



## رنگ نقاشی حاوی سرب و خطرات آن Lead Paint and Hazards

### آیا خانه من دارای رنگ سرب-پایه است؟

رنگ سربی به طور متداول در خانه‌هایی که پیش از ۱۹۶۰ ساخته شده‌اند استفاده می‌شود. رنگهای داخلی و بیرونی که بین ۱۹۶۰ و ۱۹۹۰ تولید شده‌اند نیز ممکن است دارای مقدار کمی رنگ سربی باشند. تمام رنگهای داخلی تجاری تولید شده پس از ۱۹۹۲ در کانادا و ایالت‌های متحده عملاً عاری از سرب هستند.

در کانادا، از سال ۲۰۱۰، هر رنگی که بیش از ۰.۰۰۹٪ سرب داشته باشد می‌بایست دارای برچسبی باشد که نشان دهد استفاده از آن رنگ در مکانهای مورد دسترسی کودکان یا زنان باردار خطرناک است. اگر شما خانه‌تان را رنگ می‌کنید، اطمینان یابید که رنگ خریداری شده تنها برای نقاشی درون ساختمان، یا استفاده داخلی است.

رنگهای بیرونی، که برای نقاشی بیرون خانه به کار می‌روند، می‌توانند حاوی سرب باشند. اگر رنگ حاوی سرب باشد، بر روی آن برچسب اخطار خواهد بود. رنگ سربی را هرگز نباید در درون خانه یا هر ساختمان دیگری استفاده کرد.

### چگونه می‌توانم خانه‌ام را آزمایش کنم؟

می‌توانید سطوح رنگ شده‌ی داخل خانه را با یک بسته آزمایش سرب بررسی کنید یا نمونه‌ای از آن را برای آزمایش به یک آزمایشگاه دارای گواهی بفرستید. یک پیمانکار دارای گواهی که دستگاه مناسب پرتو ایکس برای تشخیص سرب در سطوح رنگ شده را دارد نیز می‌تواند به شما بگوید که خانه‌تان دارای رنگ سربی هست یا نه. برای آگاهی بیشتر با مأمور بهداشت محیطی در اداره بهداشت محل خود تماس بگیرید.

### آیا رنگ سرب-پایه را باید زدود؟

گاهی دست زدن به رنگ سرب-پایه بی‌خطرتر از زدودن آن است، مادامی که پوسته پوسته نشده و در دسترس کودکان قرار نداشته باشد. هر گاه سطح‌های دارای رنگ سربی را تخریب کنید، باعث ایجاد گرد خطرناک سرب خواهید شد، حتی اگر رنگ سربی با رنگ جدید پوشانده شده باشد. برای کاهش احتمال قرار گرفتن در معرض رنگ سرب-پایه، سطح‌هایی که در وضعیت خوبی هستند را می‌توان با رنگ بدون سرب، کاغذ دیواری پلاستیکی، دیوار خشک یا تخته بپوشانید.

### چگونه رنگ سرب-پایه را بزدایم؟

با پیشگیری‌های خاصی می‌توان خطر را کاهش داد. هنگامی که رنگ سرب-پایه را از دیوارها، سقف‌ها یا سایر سازه‌ها می‌زدایید، یا هنگامی که دیوارها را سمباده می‌زنید یا آن‌ها را تخریب می‌کنید، از قواعد ایمنی زیر پیروی کنید. این اقدامها به حفظ سلامتی شما و خانواده‌تان در زمان نوسازی کمک می‌کنند. بسته به میزان دشواری که در این کار وجود دارد، استخدام یک فرد حرفه‌ای آموزش دیده می‌تواند ایده خوبی باشد.

پژوهش‌های پزشکی و علمی نشان می‌دهند که حتی جذب میزان خیلی اندکی از سرب در بدن می‌تواند عارضه‌های زیانباری برای تندرستی و پرورش نوزادان و کودکان خردسال داشته باشد.

رنگهای سرب-پایه از منابع خطرناک سرب هستند اما برای کاهش تماس با آن می‌توان اقدامهایی انجام داد. زدودن، تعمیر یا تخریب رنگ سربی در جریان فرسودگی عادی در طول زمان، مانند رنگ درها، پنجره‌ها، پله‌ها، و نرده‌ها، می‌تواند شما و خانواده‌تان را در معرض مخاطره‌های بهداشتی قرار دهد.

