کاجل/سرمہ/کوہل سیسہ کے زہر سے متعلق اکثر پوچھے گئے سوالات

1. **سیسہ کیا ہے؟**

سیسہ ایک دھات ہے جو کہ زمین میں پائی جاتی ہے اور یہ لوگوں کو بیمار کر سکتی ہے۔ سیسہ مختلف چیزوں میں پایا جاتا ہے بشمول میک اپ کے سامان کے جیسا کہ ایسا کاجل/سرمہ/کوہل جو کہ امریکہ سے باہر سے خریدا جاتا ہے۔ جب لوگ ایسی چیزیں استعمال کرتے ہیں جس میں سیسہ پایا جاتا ہے، تو یہ ان کے جسم اور خون میں شامل ہو سکتا ہے، جو کہ ان کو بیمار کر سکتا ہے۔

2. **سیسے کا زہر کیا ہے؟**

سیسے کا زہر اس وقت پھیلتا ہے جب کوئی سیسہ نگلتا ہے، سونگھتا ہے، یا جِلد کے ذریعے جسم میں داخل ہونے دیتا ہے۔ سیسے کا زہر ہر دفعہ آسانی سے شناخت نہیں ہو سکتا۔ سیسہ کے زہر میں مندرجہ ذیل علامات ہو سکتی ہیں: سر درد، پیٹ کا درد، قے، کمزوری، ہیلاہٹ، وزن میں کمی، سیکھنے میں مشکلات، بولنے میں مشکلات، اور یادداشت میں کمی۔

حتیٰ کہ سیسے کی کم مقدار بھی نازائیدہ بچوں، نوزائیدہ بچوں اور بچوں کو نقصان پہنچا سکتی ہے جس کی وجہ سے ان میں وزن کی کمی، برتاؤ اور سیکھنے کی مشکلات، یا موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔ سیسے کی وجہ سے اسقاط حمل، مردہ بچے کی ولادت، اور حاملہ عورتوں میں وقت سے پہلے بچہ پیدا ہونے کے خطرے کو بڑھا دیتا ہے۔ سیسے کی وجہ سے مردوں میں عورتوں کو حاملہ کرنے کی قابلیت بھی اثر انداز کرتی ہے۔

سیسے کے زہر میں شامل ہے سیسے والے رنگ، رنگ یا مٹی جس میں سیسے سے آلودہ خاک ہو، درآمد شدہ ہاتھ کے بنے ہوئے سیسے سے چمکار روشن ظروفِ گل، کچھ درآمد شدہ ٹافیاں یا کھانے، خاص طور پر میکسیکو سے، جس میں مرچیں یا املی ہو، یا درآمد شدہ میک اپ مثلاً کاجل/سرمہ/کوہل۔

سیسے کا زہر قابلِ علاج ہے۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو یا آپ کے کسی پیارے میں سیسے کا زہر ہے تو اپنے ڈاکٹر کو کال کرنا بہت ضروری ہے۔

3. **میرے بچے میں کاجل/سرمہ/کوہل سے سیسے کا زہر کیسے آئے گا؟**

کاجل/سرمہ/کوہل جو کہ امریکہ سے باہر سے خریدا گیا ہے میں سیسہ ہو سکتا ہے۔ جب آپ اس کو اپنے بچے کی آنکھوں میں، چہرے پر، اور/یا پاؤں پر لگاتے ہیں، تو سیسہ جسم میں جِلد اور آنکھوں کے ذریعے شامل ہو جاتا ہے اور اسے بیمار کر دیتا ہے۔

اگر آپ کاجل/سرمہ/کوہل استعمال کرتے ہیں جو کہ امریکہ سے باہر سے خریدا گیا ہے، تو آپ بھی اپنی جِلد کے ذریعے سیسہ جذب کر سکتے ہیں۔ یہ آپ کو بیمار کر سکتا ہے، اور، اگر آپ حاملہ ہیں، تو آپ کے نازائیدہ بچے کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔

