

রিয় রিউ ইয়রিকবাসী,

শিশুদের স্বাস্থ্য ও কল্যাণ রক্ষা করা আমাদের অন্যতম সবথেকে গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব। এটি অন্যতম সবথেকে কঠিন কাজ, বিশেষ করে যখন কিছু আশঙ্কা থাকে- যেমন শরীরের মধ্যে সিসা পরবেশ করে যে বিষক্রিয়া - সহজে দেখা যায় না। বিশেষত 1978 সালের আগে নির্মিত বাড়িগুলো - ধুলোতে শবাস নেওয়া, বা পুরানো রঙের কারণে সিসা পইন্ট চিপগুলি নিয়ে নাড়াচড়া করা এবং খাওয়ার মাধ্যমে - শিশুরা তাদের বাড়িতে বিপজ্জনক পরিমাণে নানারকম কারণের সংস্পর্শের আসতে পারে। ফলাফল গুরুতর হতে পারে, এবং কখনও কখনও অপরিবর্তনীয়, তাদের স্বাস্থ্যের ক্ষতি করতে পারে।

এই বেরাশারটি বাড়ির সিসার রং এবং ধুলো দ্বারা সৃষ্ট বিপদকে বখাখ্যা করে এবং আপনার শিশুকে শরীরের মধ্যে সিসা পরবেশ করলে যে বিষক্রিয়া হয় তা থেকে রক্ষা করার উপায় প্রদান করে।

বাড়িতে রঙের কারণে শরীরের মধ্যে সিসা পরবেশ করলে যে বিষক্রিয়া হয় তা রোধ করে আমরা New York-এর শিশুদের স্বাস্থ্য সুরক্ষায় একসঙ্গে কাজ করতে পারি।

বিনীত,

*Letitia James*



নিউ ইয়র্কের অ্যাটর্নির  
জেনারেল  
লেটিশিয়া জেমস

## সংস্থান

New York স্টেট-এর অ্যাটর্নির জেনারেল-এর দপ্তর  
(800) 771-7755  
ag.ny.gov

পরিবেশ সুরক্ষা ব্যুরো  
আলবেনি: (518) 776-2400  
New York সিটি: (212) 416-8446  
বাফলো: (716) 853-8404

### আরও জানুন

নিম্নলিখিত ফেডারেল, রাজ্য এবং স্থানীয় সরকারী সংস্থানগুলি আপনাকে আপনার সন্তানকে বাড়ির বিষাক্ত রঙের সিসা শরীরের মধ্যে পরবেশ করলে যে বিষক্রিয়া হয় তা সুরক্ষা করার বিষয়ে আরও তথ্য প্রদান করবে:

New York স্টেটের স্বাস্থ্য বিভাগ  
শরীরের মধ্যে সিসার বিষক্রিয়া প্রতিরোধ  
For local and regional prevention programs:  
health.ny.gov/environmental/lead

শরীরের মধ্যে সিসার বিষক্রিয়া প্রতিরোধের রোগ নিয়ন্ত্রণ কেন্দ্র  
cdc.gov/nceh/lead

ইউ।এস পরিবেশ সুরক্ষা এজেন্সি  
www2.epa.gov/lead

যাদের রঙে সিসা নেই এমন ঠিকাদারদের তালিকার জন্য  
cfpub.epa.gov/flpp/pub/index.cfm?do=main.firmSearch

