

فحص مستوى الرصاص في الدم لدى الأطفال اللاجئين

ما هو الرصاص؟

الرصاص معدن يستخدم كثيرًا في الأماكن التي يأتي منها أطفالنا اللاجئين. نجده في البنزين والطلاء والبطاريات وأنايبب المياه والمجوهرات والأطباق والأواني. هذا ولا يزال موجودًا في بعض الأماكن في الولايات المتحدة كذلك.

ما هو التسمم بالرصاص؟

الرصاص سم إذا تم تنفسه أو ابتلاعه. يمكن أن يتسبب الرصاص في مشاكل صحية خطيرة، وهو أكثر ضررًا للدماغ والجهاز العصبي في طور النمو للأطفال الصغار.

ويُعدّ الأطفال الفئة الأكثر عرضة للخطر:

- لأن أدمغتهم وأنظمتهم العصبية لا تزال في طور النمو.
- لأن الأطفال الصغار يضعون أيديهم ولعبيهم في أفواههم.
- يؤدي وجود الرصاص في الأوساخ أو الغبار على الأرض والألعاب إلى زيادة التعرض للضوء.
- اغسل يدي طفلك بعد اللعب في الخارج وقبل الوجبات.
- لأن أجسام الأطفال في طور النمو تمتص عبر الأمعاء قدرًا أكبر من الرصاص مقارنة بالبالغين.
- إذا كانوا يعانون من سوء التغذية وفقير الدم، إذ يزيد فقر الدم من امتصاص الرصاص داخل مجرى الدم.

أين يوجد الرصاص:

- في الولايات المتحدة، يمكن العثور على الرصاص:
 - في المنازل القديمة (التي تم تشييدها قبل عام 1950) وما زالت تحتفظ بطلائها الأصلي وأنايببها الأصلية
 - في حلوى التمر الهندي المصنوعة في المكسيك
 - في الفخار المغطى بالرصاص المصنوع في أجزاء من أمريكا اللاتينية
- في قشور وأجزاء الطلاء على الجزء الخارجي من المنازل القديمة. في التراب والتربة داخل المنازل القديمة وحولها وبالقرب من الطرق السريعة.
- في البلدان التي يستخدم فيها الغاز الذي يحتوي على الرصاص على نطاق واسع.
- بالقرب من المناجم وأماكن إعادة تدوير البطاريات والمصانع التي تصنع رصاص الأسلحة.
- في الأدوية ومستحضرات التجميل والتوابل وغيرها من المنتجات المصنوعة خارج الولايات المتحدة.

كيف يؤثر التسمم بالرصاص على الأطفال:

- يمكنه خفض معدل الذكاء والقدرة على الانتباه.
- يمكنه التسبب بمشاكل في التعلم.
- يمكنه التسبب بمشاكل في السلوك مثل فرط النشاط.
- يمكنه أن يضر بالنمو ويتسبب في ضعف السمع.
- وعند مستويات عالية للغاية، يمكنه التسبب في نوبات مرضية أو غيبوبة أو حتى الوفاة.

خطوات لمنع تسمم الرصاص لدى الأطفال الذين وصلوا حديثاً إلى الولايات المتحدة

- قم باختبار دم طفلك للتأكد من عدم وجود رصاص فيه في غضون 3 إلى 6 أشهر بعد الهجرة أو وضعه في مسكن.
- كرر اختبار الدم لفحص مستوى الرصاص في غضون 3 إلى 6 شهور بعد أول اختبار.
- قم بفحص مستوى الرصاص في الدم لأطفالك الصغار المولودين في الولايات المتحدة في الأوقات التي يوصي بها طبيبيهم.
- تجنب حلوى التمر الهندي المصنوعة في المكسيك وأواني الطهي المصنوعة من الطين المزجج.
- لا تسمح لطفلك باللعب حول الطلاء المجزء أو المقشور على الجدران أو النوافذ.
- اطلب من مسؤول إعادة التوطين أن يتحقق من كيفية جعل المنزل آمناً أو خالياً من الرصاص.
- تحقق من المنزل عبر الاتصال ببرنامج الوقاية من تسمم الأطفال بالرصاص في منطقتك.
- اطلب من خبير الصحة التحقق من مدى جودة طعام طفلك. تؤدي التغذية الجيدة إلى خفض كمية الرصاص التي يتم امتصاصها في الجسم.
- ويمكن لحمية منخفضة الحديد والكالسيوم أن تساهم في إضافة كمية الرصاص التي يمتصها الجسم.
- يجب أن يتناول الأطفال حماية عالية بالحديد والكالسيوم والفييتامين ج ومنخفضة بالدهون.

مصادر جيدة للحديد والكالسيوم

والفييتامين ج هي:



- الحديد
 - اللحم الأحمر والسمك والدجاج والحديد المضاف إلى الحبوب والفاكهة المجففة.
- الكالسيوم
 - الخضروات ذات الأوراق الخضراء والزيادي
 - القليل الدسم والحليب والجبن.
- الفيتامين ج
 - البرتقال والجريب فروت والطماطم والفلفل
 - الأخضر والبطيخ الأصفر.

الموارد التي قد تساعدك:

برنامج تغذية النساء والرضع والأطفال (WIC)
(800) 852-5770

مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها تسمم الأطفال بالرصاص والوقاية منه:

<https://www.cdc.gov/nceh/lead/>

وكالة حماية البيئة الأمريكية - الرصاص: <https://www.epa.gov/lead>

هل لديك أسئلة تتعلق بالصحة؟

يُرجى الاتصال بخط الاستشارات التمرضية المتوفر على مدار الساعة. نحن هنا لمساعدتك.

للإنجليزية: (888) 275-8750

للإسبانية: (866) 648-3537، الهاتف النصي (TTY)/جهاز الاتصال للصم والبكم (TDD): 711

