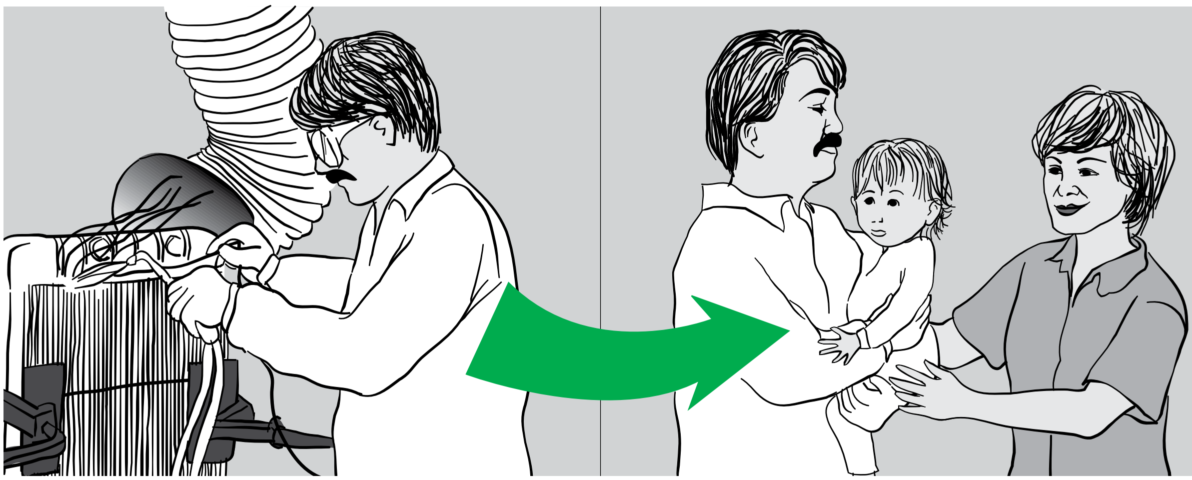
अपने काम पर से घर **सीसा** न ले जाएं!

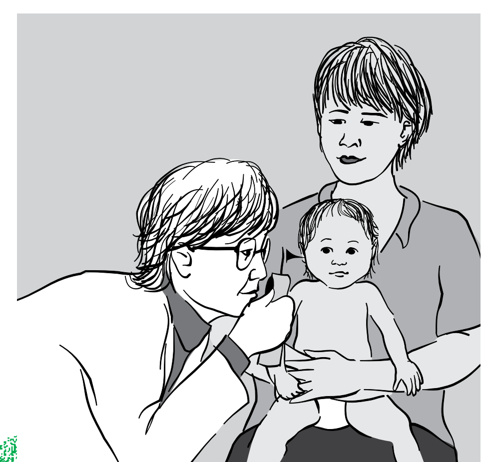
क्या काम पर का सीसा मेरे बच्चे को नुकसान पहुंचा सकता है?

जी हाँ। यदि आप या आपके घर में रहने वाला कोई और सीसे के साथ काम करता है, तो आपके बच्चे को सीसा-विषाक्तता हो सकती है।



कुछ तरह के काम सीसे की धूल या धुआं बनाते हैं। आप सीसे की धूल को देख नहीं सकते, किंतु यह आपके हाथों, चेहरे और कपड़ों पर पड़ सकती है। जब आप अपने काम पर के कपड़े और जूते घर पर पहनते हैं, तो आप सीसे की धूल को अपने काम पर से अपने परिवार में ले जा सकते हैं। सीसे की धूल आपकी कार में जा सकती है। यह फर्नीचर, फर्श और कालीनों पर पड़ सकती है। आपका बच्चा सीसे की इस धूल को निगल सकता है और विषाक्त हो सकता है।

सीसा-विषाक्तता मेरे बच्चे को क्या कर सकता है?



सीसे की धूल निगलने वाले बच्चों को सीखने एवं ध्यान देने में समस्या हो सकती है। सीसा मस्तिष्क, तंत्रिकाओं, और गुर्दे को नुकसान पहुंचा सकता है। छ: साल से छोटे बच्चों के लिए सीसा और भी खतरनाक है।

सीसा-विषाक्तता वाले अधिकांश बच्चे बीमार नहीं दिखते या बीमार जैसी हरकतें नहीं करते।

अपने डॉक्टर से सीसे के लिए अपने बच्चे की रक्त जांच करने के लिए कहें। यह इस बात को जानने का एकमात्र तरीका है कि आपके बच्चे को सीसा-विषाक्तता हो रही है।

मैं कैसे जानूं कि मैं सीसे के साथ काम कर रहा हूँ?

आप सीसे के साथ काम कर रहे हो सकते हैं, यदि आप:

- बैटरियां बनाते या ठीक करते हैं
- सीसा, पीतल या कांसा पिघलाते, ढालते या घिसते हैं
- रेडिएटर बनाते या ठीक करते हैं
- सिरैमिक्स बनाते या रंगते हैं
- पुराने पेंट हटाते हैं
- घर, इमारतें, जलाशय या पुल तोड़ते या उन्हें पुन: आकार देते हैं
- टांका लगाते हैं
- कबाड़ धातुओं के साथ काम करते हैं
- किसी शूटिंग रेंज पर काम करते हैं

कुछ और भी काम हैं जहां सीसा खतरनाक हो सकता है।

- **अपने नियोक्ता से पूछें कि क्या आप सीसे के साथ काम करते हैं।** कानून कहता है कि यदि काम पर कोई चीज खतरनाक है तो नियोक्ता को आप को अवश्य बताना चाहिए। इसमें सीसा शामिल है।