## শরীরের মধ্যে রঙের সিসার বিষক্রিয়া

আপনার বাড়ি এবং শিশুদের  
নিরাপদ রাখুন



নিউ ইয়র্কের অ্যাটর্নির  
জেনারেল  
লেটিশিয়া জেমস



## বাড়িতে রঙের সীসা এবং ধুলো শিশুদের জনস্ব বিপজ্জনক

1978 সালে বাড়ির পেইন্ট এটি নিষিদ্ধ হওয়ার আগে, ঘরের অভ্যন্তর এবং বাহ্যিক উভয় ক্ষেত্রেই পেইন্ট সীসা একটি সাধারণ উপাদান ছিল। যদি আপনার বাড়ি 1978 সালের আগে তৈরি করা হয়, তবে এতে কমপক্ষে কিছু সীসা-ভিত্তিক পেইন্ট থাকতে পারে। বাড়ির সীসা-ভিত্তিক পেইন্ট বিশেষ করে বিপজ্জনক যখন এটি খারাপ হয়। রঙের নীচে ধুলো তৈরি হলে - যেমন স্লাইডিং জানালা, সিঁড়ি এবং রেলিংয়ে - আপনার সন্তানের দ্বারা শ্বাস নেওয়া বা গরাস করা যেতে পারে, যা তাদের সীসার সংস্পর্শে নিয়ে আসে। শিশুরা সীসা রঙের সংস্পর্শে আসতে পারে যা চিপিং, ফেলকিং বা পিলিং এর সময় যখন এটি নাড়াচড়া বা খাওয়া হয়। বাড়ি মেরামতের কার্যক্রম যা রঙের পৃষ্ঠতলে বিঘন ঘটায়, চিপ বা ধুলোর সৃষ্টি হয়, যা শিশুদেরও সীসার সংস্পর্শে নিয়ে আসতে পারে। আপনার বাড়ির বাইরে, আপনার বাড়ির বাইরের দিক থেকে ধসে পড়া বা খসে পড়া সীসার রঙ দ্বারা দূষিত আবজর্না খেলে শিশুরা সীসার সংস্পর্শে আসতে পারে।

## ঝুঁকি

সীসা অত্যন্ত বিষাক্ত, বিশেষ করে 7 বছরের কম বয়সী শিশুদের জনস্ব। শিশুদের রক্তে সীসার নিরাপদ মাত্রা চিহ্নিত করা হয়নি। এমনকী সীসার অল্প পরিমাণের ফলে আপনার সন্তানের শেখার এবং পড়ার কক্ষমতা ক্রটিগরসত করা, মনোযোগের ঘাটতি, হাইপারঅ্যাক্টিভিটি, বিরক্ত এবং অন্যান্য আচরণগত সমস্যা সহ অনেক স্বাস্থ্য সমস্যা হতে পারে। সীসার দ্বারা স্বাস্থ্য অনেক স্থায়ী পরভাব হতে পারে। উচ্চ মাত্রায়, সীসা মস্তিষ্কের ক্রটি এবং এমনকি মৃত্যুর কারণ হতে পারে।

## আপনার সন্তান কি সীসার সংস্পর্শে এসেছে?

New York State(নিউইয়র্ক রাজ্য)-এর আইন অনুযায়ী আপনার সন্তানের 1 বছর বয়সে এবং আবার 2 বছর বয়সে স্বাস্থ্যসেবা পরদানকারীর দ্বারা লিড-টেস্ট করা পরয়োজন। উপরন্তু, 6 বছর বয়স পর্যন্ত প্রতিটি শিশুর সঠিক পরিদর্শন, স্বাস্থ্যসেবা পরদানকারীর অবশ্যই আপনাকে জিজ্ঞাসা করবে যে আপনার সন্তান সীসার সংস্পর্শে এসেছিল কিনা এবং এক্সপোজার হওয়ার সম্ভাবনা থাকলে আবার পরীক্ষা করতে হবে। যেহেতু এটি পরায়শই কোন সুস্পষ্ট লক্ষণ ছাড়াই ঘটে, সেইজন্য সীসার বিষ পরায়শই শিশুদের মধ্যে অচেনা হয়ে যায়। আপনার শিশু সীসার সংস্পর্শে এসেছে কিনা তা নিখরারণের একমাত্র উপায় হল রক্ত পরীক্ষা। সাধারণভাবে, যদি আপনার সন্তান এবং সীসা সম্পর্কে আপনার কোন উদ্বেগ থাকে, তাহলে আপনার সন্তানের পরীক্ষা করা উচিত কিনা তা আপনার স্বাস্থ্যসেবা পরদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন। ফলোআপ করতে ভুলবেন না এবং পরীক্ষার ফলাফলের অর্থ কী তা জিজ্ঞাসা করুন।

