

ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ናይ ርሳስ ምምራዝ ኣብ ልዕሊ ጥዕና ቆልዓ ከቢድ ሃስያ ከስዕብ ይኸእል እዩ።

ርሳስ ከመንጭው ዝኸእሉ ነገራት

ናይ ርሳስ ሕብሪ



ቅድሚ 1978 ኣብ ዝተሃንጹ ዝወጡት ዝተነጸለ ወይ ዝተቐርፈ ሕብሪ፣ ርሳስ ዘለዎ ደሮና ሕብሪ

ርስሓት



- ኣብ ጥቓ መዕረፎ ነፈርቲ፣ ፋብሪካታት፣ ዓበይቲ ጎደናታት፣ ኣጸደ-ኣታኸልቲ ዝርከብ ርስሓት
- ርስሓት፣ ኣለማን፣ ዋላኻ ምብላዕ

ኮስሞቲክስ



- ስርማ፣ ካጃል፣ ወይ ኩሕሊ ትሕዝቶ ርሳስ ከህልዎም ይኸእል እዩ

ናይ ዝዛ ኣቕሑት



- ናይ ጥንቲ ኣቕሑት፣ ከወጸሊ ዝመጹ ዓታሩ
- መፋትሕ፣ ባትሪታት (ንኣብነት፣ ኣብ ውሽጢ ኤሌክትሮኒክስ)
- ዝገባል (ሕብሪ ዝተጸየፍ ጥርመዝ፣ ከቢድ ዓሳመገፈፊ ምጥቃም)

ባምቡላታት



- ናይ ቀደም ሕብሪ ዝተለኸዩ ባምቡላታት
- ናይ ቀደም ሓጺናዊ ባምቡላታት
- ሓራጅ/ሕሳር መጋየጺታት

ባህላዊ ኣፋውስ



ገሊ ካብዞም ዝሰዕሱ እውን ትሕዝቶ ርሳስ ተራኣይዎም እዩ፡ ግሬታ፣ ኣዛርኮን ፕይሎው፣ ጋዘርድ፣ ባሊ ጎሊ፣ ካንዱ፣ ባብው-ሳን፣ ከምኡደማ ዳው ትወይ።

ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ናይ ርሳስ ምምራዝ ኣብ ልዕሊ ጥዕና ቆልዓ ከቢድ ሃስያ ከስዕብ ይኸእል እዩ።

ርሳስ ከመንጭው ዝኸእሉ ነገራት

ናይ ርሳስ ሕብሪ



ቅድሚ 1978 ኣብ ዝተሃንጹ ዝወጡት ዝተነጸለ ወይ ዝተቐርፈ ሕብሪ፣ ርሳስ ዘለዎ ደሮና ሕብሪ

ርስሓት



- ኣብ ጥቓ መዕረፎ ነፈርቲ፣ ፋብሪካታት፣ ዓበይቲ ጎደናታት፣ ኣጸደ-ኣታኸልቲ ዝርከብ ርስሓት
- ርስሓት፣ ኣለማን፣ ዋላኻ ምብላዕ

ኮስሞቲክስ



- ስርማ፣ ካጃል፣ ወይ ኩሕሊ ትሕዝቶ ርሳስ ከህልዎም ይኸእል እዩ

ናይ ዝዛ ኣቕሑት



- ናይ ጥንቲ ኣቕሑት፣ ከወጸሊ ዝመጹ ዓታሩ
- መፋትሕ፣ ባትሪታት (ንኣብነት፣ ኣብ ውሽጢ ኤሌክትሮኒክስ)
- ዝገባል (ሕብሪ ዝተጸየፍ ጥርመዝ፣ ከቢድ ዓሳ መግፈፊ ምጥቃም)

ባምቡላታት



- ናይ ቀደም ሕብሪ ዝተለኸዩ ባምቡላታት
- ናይ ቀደም ሓጺናዊ ባምቡላታት
- ሓራጅ/ሕሳር መጋየጺታት

ባህላዊ ኣፋውስ



ገሊ ካብዞም ዝሰዕሱ እውን ትሕዝቶ ርሳስ ተራኣይዎም እዩ፡ ግሬታ፣ ኣዛርኮን ፕይሎው፣ ጋዘርድ፣ ባሊ ጎሊ፣ ካንዱ፣ ባብው-ሳን፣ ከምኡደማ ዳው ትወይ።

ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ናይ ርሳስ ምምራዝ ኣብ ልዕሊ ጥዕና ቆልዓ ከቢድ ሃስያ ከስዕብ ይኸእል እዩ።

ርሳስ ከመንጭው ዝኸእሉ ነገራት

ናይ ርሳስ ሕብሪ



ቅድሚ 1978 ኣብ ዝተሃንጹ ዝወጡት ዝተነጸለ ወይ ዝተቐርፈ ሕብሪ፣ ርሳስ ዘለዎ ደሮና ሕብሪ

ርስሓት



- ኣብ ጥቓ መዕረፎ ነፈርቲ፣ ፋብሪካታት፣ ዓበይቲ ጎደናታት፣ ኣጸደ-ኣታኸልቲ ዝርከብ ርስሓት
- ርስሓት፣ ኣለማን፣ ዋላኻ ምብላዕ

