ປົກປ້ອງຄອບຄົວຂອງທ່ານ

ເບິ່ງແຍງລູກຫຼານຂອງທ່ານ

- ໃຫ້ເດັກນ້ອຍຢູ່ຫ່າງໄກຈາກສີເກົ່າ ຫຼື ສີລອກ
- ລ້າງມືຂອງລູກ ແລະຂອງຫຼິ້ນເລື້ອຍໆ
- ໃຫ້ລູກກິນອາຫານແລະຂອງຫວ່າງທີ່ມີປະໂຫຍດທຸກມື້ ແລະຫຼີກເວັ້ນການໃຫ້ເຂົ້າໜົມຫວານແກ່ເດັກ

ໃນເຮືອນແລະນອກເຮືອນຂອງທ່ານ

- ເກັບມ້ຽນເຮືອນຂອງທ່ານໃຫ້ສະອາດ ແລະບໍ່ມີຂີ້ຝຸ່ນ
- ຢ່າຂັດສີດ້ວຍກະດາດຊາຍ, ເຊັດຖູແຫ້ງ, ລ້າງດ້ວຍເຄື່ອງຈັກ ຫຼື ລອກຫຼືທາສີດ້ວຍເຄື່ອງພົ່ນຊາຍ ເວັ້ນແຕ່ວ່າ ມັນໄດ້ຮັບການກວດສອບແລ້ວແລະພົບວ່າບໍ່ມີສານຂີ້ກົ່ວປະປົນຢູ່ໃນນັ້ນ
- ປົກຄຸມຂີ້ດິນນອກເຮືອນໃນບ່ອນທີ່ລູກຂອງທ່ານຫຼິ້ນ
- ຖອດເກີບອອກ ແລະເຊັດເກີບເທິງພົມໜ້າປະຕູກ່ອນເຂົ້າມາໃນເຮືອນ
- ປ່ຽນເສື້ອຜ້າແລະເກີບໃນເວລາເຮັດວຽກແລ້ວ, ແລະລ້າງ ຫຼື ອາບນ້ຳກ່ອນເຂົ້າໄປໃນລົດ ຫຼື ກ່ອນກັບເຮືອນ ຖ້າວ່າທ່ານເຮັດວຽກກັບສານຂີ້ກົ່ວ

ສິ່ງທີ່ທ່ານຄວນຊື້ແລະນຳໃຊ້

- ຫຼີກເວັ້ນການນຳໃຊ້ຈານແລະໝໍ້ທີ່ເກົ່າ, ເພພັງ, ຫຼື ບູຮານ, ຈາກຕະຫຼາດລາຄາຖືກ ຫຼື ຕະຫຼາດຟລີມາເກັດ, ຊຶ່ງເຮັດຈາກແກ້ວໃສ, ເຮັດດ້ວຍມື, ຫຼື ຜະລິດນອກສະຫະລັດ ເວັ້ນແຕ່ວ່າເຄື່ອງໃຊ້ເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ຖືກກວດສອບເບິ່ງແລ້ວ ແລະບໍ່ມີສານຂີ້ກົ່ວປະປົນ.
- ຢ່າໃຊ້ຢາປິ່ນປົວ ເຊັ່ນ ຢາອາຊາຄອນ (azarcon), ເກຕາ (greta), ຫຼື ເພລູອາ (pay-loo-ah) ຢາປິ່ນປົວບາງຢ່າງທີ່ມາຈາກປະເທດທາງຕາເວັນອອກ, ຢາຈີນ, ແລະຢາປິ່ນປົວອື່ນໆ ຍັງອາດມີສານຂີ້ກົ່ວດ້ວຍ. ຂໍໃຫ້ປຶກສາກັບໝໍຂອງທ່ານກ່ອນນຳໃຊ້ຢາໃດໆ.
- ເຄື່ອງແຕ່ງໜ້າພື້ນເມືອງບາງຢ່າງ, ເຊັ່ນ ໂຄລ (kohl), ເຊີມາ (surma), ຖືກພົບວ່າມີສານຂີ້ກົ່ວ.
- ຫຼີກເວັ້ນອາຫານແລະເຄື່ອງເທດທີ່ມີສີສົດ, ເຊັ່ນ ແມງຕັກແຕນ ແລະຂີ້ໝິ້ນ, ທີ່ຄອບຄົວແລະເພື່ອນຂອງທ່ານນຳເຂົ້າມາໃນສະຫະລັດ.
- ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ລູກຂອງທ່ານຫຼິ້ນ ຫຼື ອົມເຄື່ອງເພັດ, ສິ່ງທີ່ໃຊ້ຖ່ວງນ້ຳໜັກໃນການຕຶກປາ, ຫຼື ລູກກະສຸນ ຫຼື ປອກກະສຸນ.

