्दा र बन्द गर्दा लिडयुक्त धूलो उत्पन्न हुन र रङ उक्कन सक्छ।

- ढोका ढ्याम्म लाग्नबाट रोक्न ढोकाको किनारामा ऊनले बनेको बम्पर राख्नुहोस्
- ढोकाको किनाराहरूलाई डक्ट टेपले छोप्नुहोस्
- यदि मिल्छ भने ढोकाहरू पूर्ण रूपमा हटाउनुहोस्

बेसबोर्ड (काठले बनेको पट्टी) मा निरन्तर रूपमा केही न केही कुरा ठोक्किने गर्छ र बालबालिकाहरूले सजिलै यसको पहुँच गर्न सक्छन्।

- ठूला फर्निचर भएका चिप गरिएका क्षेत्रहरूको पहुँच रोक्नुहोस्
- टूटेफुटेको र चर्किएको भागलाई डक्ट टेप, कन्ट्याक्ट पेपर, वा रङले छोप्नुहोस्

सामान्य प्रयोगको कारणले भुईं र भर्‍याङबाट रङ खिइन सक्छ र लिडयुक्त धूलो उत्पन्न हुन सक्छ।

- भुईंमा पूर्ण रूपमा छोप्नेगरि गलैंचा बिछ्याउनुहोस्
- लिडयुक्त धूलो कम गर्नको लागि भर्‍याङमा लामो साँगुरो कार्पेट बिछ्याउनुहोस्

मानिसहरूको जुत्ताको माध्यमबाट बाहिरको लिडयुक्त धूलो घर भित्र आउन सक्छ।

- भित्र प्रवेश गर्दा जुत्ता खोल्नुहोस् वा जुत्तामा टाँसिएको फोहोर हटाउन म्याट प्रयोग गर्नुहोस्

पुराना घरहरू

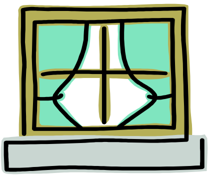
1978 भन्दा पहिले बनेका घरहरूमा लिडयुक्त रङ लगाइएको हुन सक्छ

1978 देखि निवास स्थानमा लिडयुक्त रङ प्रयोग गर्न निषेध गरिएको थियो। सबै लिडयुक्त रङहरू लिडको जोखिम तत्व नभए तापनि, लिडयुक्त रङको अवस्था वा त्यो प्रयोग गरिएको स्थानले बच्चालाई लिड विषाक्तताको जोखिममा पार्छ।

लिड कहाँ छ पत्ता लगाउनुहोस्

तपाईंको घरमा लिडयुक्त रङ कहाँ लगाइएको छ पत्ता लगाउनुहोस्

लिडयुक्त रङलाई टिकाउ मानिन्थ्यो र प्राय: काठ र सजावटी सामान, नुहाउने कोठा र भान्छाकोठाका भित्ताहरू, ढोका, झ्याल, बेसबोर्ड, भुईं तथा भर्‍याङ, बाहिरि भाग र प्रवेशद्वारमा लगाइने गरिन्थ्यो। निम्न अवस्थामा लिडयुक्त रङलाई जोखिम तत्व मानिन्छ:



- घर्षण हुने/धक्का पर्ने सतहहरूमा अवस्थित छ
- क्षय भएको छ (उक्किएको, ससाना गिर्खा निस्किएको)
- बच्चाले चपाउन वा मुखमा हाल्न सक्ने सतहमा अवस्थित छ

मर्मत-सम्भार

तपाईंको घरलाई राम्रो अवस्थामा राख्नुहोस्

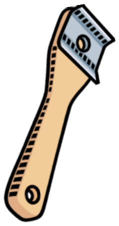
घरमा लिडका जोखिम तत्वहरू उत्पन्न हुन नदिन निम्न मार्गदर्शनहरू पालना गर्नुहोस्:

- तपाईंको घरमा रङको ससाना टुक्रा निस्किरहेको छ भने त्यसलाई ठीक गर्नुहोस्
- रङ हटाउने सामग्री प्रयोग नगर्नुहोस् जसले लिडयुक्त धूलो निकाल्छ
- आर्द्रतालाई ध्यानमा राख्नुहोस् जसको कारणले गर्दा रङ क्षय हुन्छ
- घरमा मर्मत कार्य गर्दा EPA लिड-सुरक्षा मार्गदर्शनहरू पालना गर्नुहोस्
- लिडको उच्च जोखिम भएको अवस्थामा RRP प्रमाणित ठेकेदारहरू प्रयोग गर्ने प्रति विचार गर्नुहोस्

