

سرب باعث مسمومیت مردم می شود. بخصوص برای کودکان مضر است. اگر سرب وارد بدن یک کودک بشود، می تواند باعث موارد زیر بشود:

- بهره هوشی (IQ) پایین تر
- مشکلات رفتاری
- مشکلات رشدی
- کم خونی
- صدمه کلیوی
- از دست دادن قوه شنوایی

سرب می تواند در رنگ کهنه، گردوغبار، خاک و آب وجود داشته باشد. بعضی داروهای بومی آسیایی و آمریکای لاتین برای دل به هم خوردگی نیز سرب دارند. همچنین در لوازم آرایشی که از خاورمیانه وارد می شوند نیز می تواند سرب باشد.

سرب چگونه آزمایش می شود؟

- مقدار کمی خون از خراش یک انگشت و یا رگ گرفته شده و برای سرب آزمایش می شود. خون را می توان در مطب یک دکتر، بیمارستان، کلینیک و یا آزمایشگاه گرفت. اگر نمی دانید که کودکان را برای آزمایش به کجا بیاورید، با بخش بهداشتی/درمانی محلی خود تماس بگیرید.

چه باعث مسمومیت کودکان توسط سرب می شود؟

- معمول ترین علت، گرد و غبار رنگ کهنه بر مبنای سرب است. اگر از دیوارهای کهنه رنگ شده، و یا ورقه های رنگ بر روی کف زمین گردوغباری باشد، نوزاد ممکن است که دستها و یا اسباب بازی هایی که به گرد و خاک سرب آغشته اند را بمکد. بعضی کودکان نوپا ورقه ها، خاک رنگ را می خورند و یا آستانه پنجره و نرده های پله که با سرب رنگ شده را می جویند.

اقداماتی که والدین برای جلوگیری مسمومیت کودکان توسط سرب می توانند انجام بدهند.

- کودکان را از رنگ ورامده و گچ شکسته شده دور نگهدارید.
- برای آبکشی کردن هرگونه گردوغبار و یا کثافت سرب، دستهای آنها را بطور مرتب بشویید.
- اسباب بازی های کودکان، بخصوص اسباب بازی های دندان درآوردن را بطور مرتب بشویید
- برای شیرخشک بچه و یا آشپزی از آب سرد - نه آب گرم - استفاده کنید. قبل از استفاده، بگذارید که شیر آب برای حداقل یک دقیقه باز باشد تا سربی که از لوله ها کنده شده بیرون ریخته شود.
- غذای قوطی کنسرو باز شده را در ظروف شیشه ای و یا پلاستیکی نگهداری کنید.
- از ظروف بدون سرب استفاده کنید. بعضی ظروف ممکن است در لعابشان سرب داشته باشند. از ظروف لب پریده و یا ترک خورده برای نگهداری و یا سرو کردن غذا استفاده نکنید.
- مراقب سرگرمی های خود باشید. بعضی کاردستی ها نیاز به رنگ، لعاب و یا لحیم دارند. خیلی از اینها ممکن است سرب داشته باشند.
- از سر کار با خودتان سرب به خانه نیاورید. کسانی که به کارهای ساختمانی، لوله کشی، رنگریزی، تعمیر اتومبیل و بعضی کارهای دیگر اشتغال دارند، ممکن است در معرض سرب قرار بگیرند.
- لباسهای کاری تان را جداگانه بشویید.
- کودکان را از محلهای تعمیر و نوسازی دور نگهدارید. رنگ کهنه ممکن است سرب داشته باشد.
- از بازی کردن کودکان در خاک، بخصوص در اطراف پی ریزی ساختمان های کهنه تر و خطوط قطار جلوگیری کنید. در عوض از یک جعبه شن استفاده کنید.
- در هوای گرم هنگامیکه پنجره ها باز هستند، هر وقت که گردوغبار دیدید، آستانه ها و چاه های پنجره را بشویید، ولی حداقل یکبار در ماه بشویید.
- با بخش بهداشت محلی تان برای اطلاعات در مورد متخصصینی که به مشکلات رنگ بر مبنای سرب رسیدگی می کنند تماس بگیرید.

به خانواده خود غذایی بدهید که جلوی سرب را می گیرد.

- غذاهایی که سرشار از آهن و کلسیم هستند، می توانند از مسمومیت توسط سرب جلوگیری کنند.
برای آهن - نخود/لوبیاجات خشک، گوشت گاو/خوک کم چربی، گوشت مرغ/بوقلمون، اسفناج، نان گندم کامل/غنی شده، تخم مرغ، ماهی تون و برگ کلم برگ

برای کلسیم - پنیر، شیر، پنیر کاتج، بستنی، بستنی مایع، پودینگ، سوپ محتوی سرشیر، بیترزا، لازانیا، ماکارونی و پنیر

به کودکان خوراکی سبک سالم بدهید: کودکی که شکمش خالی است، بیشتر سرب جذب می کند.

صرفنظر از جوابهای شما به سئوالات تشخیص خطر، در عیادت های کودک سالم در سنین 1 و 2 سال، تأمین کننده مراقبت بهداشتی/درمانی شما بایستی یک نمونه خون برای رسیدگی به افزایش حد سرب در خون جمع آوری کند. کودگانی که بین 9 و 36 ماه سن دارند، در معرض خطر بیشتری از اثرات سرب هستند.

در هر عیادت عادی کودک سالم، تأمین کننده مراقبت بهداشتی/درمانی شما بایستی کودگان به سن 6 تا 72 ماه را برای خطر در معرض مقدار زیاد سرب قرار گرفتن ارزیابی کند. از کودگانی که در خطر زیاد می باشند، بایستی یک نمونه خون گرفته شود.
