Repainting or Fixing Up Your Older Home?

Protect Your Family from Lead Poisoning

Homes built before 1978 may have lead in the paint.

Do not scrape or sand paint on your home unless you know it does not have lead in it.

Scraping and sanding old paint can create dangerous lead dust

Lead in dust is very harmful to young children and can cause lead poisoning. Lead can harm the brain, nerves, and kidneys of a young child. Lead poisoning can make it very hard for a young child to learn, pay attention, and behave.

You and your family can swallow or breathe in lead dust

You can breathe in lead dust while dry scraping or sanding. Others nearby can breathe it in too.

Lead dust in the air can fall down into your food and drinks.

Lead dust can get into your child's body when they put things in their mouth that have lead dust on them, like their toys or hands.

Have your paint tested for lead

The only way to know if your home has lead in the paint is to have it tested. For information about testing, go to www.cdph.ca.gov/programs/CLPPB/Pages/LRCHomeLeadTest.aspx.

Keep your family safe from lead

Hire a CA State Certified lead professional. These contractors are specially trained to test for lead in your home and safely remove it. To find a certified lead professional, go to www.cdph.ca.gov/programs/CLPPB/Pages/LRCHireProf.aspx or call **1-800-597-LEAD (5323)**.

While only CA State Certified lead professionals can find and remove lead from your home, all contractors hired for home repairs must get U.S. Environmental Protection Agency approved training to keep lead from spreading while they work. To find a contractor with this basic training, go to http://cfpub.epa.gov/flpp/searchrrp_firm.htm or call **1-800-424-LEAD (5323)**.

If you do not plan to hire a contractor, follow these tips to help contain lead dust while you work:

Before you work

- Remove everything you can from the work area, like rugs, curtains, furniture, toys, clothes, shoes, food, and drinks.
- Tape down heavy plastic sheeting for both inside and outside jobs. Cover the floor, big furniture, play structures, and nearby outside surfaces, like grass or concrete.

- Turn off the heater or air conditioner.
- Tape plastic over vents in the floor, ceiling, or walls.
- Make a curtain by taping plastic sheeting over the doorway to the work area.
- Put on work clothes and keep them separate from all other clothes.

While you work

- Keep children and pregnant women away from the work area.
- Use a spray bottle to mist all surfaces with water before and during sanding and scraping.

- Avoid tracking lead dust away from the work area:
  - Do not leave the work area in your work clothes and shoes.
  - Take off work clothes and shoes and wash your hands before sitting on furniture, playing with children, or touching toys or other objects.
- Do not eat, drink or smoke in the work area. Take off work clothes and shoes, wash your hands, and leave the work area before eating, drinking, or smoking.

After you work

- Clean up the work area daily.
  - Use a spray bottle to mist paint chips. Carefully fold plastic sheeting inward and place in a tightly sealed bag. If your paint has lead in it, take the bag to your local household hazardous waste program: www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/universalwaste/hhw.cfm.
  - Use water and an all-purpose cleaner to clean the shelves, counters, floors, and other surfaces.

- Remove work clothes and shoes and store them in a bag. Wash work clothes separately from the rest of your family's laundry.
- Shower and wash your hair as soon as you finish working.
- Do not let children or pregnant women into the work area until you have cleaned it up.

If you think that your child or other family member has been around lead, ask your doctor to test for lead poisoning.

For more information on childhood lead poisoning, go to www.cdph.ca.gov/programs/clppb or call **1-510-620-5600**.

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION BRANCH

CDPH

अपने पुराने घर में दुबारा पेंट या मरम्मत करा रहे हैं?

अपने परिवार को सीसा-विषाक्तता से बचाएं

1978 से पहले बने हुए घरों के पेंट में सीसा हो सकता है।

जब तक आपको पता न हो कि इसमें सीसा नहीं है, अपने घर के पेंट को न खरोचें न रगड़कर साफ करें।

पुराने पेंट को खरोचने या रगड़कर साफ करने से खतरनाक सीसा-धूल उत्पन्न होती है।

धूल में सीसा छोटे बच्चों के लिए बहुत खतरनाक होता है और इससे सीसा-विषाक्तता हो सकती है। इससे छोटे बच्चे के मस्तिष्क, तंत्रिकाओं, और गुर्दे को नुकसान हो सकता है। सीसा-विषाक्तता से छोटे बच्चे को सीखने, ध्यान देने या व्यवहार करने में बहुत कठिनाई हो सकती है।

आप या आपका परिवार सीसा-धूल निगल सकता है या सांस के जरिये अन्दर ले सकता है

सूखा ही खरोंचने या रगड़कर साफ करने के दौरान आप सीसा-धूल को सांस के जरिये अंदर ले सकते हैं। आसपास के दूसरे लोग भी इसे सांस के जरिये अंदर ले सकते हैं।

हवा में सीसे की धूल आपके भोजन या पेय में गिर सकती है।

जब आपका बच्चा सीसा-धूल जमी चीजों जैसे अपने खिलौने या हाथों को मुंह में डालता है, तो सीसे की धूल आपके बच्चे के शरीर में जा सकती है।

अपने पेंट की सीसे के लिए जांच कराएं

आपके घर के पेंट में सीसा है या नहीं, इसे जानने का एकमात्र तरीका इसका जांच कराना है। परीक्षण के बारे में सूचनाओं के लिए, www.cdph.ca.gov/programs/CLPPB/Pages/LRCHomeLeadTest.aspx पर जाएं।

