কাজল/সুরমা/কোহল থেকে হওয়া সীসাজনিত বিষক্রিয়া এফএকিউ:

1. সীসা কি?

সীসা হলো একটি ধাতু যা পৃথিবীর মাটির তলায় পাওয়া যায় যা মানুষকে অসুস্থ করে তোলে। সীসা প্রসাধনী উপকরণ যেমন কাজল/সুরমা/কোহল যা আমেরিকার বাইরে অন্য কোথাও থেকে কেনা হয়েছে সহ বিভিন্ন বস্তুতে পাওয়া যায়। যখন মানুষেরা সেইসকল বস্তু ব্যবহার করে যার মধ্যে সীসা থাকে, তখন তারা এই সীসাকে তাদের শরীরের ও রক্তের সঙ্গে স্পর্শ ঘটায় যা তাদেরকে অসুস্থ করে তোলে।

2. সীসাজনিত বিষক্রিয়া কি?

সীসাজনিত বিষক্রিয়া তখনই ঘটে যখন কোনো ব্যক্তি সীসা গিলে ফেলে, নিঃশ্বাসের সঙ্গে শরীরের ভিতরে প্রবেশ করে অথবা ত্বকের মাধ্যমে শরীরের অভ্যন্তরে প্রবেশ করে। সীসাজনিত বিষক্রিয়া সর্বদা সহজে সনাক্ত করা যায় না। সীসাজনিত বিষক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত: মাথার যন্ত্রনা, পেটের যন্ত্রনা, বমি করা, দুর্বল লাগা, ফ্যাকাশে লাগা, ওজন কমে যাওয়া, শিখতে কষ্ট হওয়া, কথা বলার উন্নতি হতে দেরী হওয়া, এবং স্মৃতিশক্তি হারিয়ে যাওয়া।

অজাত শিশু, ছোট বাচ্চা, এবং শিশুদের শরীরে খুব অল্প পরিমাণ সীসা থেকে ক্ষতি হতে থাকে যাতে অন্তর্ভুক্ত ওজন কমে যাওয়া, আচরণগত এবং শিখনের সমস্যা, এবং এমনকি মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে। সীসার কারণে গর্ভবতী মহিলাদের গর্ভপাত হতে পারে, মৃত সন্তান প্রসব করা এবং সঠিক সময়ের পূর্বেই প্রসব হয়ে যেতে পারে। সীসার কারণে একজন পুরুষের পৌরষত্ব কমে যায় ফলে তিনি আর কোনো মহিলাকে গর্ভবতী করতে পারেন না।

সীসাজনিত বিষক্রিয়ার উৎসগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত সীসা দেওয়া রং, রং বা মাটি থেকে আসা সীসা কলুষিত ধুলা, সীসার রং ব্যবহার করা হাতের তৈরী মাটির খেলনা, কিছু আমদানী করা ক্যান্ডি বা খাবার বিশেষ করা মেক্সিকো থেকে আমদানী করা যাতে লঙ্কা বা তেঁতুল থাকে এবং আমদানী করা প্রসাধনী দ্রব্য যেমন কাজল/সুরমা/কোহল।

সীসাজনিত বিষক্রিয়া চিকিৎসা করা যায়। যদি ভাবেন যে আপনি বা আপনার প্রিয়তম সীসাজনিত বিষক্রিয়ায় আক্রান্ত তাহলে আপনি আপনার চিকিৎসকের কাছে যান।

3. কাজল/সুরমা/কোহল থেকে আমার বাচ্চারা কিভাবে সীসাজনিত বিষক্রিয়ায় আক্রান্ত হতে পারে?

আমেরিকার বাইরে থেকে কেনা কাজল/সুরমা/কোহল-এ সীসা থাকতে পারে। যখন আপনি এটি আপনার বাচ্চার চোখে লাগিয়ে দেন, এবং/অথবা তার পায়ে লাগান তখন এটি আপনার বাচ্চার ত্বক বা চোখের মাধ্যমে শরীরের অভ্যন্তরে প্রবেশ করে এবং তাকে অসুস্থ করে তোলে।

আপনি যদি আমেরিকার বাইরে থেকে কেনা কাজল/সুরমা/কোহল ব্যবহার করেন তাহলে আপনি আপনার ত্বকের মাধ্যমে সীসা শোষন করাচ্ছেন। এরফলে আপনি অসুস্থ হয়ে পড়তে পারেন, আর আপনি যদি গর্ভবতী মহিলা হন, তাহলে এটি আপনার অজাত শিশুর উপরও ক্ষতি করতে পারে।

4. যদি আমাদের পরিবারের কোনো একজন আমেরিকার বাইরে থেকে কেনা কাজল/সুরমা/কোহল ব্যবহার করেন তাহলে। আমার কি করা উচিত?