- **काम पर आप जो भी उत्पाद प्रयोग करते हैं, उसका सामग्री सुरक्षा आँकड़ा पत्रक (MSDS) प्राप्त करें।** MSDS एक फॉर्म है जिसमें किसी उत्पाद के अवयवों की सूची होती है। यदि आप मांग करेंगे तो आपका नियोक्ता को आपको MSDS अवश्य देना पड़ेगा। क्या उत्पाद में सीसा है, यह जानने के लिए MSDS का "खंड II" देखें।

- **आपके क्षेत्र में सीसा के लिए जो परीक्षण किए जाते हैं, उसका परिणाम देखने की मांग करें।** यदि आप सीसा पेंट लगी सतहों को खुरचते, ब्लास्ट करते, घिसते, जलाते, वेल्ड करते या काटते हैं, तो आप सीसे के संपर्क में आते हैं। आपके काम करने से पहले आपके नियोक्ता को इन सतहों की जांच करनी चाहिए कि क्या उनमें सीसा है। आपको इन जांचों के परिणाम देखने का अधिकार है।

- **अपने डॉक्टर से रक्त सीसा परीक्षण के लिए कहें।** सीसा-विषाक्तता वाले वयस्क थकान, चिड़चिड़ापन महसूस कर सकते हैं या उन्हें दर्द और पीड़ा हो सकती है। उन्हें बिना जानकारी के गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं।

मैं अपने परिवार को सीसा-विषाक्तता से कैसे बचा सकता हूँ?

अपनी कार में बैठने या घर जाने से **पहले** साफ कपड़े और जूते पहनें। काम करने के गंदे कपड़े व जूते किसी प्लास्टिक बैग में रखें।

काम छोड़ने से पहले अपने चेहरे और हाथों को साबुन और गर्म पानी से धोएं।

जैसे ही आप घर पहुंचे, जल्द से जल्द शॉवर लें और अपने बालों को धोएं। (यदि हो सके तो काम पर शॉवर लेना बेहतर है)

काम करने के कपड़े अन्य सभी कपड़ों से अलग धोएं। अपने काम पर के कपड़ों को प्लास्टिक बैग से सीधे वाशिंग मशीन में डालें और उन्हें धोएं। सीसा धोकर बहाने के लिए खाली वाशिंग मशीन को दुबारा चलाएं। (यदि आपका नियोक्ता काम के कपड़ों को धुलवाए तो बेहतर होगा।)

कानून कहता है कि आपका नियोक्ता आपके हाथ धोने के लिए एक स्थान जरूर उपलब्ध कराए। जिन कामों में कामगार सीसे के उच्च स्तर के संपर्क में आते हैं, वहां नियोक्ताओं को काम के कपड़े तथा शॉवर भी उपलब्ध कराना चाहिए।

क्या मेरे नियोक्ता को मेरे स्वास्थ्य की रक्षा करनी होगी?

जी हाँ। आपको सीसा-विषाक्तता से बचाने के लिए, आपके नियोक्ता को विशेष कानूनों का पालन अवश्य करना चाहिए। इन कानूनों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपने नियोक्ता या यूनियन प्रतिनिधि से बात करें या पेशागत सीसा-विषाक्तता रोकथाम कार्यक्रम (Occupational Lead Poisoning Prevention Program) को काल करें (नीचे देखें)।

मैं सहायता कहां पा सकता/सकती हूँ?

काम पर सीसे के बारे में सूचनाएं

पेशागत सीसा-विषाक्तता रोकथाम कार्यक्रम (Occupational Lead Poisoning Prevention Program)
कैलीफोर्निया लोक स्वास्थ्य विभाग

यह कार्यक्रम आपको कार्यस्थल पर सीसा, कामगारों के अधिकारों तथा काम पर खुद को सीसे से कैसे बचाएं इस बारे में सूचनाएं उपलब्ध कराता है। कैलीफोर्निया में टोल फ्री नंबर (866) 627-1587, पर काल करें।
वेब पर: www.cdph.ca.gov/programs/olppp

काम पर सीसे के बारे में शिकायतें

Cal/OSHA (कैलीफोर्निया पेशागत सुरक्षा एवं स्वास्थ्य प्रभाग) (California Division of Occupational Safety and Health)

यदि आप सोचते हों कि आपके काम पर सीसा से समस्या है, तो अपने नियोक्ता से बात करें। यदि आपका नियोक्ता समस्या दूर नहीं करता, तो आप निरीक्षण के लिए Cal/OSHA को काल कर सकते हैं। Cal/OSHA आपके नियोक्ता को नहीं बताएगा कि किसने काल किया था।

अपने क्षेत्र के Cal/OSHA कार्यालय को काल करें या (510) 286-7000 पर Cal/OSHA मुख्यालय को काल करें।

मुफ्त सीसा रक्त परीक्षण

आपका बच्चा सीसे के लिए परीक्षण सहित मुफ्त स्वास्थ्य देखभाल का पात्र हो सकता है। जानने के लिए, कैलीफोर्निया में टोल फ्री नंबर (888) 747-1222 पर काल करें।

आपके घर में सीसे की धूल

स्थानीय सीसा-विषाक्तता रोकथाम कार्यक्रम (Local Lead Poisoning Prevention Program)

यदि आप सोचते हों कि आपके घर में सीसा धूल से समस्या है, तो अपने स्थानीय स्वास्थ्य विभाग से संपर्क करें।

Occupational Lead Poisoning Prevention Program

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION BRANCH

कैलीफोर्निया रिले सेवा (800) 735-2929 या 711

किसी वैकल्पिक प्रारूप में इस प्रलेख की प्रतिलिपि प्राप्त करने के लिए, कृपया (866) 627-1587 पर काल करें। वैकल्पिक प्रारूप सेवाओं के समन्वय के लिए कम से कम 10 कार्यदिवस दें।

4/08 CLPPB-2000 Hindi