अपने परिवार को सीसे से बचाएं

CA राज्य द्वारा प्रमाणित किसी सीसा पेशेवर को हायर करें। इन ठेकेदारों को आपके घर में सीसे की जांच करने तथा उसे सुरक्षित तरीके से हटाने का विशिष्ट प्रशिक्षण दिया गया है। किसी प्रमाणित सीसा पेशेवर की तलाश के लिए www.cdph.ca.gov/programs/CLPPB/Pages/LRCHireProf.aspx पर जाएं या **1-800-597-LEAD (5323)** पर फोन करें।

जबकि केवल CA राज्य द्वारा प्रमाणित सीसा पेशेवर ही आपके घर में सीसा खोज और हटा सकते हैं, वहीं घर की मरम्मत के लिए हायर किए गए सभी ठेकेदारों को अमेरिकी पर्यावरण सुरक्षा एजेंसी द्वारा अनुमोदित काम करने के दौरान सीसा न फैलाने का प्रशिक्षण प्राप्त करना होगा। ऐसा बुनियादी प्रशिक्षण प्राप्त किसी ठेकेदार की तलाश के लिए, http://cfpub.epa.gov/flpp/searchrrp_firm.htm पर जाएं या **1-800-424-LEAD (5323)** पर फोन करें।

यदि आप कोई ठेकेदार हायर नहीं करना चाहते, तो अपने काम के दौरान सीसा धूल को रोकने के लिए निम्नलिखित सुझावों का अनुसरण करें:

आप काम करें इससे पहले

- अपने कार्यक्षेत्र से सभी चीजें जैसे कालीन, पर्दे, फर्नीचर, खिलौने, कपड़े, जूते, भोजन एवं पेय हटा दें।
- अंदर और बाहर दोनों जगह के कामों के लिए प्लास्टिक का भारी पर्दा लटका दें। फर्श, बड़े फर्नीचर, खेलने की चीज़ों, तथा नजदीकी बाहरी सतहों जैसे घास या कंक्रीट को ढक दें।
- हीटर या एयर कंडीशनर को बंद कर दें।
- फर्श, सीलिंग या दीवारों के वायु-निकास मार्गों में प्लास्टिक टेप लगा दें।

- कार्यक्षेत्र के दरवाजे पर प्लास्टिक शीट लगाकर एक पर्दा बना दें।
- काम करने के कपड़े पहनें और उन्हें अन्य सभी कपड़ों से अलग रखें।

आप काम करें इसके दौरान

- बच्चों और गर्भवती महिलाओं को कार्यक्षेत्र से दूर रखें।
- खरोचने तथा रगड़कर साफ करने से पहले और उसके दौरान सारी सतह को पानी से नम करने के लिए किसी स्प्रे बॉटल का प्रयोग करें।

- सीसा धूल को कार्यक्षेत्र से बाहर जाने से रोकें:
  - अपने काम करने के कपड़े व जूते पहन कर कार्यक्षेत्र से बाहर न जाएं।
  - फर्नीचर पर बैठने, बच्चों के साथ खेलने या खिलौनों या अन्य वस्तुओं को छूने से पहले काम करने के अपने कपड़े व जूते उतारें तथा अपने हाथ धोएं।
- कार्यक्षेत्र में खाना, पीना या धूम्रपान न करें। खाने, पीने या धूम्रपान करने से पहले काम करने के कपड़े व जूते उतारें तथा अपने हाथ धोएं और कार्यस्थल छोड़ दें।

आपके काम के बाद

- कार्यक्षेत्र को रोज साफ करें।
  - पेंट की पपड़ी को नम करने के लिए स्प्रे बॉटल का प्रयोग करें। प्लास्टिक की शीट को सावधानी से अंदर की ओर मोड़ें तथा किसी अच्छी तरह से बंद होने वाले बैग में रखें। यदि आपके पेंट में सीसा हो, तो अपने बैग को स्थानीय घरेलू खतरनाक अपशिष्ट कार्यक्रम के पास ले जाएं: www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/universalwaste/hhw.cfm.
  - अलमारियों, काउंटर, फर्श तथा अन्य सतहों को साफ करने के लिए पानी तथा आल पर्पज़ क्लीनर का प्रयोग करें।

- काम करने के कपड़े व जूते उतारें और उन्हें किसी बैग में रखें। काम करने के अपने कपड़ों को अपने परिवार के बाकी कपड़ों से अलग धोएं।
- काम खत्म होने के बाद जल्द से जल्द शॉवर लें और अपने बालों को धोएं।
- जब तक आपने कार्यक्षेत्र की सफाई न कर ली हो, वहां बच्चों या गर्भवती महिलाओं को न जानें दें।

यदि आपको लगता है कि आपका बच्चा या परिवार का कोई सदस्य सीसे के आसपास रहा है, तो अपने चिकित्सक से सीसा-विषाक्तता की जांच करने के लिए कहें।

बचपन में सीसा-विषाक्तता के बारे में अधिक जानकारी के लिए www.cdph.ca.gov/programs/clppb पर जाएं या **1-510-620-5600** पर फोन करें।

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION BRANCH

CDPH

HIndi