আপনাকে বা আপনার প্রিয়তম যাতে আর কোনোভাবেই নতুন করে সীসার সংস্পর্শে আসতে না পারে সেইকারণে আমেরিকার বাইরে থেকে কেনা কাজল/সুরমা/কোহল ব্যবহার করা বন্ধ করে দিন। অব্যবহৃত কাজল/সুরমা/কোহল একটি সিলবন্ধ করা প্লাস্টিক ব্যাগে রাখুন এবং 703-228-6832 এই নম্বরে ফোন করে আর্লিংটন কাউন্টি হ্যাজার্ডাস মেটিরিয়ালস অফিসে পোন করে জেনে নিন কিভাবে আপনার এই আইলাইনারটি ছুঁড়ে ফেলে দিতে হয়। এই হ্যাজার্ডাস মেটিরিয়ালস-এ কার্যালয় সোমবার থেকে শনিবার সকাল 9টা থেকে বিকাল 3টা পর্যন্ত খোলা থাকে।

ভালো করে হাত এবং শরীরের অন্যান্য অঙ্গগুলি যেগুলির সঙ্গে কাজল/সুরমা/কোহল-এর সংস্পর্শ ঘটেছে সেগুলি ধুয়ে নিন। হাউসহোল্ড সারফেসে থাকা জিনিসপত্র যেমন কাউন্টারটপস বা ভিজে, ডিসপোজেবল তোয়ালে যেগুলির সঙ্গে হয়ত সীসার সংস্পর্শ ঘটে থাকতে পারে সেগুলি ধুয়ে ফেলুন। শুধুমাত্র সারফেস ঝেড়ে ফেললে তার থেকে সীসা চারপাশে ছড়িয়ে পড়বে।

শিশু তার পাশাপাশি গর্ভবতী মহিলা বা নার্সিং মহিলাদের যারা হয়ত আমেরিকার বাইরে থেকে আনা কাজল/সুরমা/কোহল হয়তবা ব্যবহার করেছেন তাদের সীসাজনিত বিষক্রিয়ার কারণে চিকিৎসার জন্য চিকিৎসকের সঙ্গে কথা বলুন। সীসাজনিত বিষক্রিয়া থেকে মানুষজন অসুস্থ হয়ে পড়তে পারেন, কিন্তু মনে হবে কোনো অসুস্থতা নেই, সেইকারণে একবার রক্ত পরীক্ষা করানো জরুরী এবং সমস্ত ফলো-আপ অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে উপস্থিত থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

5. আমাদের সংস্কৃতি অনুযায়ী কাজল/সুরমা/কোহল ব্যবহার করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এই চিরাচরিত প্রথাগুলি বজায় রাখতে হলে আমার কি করা উচিত?

এই পরম্পরাগুলি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আমরা আপনাকে পরামর্শ দেবো যে আপনি সীসামুক্ত কাজল/সুরমা/কোহল যেগুলি আপনি আমেরিকান স্টোরগুলিতে কিনতে পারবেন সেগুলি ব্যবহার করবেন। এগুলি Amazon.com, CVS, Target, বা Walgreens-এর স্টোরগুলিতে উপলব্ধ। কয়েকটি ব্রান্ডের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত: লরিয়াল, মেবিলাইন, মিলানী, রেভলন ও রিমেল। এগুলির অধিকাংশ বর্ণিত হয়েছে কোহল আইলাইনার বা কাজল আইলাইনার হিসাবে। এই প্রোডাক্টগুলিতে সীসা থাকে না এবং এগুলি ব্যবহার করা নিরাপদ।

6. **এবিষয়ে আমি আরো বিস্তারিত কোথায় জানতে পারি?**

সীসাজনিত বিষক্রিয়া এবং কাজল/সুরমা/কোহল বিষয়ে বিস্তারিত জানতে, দেখুন: http://www.fda.gov/Cosmetics/ProductsIngredients/Products/ucm137250.htm এবং http://www.vdh.virginia.gov/leadsafe/. আপনি ভার্জিনিয়া লীড সেফ প্রোগ্রাম-এর সঙ্গে 877-668-7987 এই নম্বরে ফোন করে কথা বলতে পারেন।

আপনি যদি অনুভব করেন যে আপনি বা আপনার প্রিয়তম কেউ সীসার সংস্পর্শে এসেছেন তাহলে অতি শীঘ্র চিকিৎসকের সঙ্গে সাক্ষাত করুন।