



## خانواده خود را برای مسمومیت با سرب تست و تداوی کنید



از داکتر خود بخواهید که شما و خانواده تان را از نظر  
مسمومیت با سرب تست کند.

- + بیشتر افراد، از جمله کودکان، هنگام مسمومیت با سرب احساس  
مریضی نمی کنند. تست خون بهترین راه برای مشخص نمودن اینکه  
آیا شما یا فرزندتان در معرض سرب قرار گرفته اید یا خیر میباشد.
- + در ایالات متحده، داکتران تمام کودکان را در سن 1 و 2 سالگی از  
نظر مسمومیت با سرب معاینه می کنند، اما هر کسی در هر سنی  
می تواند از نظر مسمومیت با سرب تست شود.
- + تست خون برای سرب معمولاً برای افرادی که بیمه صحتی از جمله  
Medicaid دارند رایگان است.

هیچ مقدار مطمئنی از سرب در بدن  
وجود ندارد.

### سرب میتواند:

- + رشد و انکشاف را کند نماید
- + آموزش را دشوار کند
- + به شنوایی و گفتار آسیب برساند
- + مشکلات رفتاری ایجاد کند

### معالجه مسمومیت با سرب می تواند برخی از مشکلات را تسکین دهد اما برخی دیگر را نه.

از تداوی های خانگی خودداری کنید، زیرا برخی ممکن  
است حاوی سرب باشند و مشکلات صحتی شما را بیشتر  
کنند. همیشه توصیه های داکتر خود را در مورد نحوه  
معالجه مسمومیت با سرب دنبال کنید.



خوردن غذاهای حاوی آهن، کلسیم و ویتامین C بالا می  
تواند به محافظت از شما و فرزندتان در برابر اثرات  
مضر سرب کمک کند، اما مسمومیت با سرب را نمیتواند  
درمان کند.



موادی که از قبل در بسیاری از غذاهای سنتی افغانستان وجود دارد، محافظت  
می کند: از جمله گوشت مرغ، گوشت ماهی، تخم مرغ، لوبیا، عدس، سبزیجات  
برگ دار، میوه، شیر، پنیر و ماست.

به همین دلیل است که جلوگیری از  
قرار گرفتن در معرض سرب، به  
ویژه در میان کودکان و زنان حامله،  
مهم است.



اگر شما یا اطفال سطح سرب پایین دارید، حذف منبع  
سرب (مانند گرد و غبار یا ظروف آشپزی) ممکن  
است برای کاهش میزان سرب در خون شما کافی باشد.



برای موارد شدیدتر مسمومیت با سرب، ادویه های  
وجود دارند که می توانند به بدن شما کمک کنند تا از  
شر سرب خلاص شود. این ادویه کیلاسیون درمانی  
نامیده می شود و ممکن است به صورت قرص یا  
زرقی تجویز شود.