قبل از شروع نوسازی، به منظور کاستن از خطرهای بهداشتی برای خود و خانواده‌تان، به رعایت اطلاعات مربوط به آن بپندیشید.

### مخاطره‌های بهداشتی قرار گرفتن در معرض سرب چیست؟

قرار گرفتن در معرض رنگ سرب-پایه به طور معمول در اثر فرو دادن آن در بدن پیش می‌آید. رنگهای سرب-پایه تا زمانی که لایه‌های رنگ به شکل ورقه یا پوسته یا تراشه یا در اثر سمباده زدن به گرد تبدیل نشوند خطری برای سلامتی ندارند.

قرار گرفتن در معرض میزان پایین سرب نیز می‌تواند برای سلامتی کودکان عوارضی از قبیل ناتوانیهای آموزشی و دشواریهای رفتاری ایجاد کند. قرار گرفتن در معرض میزان بالای سرب می‌تواند به مسمومیت ناشی از سرب و عوارض دیگری مانند کم خونی و آسیب مغزی و آسیب دستگاه عصبی بیانجامد.

تا هنوز شناخته نشده است که قرار گرفتن در معرض چه مقدار سرب و چه میزان غلظت سرب در خون برای سلامتی بی‌خطر است. اما قرارگیری در معرض سرب دامنه و شدت نشانه‌های بیماری را بالا می‌برد و اثرهای آن را نیز افزایش می‌دهد.

اگر چه قرار گرفتن عامه مردم در معرض سرب در طول سالین کاهش یافته است، اما سرب همچنان می‌تواند مشکل‌ساز باشد. مهم است که از منابع سرب آگاه باشید تا بتوانید خطرهای بهداشتی را کاهش دهید.

### چه کسی در معرض خطر بیشتری است؟

نوزادان، کودکان و زنان باردار در معرض خطر بالاتری هستند. کودکان نوپا و خردسالان به دلیل دست-به-دهان بردن زیاد و تمایل به دهان زدن یا جویدن اشیاء، می‌توانند سرب را فرو دهند. در مقایسه با بزرگان، کودکان می‌توانند سرب بیشتری را وارد بدن خود کنند و در بدنشان نگاه دارند. در زنان باردار، حتی مقدار اندکی از سرب نیز می‌تواند بر رشد کودک تأثیر بگذارد.

## از خانواده خود محافظت کنید

کودکان بیش از بزرگسالان به اثرات سرب حساسند. کودکان و زنان باردار یا زنانی که سعی در باردار شدن دارند باید از قرار گرفتن در معرض سرب خودداری کنند. اگر احتمال می‌دهید که منزلتان در زمان نوسازی به گرد سرب آلوده شود، کودکان نوپا و پیش‌دستانی و زنان باردار را به مکان دیگری منتقل کنید تا زمانی که نوسازی به انجام برسد.

## از خود محافظت کنید

لباسهای ایمنی مناسب بپوشید، مانند لباسهای سرتاپا، عینک ایمنی، دستکش، و از همه مهمتر، ماسک صورت مورد تأیید مؤسسه ملی ایمنی و بهداشت شغلی ایالت‌های متحده، موسوم به NIOSH را برای کاهش استنشاق گرد، غبار و گازهای ناشی از سرب بپوشید. با فروشنده لوازم ایمنی در محل خود مشورت کنید. در مکانهایی که زدودن رنگ در جریان است، چیزی نخورید، ننوشید و سیگار نکشید.

## محل را آماده کنید

برای پیشگیری از پخش شدن گرد و غبار و تراشه‌های رنگ در سایر بخشهای خانه، کودکان و حیوان‌های خانگی را به جای دیگری منتقل کنید و همه کانالهای تهویه را ببندید.

ورودی محل را با پلاستیک ببندید تا گرد و غبار در همان محل محدود بماند. تمامی پرده‌ها، فرش‌ها، میلمان، و اسباب و اثاثه منزل را به جای دیگری منتقل کنید. اشیایی که نمی‌شود جابه‌جا نمود، از جمله کف ساختمان، را با پلاستیک ضخیم بپوشانید و کنارهای آن را با نوار چسب بچسبانید. یک بطری اسپری را با آب و مقدار کمی مایع پاک‌کننده پر کنید و تمام سطوح را مرطوب نمایید تا از بلند شدن گرد و غبار در طول نوسازی یا پاکسازی جلوگیری شود.

