



Dưới đây là 4 điều quý vị có thể làm để giúp con mình tránh xa chì. Nếu quý vị biết rằng quý vị có sơn chứa chì trong nhà hoặc quý vị nghĩ rằng mình có thể có, hãy sử dụng tờ hướng dẫn này để giúp con em mình tránh xa chì.

Trẻ mới biết đi khoảng 1-2 tuổi có nhiều khả năng bị nhiễm chì. Trẻ có thể bị bụi chì hoặc vụn sơn chì xâm nhập vào cơ thể vì trẻ thường cho tay, đồ chơi hoặc những thứ khác vào miệng. Trẻ cũng chơi ở những nơi có thể có bụi chì—như trên sàn nhà và gần bệ cửa sổ.

1 Giữ khu vui chơi sạch sẽ

Hãy nghĩ về tất cả những nơi trong nhà mà con em quý vị hay chơi.

- Xem sơn có bị bong tróc hay nứt mẻ không. Nhặt và vứt đi tất cả những mảnh vụn sơn.
- Thường xuyên lau sàn nhà hoặc hút bụi thảm (sử dụng máy hút bụi có bộ lọc HEPA).
- Đặt đồ đạc trước bệ cửa sổ có sơn bong tróc để con em quý vị không thể với tới.
- Nếu quý vị sống trong căn chung cư, đừng để trẻ chơi ở hành lang, cầu thang hoặc hiên nhà.

2 Bụi bay

Một chút bụi chì có thể dễ dàng lan ra toàn bộ ngôi nhà hoặc căn chung cư của quý vị. Lau chùi thường xuyên bằng giẻ lau ướt và giẻ lau có thể giúp giảm lượng bụi chì trong nhà.

- Lau bệ cửa sổ, các cạnh quanh cửa sổ và cửa ra vào và những khu vực khác mà trẻ chạm vào.
- Lau sàn mỗi tuần một lần.
- Xem phần dành cho chủ nhà trên trang maine.gov/healthyhomes để biết thêm thông tin.

3 Cho con em quý vị xét nghiệm chì

Thảo luận với bác sĩ của con em quý vị về xét nghiệm chì trong máu cho trẻ.

- Maine yêu cầu tất cả trẻ em phải được kiểm tra lúc 1 và 2 tuổi.
- Nếu kết quả xét nghiệm chì trong máu của con em quý vị cao trở lại, trẻ sẽ cần làm những xét nghiệm chì khác để đảm bảo rằng chì đang thải ra khỏi cơ thể.
- Quý vị nhớ đưa con em quý vị đến tất cả các cuộc hẹn với bác sĩ.
- Xem phần dành cho chủ nhà trên trang maine.gov/healthyhomes để biết thêm thông tin.

4 Giữ cho con em quý vị không cho chì vào miệng

- Rửa tay trước khi ăn và ngủ.
- Rửa đồ chơi hàng tuần.
- Đừng để trẻ em ăn thức ăn hoặc cho vào miệng núm vú giả đã rơi trên sàn nhà.
- Cho trẻ ăn ở bàn sạch hoặc trên ghế cao.

Bảo vệ gia đình của quý vị.

- Vào trang mạng: maine.gov/healthyhomes
- Gọi để được cố vấn: **866-292-3474** • TTY: Dịch vụ tiếp âm Maine 711

