

एल्युमिनियम कुकवेयर में सीसा (लेड)



सीसा (लेड) एक अत्यधिक विषाक्त धातु है। यह छोटे बच्चों के लिए विशेष रूप से हानिकारक होता है, क्योंकि उनकी वृद्धि एवं विकास नहीं हुआ रहता है। सीसा (लेड) के संपर्क में आने से विभिन्न स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं, जैसे कि:

- मस्तिष्क तथा नर्वस सिस्टम में क्षति
- वृद्धि एवं विकास मंद होना
- सुनने एवं बोलने संबंधी समस्याएं
- सीखने एवं व्यवहार संबंधी समस्याएं

क्या आप आपका बच्चा सीसा (लेड) के संपर्क में आया है, यह जानने के लिए उसके रक्त की जांच करवाना सबसे अच्छा तरीका है। किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें कि आप अपने बच्चे की रक्त में सीसा (लेड) मौजूद होने की जांच करवाना चाहते हैं।

दुर्भाग्यवश, बहुत सी वस्तुओं में सीसा (लेड) मौजूद हो सकता है। यहां तक कि जिन वस्तुओं में आप अपेक्षा नहीं करते हैं उसमें भी, जिसमें पारंपरिक कुकवेयर जैसे कि इंपोर्टेड एल्युमिनियम कुकपाॅट्स तथा प्रेशर कुकर्स शामिल हैं। एल्युमिनियम कुकपाॅट्स तथा प्रेशर कुकर्स में पकाया जाने वाला भोजन सीसा (लेड) द्वारा संदूषित हो सकता है। सीसा (लेड) से संदूषित भोजन उसे खाने वाले व्यक्ति के लिए बहुत खतरनाक हो सकता है।



किंग काउंटी हैजर्ड्स वेस्ट मैनेजमेंट प्रोग्राम के सौजन्य से फोटो

सीसा (लेड) से सुरक्षित रहते हुए आपकी परंपराओं को निर्वहन करें:

- स्टेनलेस स्टील कुकवेयर का प्रयोग करते हुए स्वादिष्ट व्यंजन पकाएं। उसमें सीसा (लेड) होने की कम संभावना होती है।
- भोजन को किसी एल्युमिनियम कुकवेयर तथा प्रेशर कुकर्स में स्टोर न करें। धातु के अंदर मौजूद सीसा (लेड) का रिसाव हो सकता है, और वह भोजन को संदूषित कर सकता है। इसके बजाय भोजन को ग्लास कंटेनर्स में स्टोर करें।
- लकड़ी या सिलिकॉन से बने कुकिंग बर्तनों का प्रयोग करें। इससे कुकिंग करने के दौरान धातु पर खरोंच नहीं लगेगी। धातु पर खरोंच लगने से भोजन में सीसा (लेड) रिलीज हो सकता है।
- यूनाइटेड स्टेट्स में बेचे जाने वाले मसाले खरीदें। आपका भोजन उतना ही स्वादिष्ट रहेगा, तथा उसमें सीसा (लेड) भी नहीं होगा। कोशिश करें कि केवल लो या मीडियम हीट पर ही भोजन पकाएं, तथा सभी बर्तनों को गर्म पानी से हाथ से धोएं।



अधिक जानकारी पाएं:
www.vdh.virginia.gov/leadsafe/

VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH


Virginia Childhood Lead
Poisoning Prevention Program