ኮስሞቲክስ



- ስርማ፣ ካጃል፣ ወይ ኩሕሊ ትሕዝቶ ርሳስ ከህልዎም ይኸእል እዩ

ናይ ዝዛ ኣቕሑት



- ናይ ጥንቲ ኣቕሑት፣ ከወጸሊ ዝመጹ ዓታሩ
- መፋትሕ፣ ባትሪታት (ንኣብነት፣ ኣብ ውሽጢ ኤሌክትሮኒክስ)
- ዝገባል (ሕብሪ ዝተጸየፍ ጥርመዝ፣ ከቢድ ዓሳ መግፈፊ ምጥቃም)

ባምቡላታት



- ናይ ቀደም ሕብሪ ዝተለኸዩ ባምቡላታት
- ናይ ቀደም ሓጺናዊ ባምቡላታት
- ሓራጅ/ሕሳር መጋየጺታት

ባህላዊ ኣፋውስ



ገሊ ካብዞም ዝሰዕሱ እውን ትሕዝቶ ርሳስ ተራኣይዎም እዩ፡ ግሬታ፣ ኣዛርኮን ፕይሎው፣ ጋዘርድ፣ ባሊ ጎሊ፣ ካንዱ፣ ባብው-ሳን፣ ከምኡደማ ዳው ትወይ።

ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብዚ ተወከስ <http://www.doh.wa.gov/lead>
ወይድማ ናብ Washington Poison Center ደውሉ፣ ነጻ፣ ሚስጢራዊ
ሓገዝ ብልዕሊ 200 ቋንቋታት ይወሃብ፡ (800) 222-1222



ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብዚ ተወከስ <http://www.doh.wa.gov/lead>
ወይድማ ናብ Washington Poison Center ደውሉ፣ ነጻ፣ ሚስጢራዊ
ሓገዝ ብልዕሊ 200 ቋንቋታት ይወሃብ፡ (800) 222-1222



ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብዚ ተወከስ <http://www.doh.wa.gov/lead>
ወይድማ ናብ Washington Poison Center ደውሉ፣ ነጻ፣ ሚስጢራዊ
ሓገዝ ብልዕሊ 200 ቋንቋታት ይወሃብ፡ (800) 222-1222



ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ንደቕካ ተጠንቀቅሎም

- ንኹሎም እቶም ሓደሽቲ ዝሓተዉ ስደተኛታት ቆልዑት ካብቲ ቀዳማይ መርመራ ኣትሒዝካ ክሳብ 36 ወርሒ ደጋጊምካ ናይ ደም መርመራ ግበረሎም።
- ኣብ ዝላ፤ ቤት-ትምህርቲ ወይድማ ስራሕ ናይ ርሳስ ምንጪታት ከይህልዉ ፈትሽ።
- ንኣሽቱ ቆልዑት እንተለዉኹ ወይከኣ ጥንስቲ እንተኾንኪ ብዛዕባ ንርሳስ ዝምልከት መርመራ ደም ምግባር ንሓኪምኪ ኣዛርብዮ።

ምጽራይ

ደሮና ነኪ

ሕጽብ

ብጡሉል ምጽራይ



ጽሬቱ ዝተሓለወ ዝላ ክሕግዙ ዝኸኸሉ ቀለልቲ ስጉምታት
ጫማታት ኣብ ጥቓ ኣፍደገ ኣቐምጥ።
ኣብ ስራሕ ንርሳስ እንድሕር ተቓሊዕኻ ክዳውንቲኻ ቀይር።
ኣእዳውን ባምቡላታትን ብዙሕ ግዜ ብሳሙናን ማይን ምሕጸብ።
ማይ፣ ጡሉል መወልወሊ ጨርቂ፣ ከምኡድማ ርሒስ መጽረጊ
ተጠቐም፣ ብደረቐ ኣይትኾስትር።
እንተኸኸልካ HEPA መምጠጢ ደሮና ተጠቐምካ ምጠጥ።

ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ንደቕካ ተጠንቀቅሎም

- ንኹሎም እቶም ሓደሽቲ ዝሓተዉ ስደተኛታት ቆልዑት ካብቲ ቀዳማይ መርመራ ኣትሒዝካ ክሳብ 36 ወርሒ ደጋጊምካ ናይ ደም መርመራ ግበረሎም።
- ኣብ ዝላ፤ ቤት-ትምህርቲ ወይድማ ስራሕ ናይ ርሳስ ምንጪታት ከይህልዉ ፈትሽ።
- ንኣሽቱ ቆልዑት እንተለዉኹ ወይከኣ ጥንስቲ እንተኾንኪ ብዛዕባ ንርሳስ ዝምልከት መርመራ ደም ምግባር ንሓኪምኪ ኣዛርብዮ።