## আপনার বাড়িকে আরও সীসা-নিরাপদ করে তোলা

আপনার সন্তানকে বাড়িতে সীসা থেকে রক্ষা করার সর্বোত্তম উপায় হল এর সঙ্গে তার সম্ভাব্য যোগাযোগ সীমিত করা। আপনি উচিত:

- আপনার বাড়িতে যে কোন পিলিং, ফ্লেকিং, বা চিপিং পেইন্টের মেরামত করুন, অথবা এমন জায়গা - যেমন উইন্ডো ফ্রেম - যেখানে রঙ খসে পড়ে আছে। আপনি যদি নিজেই মেরামত করছেন, তবে সীসা-নিরাপদ বাড়ি মেরামতের পদ্ধতিগুলি সম্পর্কে জানতে আপনার স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগকে কল করুন।
- খেলনা ঘন ঘন ধুয়ে নিন, কারণ সেগুলি সীসার ধুলো দ্বারা দূষিত হতে পারে।
- আপনার বাড়িতে প্রতি 2 থেকে 3 সপ্তাহে জানালা, জানালার কুপ এবং অন্যান্য অনুভূমিক পৃষ্ঠ পরিষ্কার করতে জল দিয়ে ভেজানো কাপড়, কাপড় এবং কাগজের তোয়ালে ব্যবহার করুন।
- আপনার শিশুকে সীসার বিপদ থেকে দূরে রাখতে বাধা সৃষ্টি করুন যদি রঙের অবনতি অবিলম্বে ঠিক করা না যায়। চিপিং, ফেলকিং, বা পিলিং পেইন্ট সহ ঘরের দরজা বন্ধ করুন এবং লক করুন - অথবা সাময়িকভাবে অবনতিশীল পৃষ্ঠগুলি ঢেকে রাখার জনস্ব কন্ট্রাক্ট পেপার বা ডাকট টেপ ব্যবহার করুন।
- বারান্দা এবং বেড়া সহ আপনার বাড়ির বাইরের অংশটি পরীক্ষা করুন, ফাটল, ফেলকিং, পিলিং বা অন্যথায় অবনতিশীল রঙ যা আপনার উঠানে সীসা দিয়ে মাটি দূষিত করতে পারে। আপনার বাড়িতে সীসা-দূষিত মাটি ট্রয়াক করা এড়াতে, সমস্ত পরবেশপথের বাইরে এবং ভিতরে ডোরমেট রাখুন এবং ঘরে ঢোকানোর আগে আপনার জুতা খুলে ফেলুন। উপরন্তু, শিশুদের দূষিত হতে পারে এমন মাটিতে শিশুদের খেলাতে দেবেন না।

## পরীক্ষার জনস্ব অর্থ পরদান

পরাইভেট ইনসুরেন্সের পরিবারের জনস্ব, শিশুরা যাদের খুব বেশি সীসার সংস্পর্শে আসার ঝুঁকি রয়েছে তাদের স্ক্রিনিং ফেডারেল সাশ্রয়ী মূল্যের যতন আইনের আওতায় আনা হয়। আপনার পরিকল্পনায় কী অন্তর্ভুক্ত আছে তা জানতে আপনার বীমা পরদানকারীর সঙ্গে যোগাযোগ করুন। উপরন্তু, Medicaid সমস্ত তালিকাভুক্ত শিশুদের সীসা পরীক্ষার জনস্ব অর্থ পরদান করে। আপনি আপনার কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন যেখানে এই সীসা পরীক্ষার ক্লিনিক আছে কিনা বা স্বাস্থ্য বীমা কভারেজের অভাব রয়েছে এমন শিশুদের পরীক্ষা করার ব্যবস্থা করে। আপনার সন্তানের সীসা পরীক্ষা করার বিষয়ে আরও তথ্যের জন্য, New York State Department of Health(New York স্টেট ডিপার্টমেন্ট অফ হেলথের) সাথে 800-458-1158 নম্বরে যোগাযোগ করুন অথবা তাদের ওয়েবসাইটে যান: [www.health.ny.gov/environmental/lead](http://www.health.ny.gov/environmental/lead)