اگر در فضای بیرون ساختمان کار می‌کنید، پیرامون محوطه را با پرده بپوشانید تا خرده‌ها و تراشه‌های رنگ را حفظ کند، و در روزهایی که باد می‌وزد کار نکنید. پنجره‌ها و درها را بپوشانید تا از رفتن تراشه‌ها و گرد و غبار به داخل ساختمان جلوگیری شود.

## از شیوه‌های سالم برای رنگ‌زدایی استفاده کنید

روشهایی را به کار ببرید که باعث پخش شدن گرد و غبار یا گازهای سری نشوند. کندن یا زدودن رنگ با روشهای شیمیایی کمترین میزان غبار سرب را ایجاد می‌کند. از آنجا که مواد رنگ‌زدای شیمیایی نیز حاوی ترکیبهای بالقوه زیان‌آور هستند، در مصرف آنها بایست دقت نمود. زدودن مکانیکی با کمک سمباده یا سابیدن گرد سرب بیشتری راه می‌اندازد.

## گرد و غبار به اطراف پراکنده نکنید

سیستم‌های گرمایش با فشار هوا و تهویه مطبوع را خاموش کنید و ورودی کانالها را با پلاستیک و نوارچسب بپوشانید. هنگامی که محل کار را ترک می‌کنید، لباس و کفش ایمنی خود را در بیاورید. در پایان کار، لباسهای ایمنی را جداگانه بشویید یا آنها را دور بیندازید.

## روزانه پاکسازی کنید

در پایان هر روز، پاشیدن آب بر گرد و غبار محوطه و غبارروبی مرطوب می‌تواند از پخش شدن گرد و غبار جلوگیری کند. تمام زباله‌ها را در ظرف دردار یا کیسه پلاستیکی بریزید و در آنها را ببندید. محوطه را با جاروبرقی HEPA جارو کنید. در پایان کار و قبل از ورود به محوطه تمیز، دستان، صورت، ابزارها و لوازم ایمنی را بشویید.

## پاکسازی نهایی انجام دهید

پس از پایان کار، دست کم ۱ روز منتظر بمانید تا گرد و غبار فرو بنشیند، و آنگاه پاکسازی نهایی را انجام دهید. تمام سطوح را با کهنه یا دستمال مرطوب گردگیری کنید و پلاستیکی‌هایی که برای پوشاندن محوطه به کار رفته را دور بیندازید. آنها را در کیسه پلاستیکی بگذارید و در آن را ببندید.

## برای آگاهی بیشتر

برای تماس با مسئول بهداشت محیط زیست در اداره بهداشت محل خود، از این وبسایت دیدن کنید [www.health.gov.bc.ca/socsec](http://www.health.gov.bc.ca/socsec)، یا با شماره‌های زیر تماس بگیرید:

- اداره بهداشت فریزر هلث: ۶۰۴-۵۸۷-۴۶۰۰
- اداره بهداشت اینترپور هلث: ۲۵۰-۸۶۲-۴۲۰۰
- اداره بهداشت آیلند هلث: ۲۵۰-۳۷۰-۸۶۹۹
- اداره بهداشت نورثرن هلث: ۲۵۰-۵۶۵-۲۶۴۹
- اداره بهداشت ونکوور کوستال هلث: ۶۰۴-۷۳۶-۲۰۳۳

اجتماعات بومیان می‌توانند با مأمور بهداشت محیط زیست در اداره بهداشت بومیان کانادا از طریق مراجعه به این وبسایت تماس بگیرند: [www.fnha.ca/contact-us](http://www.fnha.ca/contact-us)

برای آگاهی بیشتر در باره سرب در منزلتان، مطلبی در نشانی اینترنتی زیر را با عنوان **Steps to Lead Safe Renovations, Repair and Painting** بخوانید که از سوی سازمان حفاظت محیط زیست ایالت‌های متحده تدوین شده است:

[www2.epa.gov/sites/production/files/2013-11/documents/steps\\_0.pdf](http://www2.epa.gov/sites/production/files/2013-11/documents/steps_0.pdf) (پی‌دی‌اف 5.01 مگابایت)