ምጽራይ

ደሮና ነኪ

ሕጽብ

ብጡሉል ምጽራይ



ጽሬቱ ዝተሓለወ ዝላ ክሕግዙ ዝኸኸሉ ቀለልቲ ስጉምታት
ጫማታት ኣብ ጥቓ ኣፍደገ ኣቐምጥ።
ኣብ ስራሕ ንርሳስ እንድሕር ተቓሊዕኻ ክዳውንቲኻ ቀይር።
ኣእዳውን ባምቡላታትን ብዙሕ ግዜ ብሳሙናን ማይን ምሕጸብ።
ማይ፣ ጡሉል መወልወሊ ጨርቂ፣ ከምኡድማ ርሒስ መጽረጊ
ተጠቐም፣ ብደረቐ ኣይትኾስትር።
እንተኸኸልካ HEPA መምጠጢ ደሮና ተጠቐምካ ምጠጥ።

ናይ ርሳስ ምምራዝ ተኸላኸል

ንደቕካ ተጠንቀቅሎም

- ንኹሎም እቶም ሓደሽቲ ዝሓተዉ ስደተኛታት ቆልዑት ካብቲ ቀዳማይ መርመራ ኣትሒዝካ ክሳብ 36 ወርሒ ደጋጊምካ ናይ ደም መርመራ ግበረሎም።
- ኣብ ዝላ፤ ቤት-ትምህርቲ ወይድማ ስራሕ ናይ ርሳስ ምንጪታት ከይህልዉ ፈትሽ።
- ንኣሽቱ ቆልዑት እንተለዉኹ ወይከኣ ጥንስቲ እንተኾንኪ ብዛዕባ ንርሳስ ዝምልከት መርመራ ደም ምግባር ንሓኪምኪ ኣዛርብዮ።

ምጽራይ

ደሮና ነኪ

ሕጽብ

ብጡሉል ምጽራይ



ጽሬቱ ዝተሓለወ ዝላ ክሕግዙ ዝኸኸሉ ቀለልቲ ስጉምታት
ጫማታት ኣብ ጥቓ ኣፍደገ ኣቐምጥ።
ኣብ ስራሕ ንርሳስ እንድሕር ተቓሊዕኻ ክዳውንቲኻ ቀይር።
ኣእዳውን ባምቡላታትን ብዙሕ ግዜ ብሳሙናን ማይን ምሕጸብ።
ማይ፣ ጡሉል መወልወሊ ጨርቂ፣ ከምኡድማ ርሒስ መጽረጊ
ተጠቐም፣ ብደረቐ ኣይትኾስትር።
እንተኸኸልካ HEPA መምጠጢ ደሮና ተጠቐምካ ምጠጥ።

ኣመጋግባ

ሓጺን

ካልስዩም

ቪታሚን C



ጥዕናኡ ዝተሓለወ ኣመጋግባ ንቆልዓኻ ካብ ሃስዩታት ርሳስ ክከላኸለሉ ይኸእል።
እተፈላለዩ ልዑል ትሕዝቶ ሓጺን፣ ካልስዩም፣ ከምኡድማ ቪታሚን C
ዘለዎም መግብታት ኣቐርብ። ስጋ ደርሁ፣ ስጋ፣ ዓሳ እንቋቐሖ፣ ዓደስ፣
ኣሕምልቲ፣ ፍሩታታት፣ ጸባ፣ ፎርማጆ፣ ርግኦ ገለ ካብቶም ኣብነታት
እዮም።

ኣመጋግባ

ሓጺን

ካልስዩም

ቪታሚን C



ጥዕናኡ ዝተሓለወ ኣመጋግባ ንቆልዓኻ ካብ ሃስዩታት ርሳስ ክከላኸለሉ ይኸእል።
እተፈላለዩ ልዑል ትሕዝቶ ሓጺን፣ ካልስዩም፣ ከምኡድማ ቪታሚን C
ዘለዎም መግብታት ኣቐርብ። ስጋ ደርሁ፣ ስጋ፣ ዓሳ እንቋቐሖ፣ ዓደስ፣
ኣሕምልቲ፣ ፍሩታታት፣ ጸባ፣ ፎርማጆ፣ ርግኦ ገለ ካብቶም ኣብነታት
እዮም።

ኣመጋግባ

ሓጺን

ካልስዩም

ቪታሚን C



ጥዕናኡ ዝተሓለወ ኣመጋግባ ንቆልዓኻ ካብ ሃስዩታት ርሳስ ክከላኸለሉ ይኸእል።
እተፈላለዩ ልዑል ትሕዝቶ ሓጺን፣ ካልስዩም፣ ከምኡድማ ቪታሚን C
ዘለዎም መግብታት ኣቐርብ። ስጋ ደርሁ፣ ስጋ፣ ዓሳ እንቋቐሖ፣ ዓደስ፣
ኣሕምልቲ፣ ፍሩታታት፣ ጸባ፣ ፎርማጆ፣ ርግኦ ገለ ካብቶም ኣብነታት
እዮም።