4. **اگر میرے خاندان میں سے کسی فرد نے امریکہ سے باہر سے خریدا ہوا کاجل/سرمہ/کوہل استعمال کیا ہے۔ مجھے کیا کرنا چاہئیے؟**

اپنے آپ کو اور اپنے پیاروں کو مزید سیسے سے رابطے سے بچانے کے لیے کاجل/سرمہ/کوہل کا استعمال فوراً روک دیں۔ برائے مہربانی غیر استعمال شدہ کاجل/سرمہ/کوہل ایک سیل کئے ہوئے پلاسٹک کے لفافے میں رکھیں اور آرلنگٹن کاؤنٹی ہیزرڈس مٹیریئلز کے دفتر کو 6832-228-703 پر کال کریں اور جانیں کہ آئی لائنر کو پھینکنے کا بہترین طریقہ کیا ہو سکتا ہے۔ ہیزرڈس مٹیریئلز کا دفتر سوموار - اتوار صبح 9:00 بجے سے شام 3:00 بجے تک کھلا رہتا ہے۔

اپنے ہاتھوں کو اور جسم کے وہ حصے جو کاجل/سرمہ/کوہل سے شائد رابطے میں آئے ہوں کو اچھی طرح سے دھوئیں۔ گھر میں وہ سطحیں بھی گیلے اور ایک دفعہ استعمال والے کپڑے سے دھوئیں جہاں سیسے نے چھوا، جیسا کہ کاؤنٹر، سنک۔ سطح کی صرف جھاڑ پونچھ کرنے سے سیسہ مختلف جگہوں پر پھیل جائے گا۔

اگر بچوں، حاملہ عورتوں اور اپنا دودھ پلانے والی عورتوں نے امریکہ سے باہر سے کاجل/سرمہ/کوہل استعمال کیا ہے تو ان میں سیسے کے زہر کو ٹیسٹ کرنے کے لیے ڈاکٹر سے کہیں۔ ہو سکتا ہے کہ لوگ سیسے کے زہر سے بیمار ہوں، مگر بیمار نہ لگیں، اس لیے یہ ضروری ہے کہ خون کا ٹیسٹ کروایا جائے اور فالو اپ اپائنٹمنٹس بھی رکھی جائیں۔

5. **میرے کلچر میں میرے لیے ضروری ہے کہ میں کاجل/سرمہ/کوہل استعمال کروں۔ مجھے کیا کرنا چاہئیے اگر میں یہ روایات برقرار رکھنا چاہتی ہوں؟**

یہ روایات بہت ضروری ہیں۔ ہم آپ کو مشورہ دیں گے کہ آپ صرف سیسے سے پاک کاجل/سرمہ/کوہل استعمال کریں جو کہ آپ امریکی دکانوں میں خرید سکتے ہیں۔ یہ مندرجہ ذیل دکانوں پر دستیاب ہے جیسا کہ Amazon.com، سی وی ایس، ٹارگیٹ اور وال گرینز۔ کچھ برانڈز میں شامل ہیں: L'Oreal، Maybelline، Milani، Revlon، اور Rimmel۔ ان میں کثیر تعداد میں کہلاتے ہیں "کوہل آئی لائنر" یا "کاجل آئی لائنر"۔ ان مصنوعات میں سیسہ نہیں ہوتا اور یہ استعمال کے لیے محفوظ ہیں۔

6. **میں مزید معلومات کہاں سے لے سکتی ہوں؟**

سیسے کے زہر اور کاجل/سرمہ/کوہل کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، ملاحظہ کریں: http://www.fda.gov/Cosmetics/ProductsIngredients/Products/ucm137250.htm اور http://www.vdh.virginia.gov/leadsafe/۔ آپ ورجینیا لیڈ سیف پروگرام کو 877-668-7987 پر کال بھی کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو لگتا ہے کہ شائد آپ یا آپ کے پیارے میں سیسے کا خطرہ ہے تو اپنے ڈاکٹر کو فوراً کال کریں۔