लिड सुरक्षित सरसफाइ

राम्ररी सफा गर्नाले तपाईंको घरमा लिडयुक्त धूलो कम हुन सक्छ

- लिडको साथमा काम गर्दा पन्जा लगाउनुहोस्
- सबै प्रयोजनको लागि प्रयोग गर्न सकिने क्लिनर भएको स्प्रे बोतल प्रयोग गर्नुहोस्
- HEPA भ्याकुम र प्रयोगपछि फाल्न मिल्ने कागजका टावल वा टालोहरू प्रयोग गर्नुहोस् - सामान्य भ्याकुम, कुचो, वा सपन्जले झन धूलो फैलाउँछ
- टालो, कार्पेट र सोफाका खोलहरूलाई बाफद्वारा सफा गर्नुहोस्



NH स्वास्थ्य तथा मानव सेवा विभाग, जनस्वास्थ्य सेवा डिभिजन

1-800-897-LEAD

लिड विषाक्तता

New Hampshire
HEALTHY HOMES
& Lead Poisoning Prevention Program

लिडका जोखिम तत्वहरू

लिडका अन्य सम्भावित स्रोतहरू

लिडको खतराहरूको बारेमा वर्षौं देखि थाहा भए तापनि, धेरै सामान्य वस्तुहरूमा अझै पनि लिड पाइन्छ। तपाईंको घरमा हुन सक्ने लिडका केही स्रोतहरू तल सूचीकृत गरिएका छन्:

घरको वातावरण

- लिडका उद्योगहरू, सडक र लिडयुक्त रङ लगाइएको घर नजिकको माटो
- प्लम्बिङ र सोल्डर
- विनाइल (प्लास्टिकको एक प्रकार) ले बनेको सानो पर्दा
- सेरामिक भुईं वा भान्छाकोठा र नुहाउने कोठाको भित्ताको टाइल
- गटर, फ्ल्यासिङ र विन्डो ग्लेजिङ जस्ता निर्माण सामग्रीहरू
- पुरानो शैलीको क्ल-फुट बाथटबहरू
- लिडयुक्त शीशा, क्रिस्टल र प्यूटर
- पीतल र काँस्य
- लिड आर्सनेट किटनाशक
- प्लास्टिक इन्सुलेसन वा विद्युतीय तार
- चाबीहरू

उत्पादनहरू

- आयात गरिएका क्यान्डी र क्यान्डीको खोल
- पूरक सामग्रीहरू
- आयात गरिएका कस्मेटिक र हेयर डाइ
- आयात गरिएका क्रेयनहरू
- केही रिचार्ज गर्न मिल्ने ब्याट्रीहरू
- धातुजन्य कोर भएको मैनबत्तीको धागो
- फिसिङ (माछा मार्ने) वेट र केही लोभ्याउने वस्तु (चारो)
- खेलौनाहरू (फिर्ता गर्न अनुरोध गरिएको छ कि हेर्नुहोस्)

मेक्सिको/सेन्ट्रल अमेरिकामा बनेका घरेलु औषधिहरू

- अजारकन एक गाढा सुन्तला रङको धूलो हो जसलाई पेट दुखेको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ। अजारकानका अन्य नामहरू रुइडा, कोरोल, अलारकन, मरिया लुइसा, र लिगो हुन्।
- ग्रेटा एक पहेंलो रङको धूलो हो जसलाई पेट दुखेको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ।

एसिया भारत/मध्य पूर्वी क्षेत्रमा बनेका घरेलु औषधिहरू

- घासाई एक खैरो रङको धूलो हो जसलाई पेट दुखेको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ।
- बाला गोली एक गोलो कालो गेडा हो जसलाई "मिश्री पानी" मा घोलिन्छ र पेट दुखेको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ।
- कान्दु एक रातो रङको धूलो हो जसलाई पेट दुखेको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ।
- गाजल एक प्रकारको धूलो हो जसलाई आँखाको शृङ्गारको रूपमा र दाँत निकाल्न प्रयोग गरिन्छ।
- आयुर्वेद एक भारतीय समग्र वैकल्पिक औषधि हो र केही उत्पादनहरूमा लिड हुन सक्छ

एसियामा बनेका घरेलु औषधिहरू

- पे-लु-आह भियतनाममा बनेको एक रातो धूलो हो जसलाई घमौराको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ।
- ब-बउ-सान एक चिनियाँ जडीबुटी औषधि हो जसलाई शूलको उपचारको लागि प्रयोग गरिन्छ।

NH स्वास्थ्य तथा मानव सेवा विभाग, जनस्वास्थ्य सेवा डिभिजन

1-800-897-LEAD