

# बच्चे और लैड ज़हर

हर माता-पिता को क्या पता  
होना चाहिए



# लेड एक ज़हर है

लेड अक्सर पुराने रंग (पेंट) में पाया जाता है। लेड पेंट, और उससे बनने वाली धूल न्यूयॉर्क शहर में बचपन के लेड पाइज़निंग का सबसे आम पहचाना जाने वाला स्रोत है।

पेंट की पपड़ी, दरारें या परतें उतरना या असुरक्षित रूप से की गई घर की मरम्मत से लेड की धूल खिड़कियों, फर्श और खिलौनों पर गिर सकती है। जब बच्चे फर्श पर खेलते हैं और अपने हाथों और खिलौनों को अपने मुंह में डालते हैं, तो वे लेड की धूल को निगल सकते हैं।

कुछ उपभोक्ता उत्पादों, मिट्टी और प्लंबिंग में भी लेड पाया जा सकता है।

लेड बच्चों में सीखने और व्यवहार की समस्या का कारण बन सकता है। लेड पाइज़निंग के अधिकांश बच्चे बीमार नहीं दिखते या बीमार महसूस नहीं करते हैं। आपके बच्चे में लेड पाइज़निंग के बारे में रक्त परीक्षण से पता लगाया जा सकता है।



# अपने बच्चे को सुरक्षित रखें

- अपने प्रदाता को 1 और 2 साल की उम्र में अपने बच्चे को लैड पाँड़ज़निंग का परीक्षण करने के लिए याद दिलाएँ, और बड़े बच्चों के परीक्षण के बारे में पूछें। प्रदाता खोजने के लिए **311** पर कॉल करें।
- अपने मकान मालिक को पेंट की पपड़ी उतरने के बारे में रिपोर्ट करें। यदि समस्या ठीक नहीं हुई है या यदि आपको लगता है कि मरम्मत कार्य बिना सोचे-समझे किया जा रहा है, तो निः शुल्क निरीक्षण का अनुरोध करने के लिए **311** पर कॉल करें।
- फर्श, खिड़कियों, हाथ और खिलौनों को अक्सर धोएं।
- अपने घर में प्रवेश करने से पहले अपने जूते बाहर निकाल दें।
- अन्य देशों के उत्पाद का उपयोग न करें जिनमें लैड हो सकता है, जैसे कुछ खाद्य पदार्थ और मसाले, दवाएं, चीनी मिट्टी की चीज़ें, सौंदर्य प्रसाधन, खिलौने और ताबीज़।
- बेबी फार्मूला बनाने और पीने और खाना पकाने के लिए केवल नल के ठंडे पानी का उपयोग करें। पानी को कम से कम 30 सेकंड तक चलाएं, जब तक कि पानी काफी ठंडा न हो जाए। पीने के पानी के लिए मुफ्त लैड टेस्ट किट प्राप्त करने के लिए **311** पर कॉल करें। आपको पानी का नमूना जमा करने के 30 दिनों के भीतर परिणाम प्राप्त होंगे।
- अपने बच्चे को संतुलित आहार दें। अपने प्रदाता से यह सुनिश्चित होने के लिए बात करें कि आपके बच्चे को पर्याप्त कैल्शियम, आयरन और विटामिन सी मिल रहा है।



अधिक जानकारी के लिए **311** पर कॉल करें या  
[nyc.gov/lead](https://nyc.gov/lead) पर जाएं।

**NYC**<sup>™</sup>  
Health