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ, ເບິ່ງທີ່ເວັບໄຊ www.cdph.ca.gov/programs/clppb, ຫຼື ໂທຣໄປທີ່ໂຄງການປ້ອງກັນສານພິດຂີ້ກົ່ວໃນເດັກ (Childhood Lead Poisoning Prevention Program) ໃນເຂດພື້ນທີ່ຂອງທ່ານ:

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION BRANCH

10/19 CLPPB-2034 Laotian

ມີສານຂີ້ກົ່ວ ຢູ່ໃນເຮືອນ ຫຼື ຢູ່ລອບໆ ເຮືອນຂອງທ່ານບໍ່?

ສານຂີ້ກົ່ວສາມາດພົບເຫັນໄດ້ໃນຫຼາຍໆ ບ່ອນພາຍໃນແລະພາຍນອກເຮືອນຂອງທ່ານ.

ສານຂີ້ກົ່ວສາມາດເຮັດອັນຕະລາຍຕໍ່ລູກຂອງທ່ານໄດ້. ສານຂີ້ກົ່ວສາມາດທຳລາຍສະໝອງຂອງເດັກໄດ້. ພິດຈາກສານຂີ້ກົ່ວສາມາດເຮັດໃຫ້ເດັກນ້ອຍມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃນການຮຽນຮູ້, ບໍ່ມີສະມາທິ ແລະມີບັນຫາດ້ານການປະພຶດ. ເດັກນ້ອຍສ່ວນຫຼາຍທີ່ຖືກພິດຈາກສານຂີ້ກົ່ວຈະບໍ່ເບິ່ງຄືວ່າເຈັບປ່ວຍ ຫຼື ບໍ່ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າເຈັບປ່ວຍ.

ຂໍໃຫ້ຖາມທ່ານໝໍຂອງລູກຂອງທ່ານກ່ຽວກັບການກວດເບິ່ງສານຂີ້ກົ່ວ. ວິທີດຽວທີ່ຈະຮູ້ວ່າ ລູກຂອງທ່ານຖືກສານພິດຂີ້ກົ່ວຫຼືບໍ່ນັ້ນກໍແມ່ນການພາລູກຂອງທ່ານໄປກວດເລືອດເພື່ອທົດສອບຫາສານຂີ້ກົ່ວ.

ເດັກນ້ອຍສ່ວນຫຼາຍຮັບການກວດຕອນອາຍຸ 1 ປີແລະ 2 ປີ. ເດັກນ້ອຍບາງຄົນທີ່ອາຍຸກາຍ 2 ປີ ກໍຍັງຈຳເປັນຕ້ອງໄປຮັບການກວດ.

ທ່ານສາມາດພົບເຫັນສານຂີ້ກົ່ວໄດ້....

ໃນສີລອກ

ໃນຢາປິ່ນປົວ ເຊັ່ນ ອາຊາຄອນ (azarcon), ເກຕາ (greta), ຫຼື ເພລູອາ (pay-loo-ah)

ເຫິງຜົມ, ຜິວໜັງ, ເກີບ, ແລະເຄື່ອງນຸ່ງທີ່ໃສ່ເຮັດວຽກ

ໃນລູກກະສຸນປືນ ແລະສິ່ງທີ່ໃຊ້ຖ່ວງນໍ້າໜັກໃນການຕຶກປາ

ໃນຂອງຫຼິ້ນບາງຢ່າງ

ໃນເຄື່ອງເພັດບາງຢ່າງ
https://dtsc.ca.gov/toxics-in-products/lead-in-jewelry/

ໃນເຂົ້າໜົມອົມບາງຢ່າງ
www.cdph.ca.gov/Programs/CEH/DFDCS/Pages/FDBPrograms/FoodSafetyProgram/LeadInCandy.aspx

ໃນຂີ້ດິນ

ໃນເຄື່ອງແຕ່ງໜ້າພື້ນເມືອງ, ເຊັ່ນ ໂຄລ (kohl), ເຊີມາ (surma), ຫຼື ຊິນດໍ (sindoor)

ໃນຖ້ວຍຊາມແລະໝໍ້ບາງຢ່າງ

ໃນຂີ້ຝຸ່ນທີ່ຢູ່ໃນເຮືອນ

ໃນອາຫານ ແລະເຄື່ອງເທດທີ່ມີສີສົດທີ່ມາຈາກນອກອາເມລິກາ