



الرصاص في التوابل

الرصاص معدن شديد السمية، ويضر بشكل خاص الأطفال الصغار لأنهم ما زالوا في مرحلة النمو والتطور. وقد يؤدي التعرض للرصاص إلى العديد من المشاكل الصحية المختلفة، مثل:

- تلف الدماغ والجهاز العصبي
- تباطؤ النمو والتطور
- مشاكل في السمع والتخاطب
- مشاكل في التعلم والسلوك

لسوء الحظ، يمكن أن تحتوي العديد من العناصر على الرصاص. حتى العناصر التي قد لا تتوقعها. إحدى الطرق التي يمكن أن يتعرض بها الأطفال للرصاص هي تناول التوابل. التوابل تجعل طعامنا لذيذًا، لكنها قد تحتوي أيضًا على الرصاص. وتُشكل الأغذية الملوثة بالرصاص خطرًا على الأشخاص عند تناولها. هناك بعض التوابل التي من المرجح أن تكون ملوثة بالرصاص، مثل:



- الكاري
- الكركم
- الماسالا
- مسحوق الفلفل الحار
- القرفة
- التمر الهندي
- الكزبرة
- kviteli kvavili (زهرة صفراء أو زعفران جورجي)
- svanuri marili "سفانوري ماريلي"
- أجيكا أو أدجيكا

قد تتم إضافة الرصاص إلى التوابل عن قصد لزيادة وزنها أو جعل اللون أكثر حيوية. وفي أوقات أخرى، تتلوث التوابل عن طريق الخطأ بالرصاص. يمكن أن يحدث هذا إذا كان هناك رصاص في التربة التي تُزرع فيها التوابل، أو إذا كان هناك رصاص في المعدات المستخدمة لمعالجة التوابل.

حضر وجبات لذيذة مع الحفاظ على سلامتك من التعرض للرصاص:

- استخدم فقط التوابل المشتراة من الولايات المتحدة. من المرجح أن تحتوي التوابل المشتراة من خارج الولايات المتحدة على الرصاص.
- توقف عن استخدام التوابل المشتراة من خارج الولايات المتحدة أو التوابل الموجودة في عبوات دون ملصق أو دون بطاقة تعريف.
- اطلب من مقدم الرعاية الصحية إجراء اختبار الرصاص في الدم لأطفالك إذا كنت تطبخ باستخدام توابل من خارج الولايات المتحدة.

