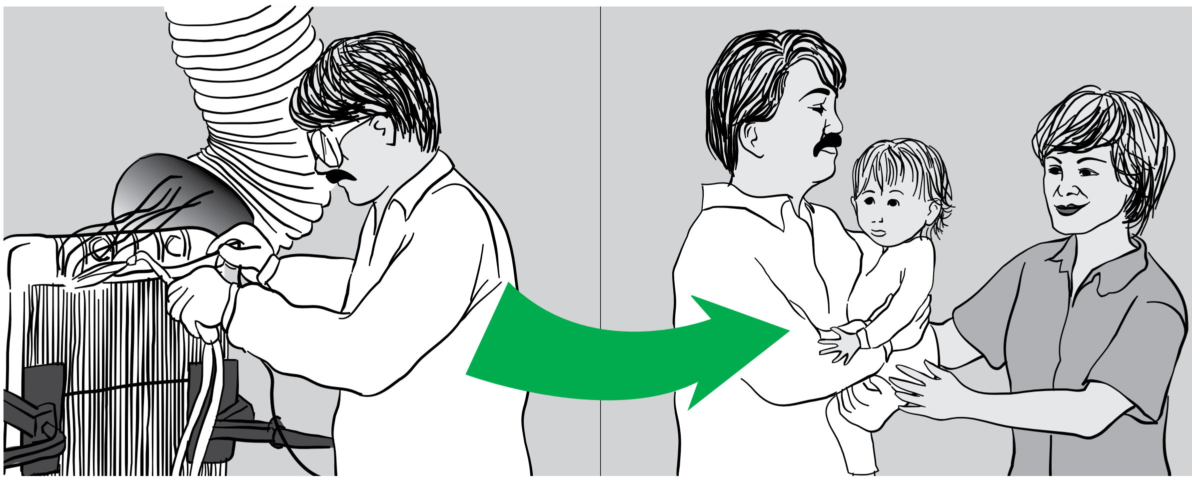
Huwag iuwi ang ***tingga (lead)*** *mula sa inyong trabaho!*

Maaari bang makapinsala sa aking anak ang Tingga mula sa trabaho?

Oo. Maaaring malason ang inyong anak ay maaaring malason sa tingga kung ang trabaho ninyo o ng isang taong nakatira sa inyong tahanan ay may kinalaman sa tingga.



Ang ilang mga uri ng trabaho ay gumagawa ng alikabok o usok ng tingga. Hindi ninyo nakikita ang alikabok ng tingga, ngunit maaari itong dumikit sa inyong mga kamay, mukha, at damit. Dinadala ninyo ang alikabok ng tingga mula sa inyong trabaho pauwi sa inyong pamilya kapag suot ninyo ang mga pantrabahong damit at sapatos sa loob ng inyong tahanan. Maaaring pumasok sa inyong kotse ang alikabok ng tingga. Maaari itong mapunta sa mga kasangkapan sa bahay, sahig, at karpet. Maaaring malunok ng inyong anak ang alikabok ng tingga at malason.

Ano ang maaaring mangyari kapag nalason sa tingga ang aking anak?

Ang mga bata na nakalunok ng alikabok ng tingga ay maaaring magkaroon ng mga problema sa pag-aaral at pagtutuon ng pansin. Maaaring mapinsala ng tingga ang utak, nerbiyos, at bato. Ang tingga ay higit na mapanganib para sa mga batang may edad na anim na taong gulang o mas mas bata pa.

Karamihan sa mga batang nalason sa tingga ay hindi mukhang may sakit o hindi kumikilos tulad ng may sakit.

Hilingin sa inyong doktor na suriin ang dugo ng inyong anak para sa tingga. Ito ang tanging paraan upang malaman kung nalalason sa tingga ang inyong anak.

Paano ko malalaman kung ang trabaho ko ay may kinalaman sa tingga?

Maaaring may kinalaman sa tingga ang inyong trabaho kung kayo ay:

- gumagawa o nag-aayos ng mga baterya
- nagtutunaw, nagmomolde, o gumigiling ng tingga, tanso, o tansong dilaw
- gumagawa o nag-aayos ng mga radiator
- gumagawa o nagpipinta ng mga keramika
- nagtatanggal ng lumang pintura
- gumigiba o nagbabago ng mga bahay, gusali, tanke, o tulay
- naghihinang
- nagtatrabaho nang may kinalaman sa basurang bakal
- nagtatrabaho sa pook para sa pagsasanay sa pamamaril (shooting range).

Marami pang ibang trabaho kung saan maaaring maging mapanganib ang tingga.

