

# IS YOUR CHILD AT RISK FOR LEAD POISONING?

## CHECK FOR LEAD IN AND AROUND YOUR HOME:



- **Paint:** Move your child's things away from and safely repair chipping paint.
- **House Dust:** Wet wipe or mop surfaces to remove dust and dirt. Do not let your child chew on windowsills or other surfaces.
- **Bare Dirt:** Cover bare dirt outside where your child plays.
- **Vinyl Mini-Blinds:** Replace old vinyl mini-blinds and do not let your child chew on them.



- **Plumbing Materials:** Tap water is more likely to have lead if plumbing materials, including solder or service lines, contain lead. Reduce potential exposure to lead in tap water by running water until it feels cold and only drawing from the cold tap for cooking, drinking, or baby formula (if used).
- **Water From Wells:** The only way to know if your water has lead is to have it tested.

Learn more about water testing: [www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead#testdw](http://www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead#testdw)



- **Dishes, Pots, & Water Crocks:** Avoid using dishes, pots, and water crocks that are worn or antique, from a discount or flea market, made of crystal, handmade, or made outside the USA unless they have been tested and don't have lead.



- **Food & Spices:** Avoid imported foods and brightly colored spices that might have lead in them, like chapulines and turmeric.
- **Candies:** Avoid recalled candies: [www.cdph.ca.gov/data/Documents/fdbLiCLiC07.pdf](http://www.cdph.ca.gov/data/Documents/fdbLiCLiC07.pdf)



- **Traditional Make-Up & Traditional Remedies:** These products often have lead in them: surma, azarcon, greta, pay-loo-ah. Talk to your doctor before using these or other traditional make-up or remedies (e.g., brightly colored powders, traditional Chinese or Ayurvedic remedies).



- **Toys:** Check toys for peeling paint and wash them often. Old or vinyl toys are more likely to have lead. Avoid recalled toys: [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)
- **Jewelry:** Do not let your child suck on or play with jewelry. Learn more: [www.dtsc.ca.gov/Toxic-Jewelry-Samples.cfm](http://www.dtsc.ca.gov/Toxic-Jewelry-Samples.cfm)



- **Lead Fishing Sinkers & Lead Bullets:** Do not let your child touch lead fishing sinkers or lead bullets or casings.
- **Lead Solder:** Keep your child away from activities that use lead solder, like welding, or stained glass or jewelry making.



- **Take-Home Lead:** Avoid taking lead home from work or hobbies. If you work with lead, change out of work clothes and shoes and wash up before getting in your car or going home.
- **Home Repair/Improvement Projects:** Do not scrape or sand paint on your home unless you know your paint does not have lead in it.

For more information, go to [www.cdph.ca.gov/programs/clppb](http://www.cdph.ca.gov/programs/clppb), or call your local Childhood Lead Poisoning Prevention Program:




# តើកូនរបស់លោកអ្នកកំពុងប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការពុលសំណល់?

## ពិនិត្យរកសំណល់នៅក្នុង និងនៅជុំវិញផ្ទះរបស់អ្នក៖



- **ផ្ទាល់បរិវេណ** យករបស់របររបស់កូនលោកអ្នកចេញឲ្យឆ្ងាយពីនិងជួសជុលផ្ទះរបស់លោកអ្នក។
- **ចូលដីក្នុងផ្ទះ** ជួសជុលប្រដាប់ជួសជុលផ្ទះជួសលើកម្រាលផ្ទះដើម្បីយកចូលដីចេញ។ កុំអនុញ្ញាតឱ្យកូនរបស់អ្នកកំពុងលេងលើដីតែមួយឬចេញទៅក្រៅផ្ទះឡើយ។
- **ដី** គម្របលើដីនៅខាងក្រៅនៃទីកន្លែងដែលកូនរបស់លោកអ្នកលេង។
- **បោងប្រាស៊ីក** ប្តូរបោងប្រាស៊ីក និងមិនត្រូវឱ្យកូនរបស់លោកអ្នកកំពុងលេងលើបោង។




- **សម្របបំបាត់ទឹក** ទឹកម៉ាស៊ីនរចម្រោះសំណល់សំណល់ជាងចំណុះទឹកម៉ាស៊ីនលោកអ្នកប្រើប្រាស់ ឬប្រើប្រាស់ទឹកស្អាតសំណល់។ កាត់បន្ថយការលិះពាសសំណល់នៅក្នុងទឹកស្អាតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ទឹកម៉ាស៊ីនរចម្រោះសំណល់ទឹកនេះ គ្រប់គ្រាន់ និងយកទឹកម៉ាស៊ីនត្រូវបានសម្រាប់ចម្លងទារក។ ជីកឬលាបជាមួយម្សៅទឹកដោះស្រាយ (ប្រសិនបើប្រើ) ។
- **ទឹកពីអណ្តូង** វិធីតែមួយគត់ដើម្បីដឹងថាទឹកស្អាតសំណល់មានសារធាតុសំណល់អតិថេរីកម្រិតខ្ពស់ ឬទាប។