## আপনার অধিকার সম্পর্কে জানুন

আপনি বাড়ি ভাড়া নিন, মালিক হোন বা কেনার পরিকল্পনা করছেন, আপনার অধিকার সম্পর্কে সচেতন হওয়া উচিত। সীসা বিপদ সুরক্ষা আইনের পরয়োজন:

- বাড়িওয়ালারা আপনার বাড়িতে নিরাপদ পরিস্থিতি বজায় রাখবেন। যদি আপনি উদ্বেগ হন যে আপনার বাড়িতে সীসা-ভিত্তিক পেইন্ট স্বাস্থ্যের জনস্ব বিপজ্জনক হতে পারে, তাহলে আপনার বাড়িওয়ালার সঙ্গে পরয়োজনীয় মেরামত নিয়ে আলোচনা করুন। আপনি যদি আপনার বাড়িওয়ালার পরতিক্রিয়া থেকে অসন্তুষ্ট হন, তাহলে একজন অ্যাটর্নির বা লিগ্যাল এইড সার্ভিস অফিসের সাথে যোগাযোগ করুন (আপনার কাছাকাছি ফিল্ড লিগ্যাল এইড অ্যাসিস্ট্যান্স প্রোগ্রাম খুঁজে পেতে [www.lawhelpny.org](http://www.lawhelpny.org) দেখুন)।
- বিক্রেতার এবং বাড়িওয়ালারা 1978-এর পূর্বের হাউজিংয়ের ক্রেতা বা ভাড়াটেকার কাছে পরিচিত সীসা-ভিত্তিক পেইন্ট এবং সীসা-ভিত্তিক পেইন্টের ঝুঁকিগুলি প্রকাশ করবেন।
- 1978 সালের আগে নির্মিত বাড়িগুলিতে সংস্কার, মেরামত এবং পেইন্টিং পরিকল্পনা সম্পাদনকারী ঠিকাদারদের EPA সনদপ্রাপ্ত বা সার্টিফাইয়েড হতে হবে এবং সীসার সংস্পর্শে আসা রোধ করার জনস্ব নির্দিষ্ট কাজের অনুশীলন অনুসরণ করতে হবে।

যদি আপনি বিশ্বাস করেন যে কেউ এই আইন লঙ্ঘন করছে, আপনার কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগ বা মালিকের পরিবেশ সুরক্ষা সংস্থার **(800) 424-5323** নম্বরে যোগাযোগ করুন।

যদি আপনি বা আপনার বাড়িওয়ালার আপনার বাড়িতে সীসা-ভিত্তিক পেইন্টকে বর্জিত করতে পারে এমন উন্নতি করতে একজন ঠিকাদার ব্যবহার করছেন, তাহলে নিশ্চিত করুন যে তারা একটি EPA পরত্যাগিত সীসা-নিরাপদ ঠিকাদার ব্যবহার করছে।

আপনি আপনার এলাকায় যাদের সঙ্গে সীসা নেই এমন ঠিকাদারদের তালিকা খুঁজে পেতে পারেন:

[http://cfpub.epa.gov/flpp/searchrrp\\_firm.htm](http://cfpub.epa.gov/flpp/searchrrp_firm.htm)

শিশু এবং গর্ভবতী মহিলাদের সংস্কার, মেরামত এবং পেইন্টিং পরিকল্পনার সময় বাড়িতে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় যা সীসা ভিত্তিক পেইন্টকে বর্জিত করতে পারে। পিলিং পেইন্ট সহ দেয়ালের একটি ছবি.