- **Tanungin ang inyong tagapag-empleyo kung ang inyong trabaho ay may kinalaman sa tingga.** Sinasabi ng batas na dapat sabihin sa inyo ng inyong tagapag-empleyo ang tungkol sa anumang mapanganib na kondisyon sa trabaho. Kabilang dito ang tingga.
- **Kumuha ng Datos ukol sa Kaligtasan ng Materyales (Material Safety Data Sheet o MSDS) para sa bawat produkto na ginagamit ninyo sa trabaho.** Ang MSDS ay isang form o papel na naglilista ng mga sangkap na nasa isang produkto. Kailangang ibigay sa inyo ng inyong tagapag-empleyo ang MSDS kapag hiniling ninyo ito. Tingnan ang "Ika-II Seksyon" ng MSDS upang malaman kung naglalaman ng tingga ang produkto.
- **Hilinging makita ang mga resulta ng anumang ginawang pagsusuri sa tingga sa lugar na pinagtatrabahuhan ninyo.** Nakalantad kayo sa tingga kung kayo ay nagkakayod, nagba-blast, naglilliha, nagsusunog, o nagpuputol ng mga bagay na may pinturang tingga. Kailangan suriin ng inyong tagapag-empleyo ang ibabaw o labas ng mga bagay kung naglalaman ng tingga ang mga ito bago ninyo gamitin ang mga ito sa inyong trabaho. Mayroon kayong karapatan na makita ang mga resulta ng mga pagsusuri.
- **Humiling ng pag-eeksamen para sa tingga sa dugo mula sa inyong doktor.** Ang mga adult o taong nasa wastong edad na nalason sa tingga ay maaaring makaramdam ng pagod o ng pagiging mayayamutin, o magkaroon ng mga sakit at kirot. Maaari din silang magkaroon ng malubhang problema sa kalusugan nang hindi nila nalalaman.

Paano ko mapoprotektahan ang aking pamilya mula sa pagkalason sa tingga?

Magpalit ng malinis na damit at sapatos sa lugar na pinagtatrabahuhan **bago** kayo pumasok sa inyong kotse o umuwi ng bahay. Ilagay ang maruming pantrabahong damit at sapatos sa isang plastik na bag.

Hugasan ang inyong mukha at mga kamay gamit ang sabon at mainit-init na tubig bago umalis sa trabaho.

Kaagad na maligo at hugasan ang buhok pagka-uwi ninyo ng bahay. (Mas mabuti kung maliligo muna kayo sa lugar na pinagtatrabahuhan bago kayo umuwi.)

Ihiwalay ang paglalaba ng mga pantrabahong damit mula sa lahat ng iba pang mga damit. Ilabas ang inyong mga pantrabahong damit mula sa plastik na bag at direktang ilagay sa washing machine at labhan ang mga ito. Patakbuhing muli ang washing machine nang walang laman upang matanggal ang tingga. (Mas mabuti kung ang inyong tagapag-empleyo ang maglalaba ng mga pantrabahong damit.)

Sinasabi ng batas na kailangang maglaan ang inyong tagapag-empleyo ng isang lugar para sa paghuhugas ng inyong mga kamay. Sa mga trabaho kung saan ang mga manggagawa ay nakalantad sa mataas na antas ng tingga, kailangan ding magbigay ang mga tagapag-empleyo ng mga pantrabahong damit at paliguan.

Kailangan bang protektahan ng aking tagapag-empleyo ang aking kalusugan?

Oo. Dapat sundin ng inyong tagapag-empleyo ang espesyal na batas upang protektahan kayo mula sa pagkalason sa tingga. Upang higit na matutunan ang tungkol sa mga batas na ito, makipag-usap sa inyong tagapag-empleyo o sa kinatawan ng inyong unyon, o tawagan ang Programa para sa Pag-iwas sa Pagkalason mula sa Tingga sa Trabaho (tingnan sa ibaba).

Saan ako makakakuha ng tulong?

Impormasyon tungkol sa tingga sa trabaho

Programa para sa Pag-iwas sa Pagkalason mula sa Tingga sa Trabaho
Kagawaran para sa Pampublikong Kalusugan ng California

Ang programang ito ay nagbibigay ng impormasyon tungkol sa tingga sa lugar na pinagtatrabahuhan, mga karapatan ng manggagawa, at kung paano mapoprotektahan ang inyong sarili mula sa tingga sa trabaho. Tumawag sa (866) 627-1587, libre ang tawag sa California. Sa Website: www.cdph.ca.gov/programs/olppp

Mga reklamo tungkol sa tingga sa trabaho

Cal/OSHA (Sangay ng California para sa Kaligtasan at Kalusugan sa Trabaho)

Makipag-usap sa inyong tagapag-empleyo kung sa inyong palagay ay mayroon kayong problema sa tingga sa inyong trabaho. Kapag hindi nilutas ng inyong tagapag-empleyo ang problema, maaari ninyong tawagan ang Cal/OSHA at humiling ng inspeksyon. Hindi sasabihin ng Cal/OSHA sa inyong tagapag-empleyo kung sino ang tumawag.

Tawagan ang opisina ng Cal/OSHA sa inyong lugar, o tawagan ang punong-himpilan ng Cal/OSHA sa (510) 286-7000.

Libreng pagsusuri ng tingga sa dugo

Ang inyong anak ay maaaring makakuha ng libreng pangangalaga ng kalusugan, kabilang na ang mga pagsusuri para sa tingga. Upang malaman ang tungkol dito, tumawag sa (888) 747-1222 na libreng tawag sa California.

Alikabok ng tingga sa inyong tahanan

Lokal na programa para sa pag-iwas sa pagkalason mula sa tingga

Kung sa palagay ninyo ay mayroon kayong problema sa alikabok ng tingga sa inyong tahanan, makipag-ugnayan sa inyong lokal na kagawaran para sa kalusugan.

Occupational Lead Poisoning Prevention Program

CHILDHOOD LEAD POISONING PREVENTION BRANCH

California Relay Service (800) 735-2929 or 711
Upang makakuha ng kopya ng dokumentong ito sa isang alternatibong anyo, mangyaring tumawag sa (866) 627-1587. Mangyaring maglaan ng hindi bababa sa 10 araw upang maisaayos ang alternatibong anyo ng serbisyo.

4/08 CLPPB-2000 Tagalog