ស្វែងយល់បន្ថែមអំពីការធ្វើតេស្តទឹក [www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead-test](http://www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead-test)



- **ទាន ផ្កា និងថ្ងៃទឹក** ជៀសវាងការប្រើប្រាស់ទាន ផ្កា និងថ្ងៃទឹកដែលស្ថិតនៅលើ ឬចាស់ដែលទិញពីទីផ្សារបញ្ចុះតម្លៃ ធ្វើពីគ្រីស្ទាលីន ដោយដែលបានជល់កន្លែងនៅខាងក្រៅសហរដ្ឋអាមេរិកក្នុងករណីមិនបានធ្វើតេស្ត និងមិនមានសារធាតុសំណល់។



- **អារោង និងគ្រឿងរចនា** ជៀសវាងអារោងដែលទំលុះ និងគ្រឿងរចនាដែលមានសារធាតុសំណល់ដូចជា ប្រូស៊ីន និង ម៉ាញ៉េស្យូម។
- **ស្រូវគ្រាប់** ជៀសវាងស្រូវគ្រាប់ដែលក្រុមហ៊ុនប្រកាសប្រមូលយកវិញ៖ [www.cdph.ca.gov/data/Documents/IdL1iCLiC07.pdf](http://www.cdph.ca.gov/data/Documents/IdL1iCLiC07.pdf)




- **គ្រឿងគ្រាប់ និងឧស្ម័នបុកបុក** ជល់កន្លែងទាំងនេះជាញឹកញាប់មិនមែនសារធាតុសំណល់ដូចជា៖ summa, azarcon, etha, pay-lou-ah ។ សូមពិនិត្យជាមួយគ្រូបង្រៀន និងប្រើគ្រឿងគ្រាប់ក្នុងផ្ទះ ឬមិនប្រើប្រាស់ទាំងនេះ (ឧ. ម្សៅលាបឱ្យស្រស់ ឧស្ម័នបុកបុក ឬមិនប្រើប្រាស់ឡើយ) ។




- **ប្រដាប់គ្រឿងលេង** ពិនិត្យប្រដាប់គ្រឿងលេងដើម្បីកាត់បន្ថយផ្ទាល់បរិវេណ និងលាងវាឱ្យបានញឹកញាប់។ ប្រដាប់គ្រឿងលេងចាស់ ឬធ្វើពីធាតុអនុផ្សិតសារធាតុសំណល់។ ជៀសវាងប្រដាប់គ្រឿងលេងដែលក្រុមហ៊ុនប្រកាសប្រមូលយកវិញ៖ [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)
- **គ្រឿងអលង្ការ** ចុះកុំឱ្យកូនរបស់អ្នកពាក់លើ ឬលេងជាមួយគ្រឿងអលង្ការ។

ស្វែងយល់បន្ថែម [www.dhs.gov/toxic-jewelry-samples.cfm](http://www.dhs.gov/toxic-jewelry-samples.cfm)



- **ខ្សែសណ្តែង និងគ្រាប់សំណល់ទ្រាប់ត្រី** សូមកុំឱ្យកូនរបស់លោកអ្នកលេងខ្សែសណ្តែង ឬគ្រាប់សំណល់ ឬប្រអប់សម្រាប់លូចត្រី
- **ហោហៈស៊ីតកម្រាបចម្រោះ** ទុកកូនរបស់អ្នកឱ្យនៅឆ្ងាយពីសាក្សីកាត់ដែលប្រើហោហៈស៊ីតសម្រាប់ផ្សព្វផ្សាយដូចជាការឆ្លាក់កញ្ចក់ ឬកញ្ចក់ស្រវាប់ ឬការធ្វើគ្រឿងរចនា។



- **កម្រិតសំណល់ទំនៀម** ជៀសវាងការយកសារធាតុសំណល់ពីកន្លែងកាងរោង ឬក៏ទ្រាវសំណល់ចេញទៅផ្ទះ។ ប្រសិនបើអ្នកធ្វើការជាមួយសំណល់ស្រូវស្នេហ៍កប់ពាក់កងរោង និងស្បែកដើម និងលាងសម្អាតមុនពេលរៀបចំធាតុសំណល់ ឬនៅផ្ទះវិញ។
- **គ្រឿងស្រវាប់ស្រវាប់** កំគោល ឬខ្លាត់ផ្ទាល់បរិវេណក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកលុះត្រាតែអ្នកដឹងថា ផ្ទះនេះមិនមានឧស្ម័នសារធាតុសំណល់។

ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ៖  
[www.cdph.ca.gov/programs/clppb](http://www.cdph.ca.gov/programs/clppb)  
 ឬហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់កម្មវិធីបង្ការការពុលសារធាតុសំណល់សម្រាប់កុមារ៖

