

Дальнейшую информацию о нашей программе **DIRT ALERT** ("Предупреждение о вредных химических веществах") можно получить в Интернете по адресу: [www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert)



Программа **DIRT ALERT** предлагает:

- Бесплатный комплект "Dirt Alert."
- Бесплатное тестирование почвы на наличие мышьяка и свинца.
- Бесплатные визиты на дому для оценки риска для здоровья Вашей семьи.
- Бесплатные развлекательные и образовательные материалы.

↑ ↑ ↑ ОФОРМИТЕ ЭТУ ФОРМУ ВДОЛЖ ЛИНИИ ПЕРФОРАЦИИ И ВЕРНИТЕ ЕЕ ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ ИНФОРМАЦИЮ ↓ ↓ ↓

- Пожалуйста вышлите мне бесплатный комплект "Dirt Alert."  
Please send me a Free Dirt Alert Kit.
- Пожалуйста позвоните мне по поводу бесплатного тестирования почвы.  
Please call me about Free Soil Testing.
- Пожалуйста позвоните мне по поводу бесплатных визитов на дому для оценки риска для здоровья нашей семьи.  
Please call me about a Free Home Environmental Visit.
- Пожалуйста позвоните мне по поводу бесплатной презентации Программы "Dirt Alert" в школе, детском саду, или другом учреждении (обедите место презентации).  
Please call me about a Free Dirt Alert Presentation at my:  School  Childcare  Preschool  Home  Other  
(please specify)

NAME\* \_\_\_\_\_  
(Name of Parent/Guardian if under age 18)

ADDRESS\* \_\_\_\_\_

CITY\* \_\_\_\_\_ STATE \_\_\_\_\_ ZIP \_\_\_\_\_

PHONE\* ( ) \_\_\_\_\_

EMAIL\* \_\_\_\_\_  
\*Required information. For internal purposes only.

Tacoma Pierce County  
Health Department  
Environmental  
Health Program



[www.dirtalert@tpchd.org](http://www.dirtalert@tpchd.org)  
[www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert)  
253 798-6492



3629 South D St. • Tacoma, WA 98418



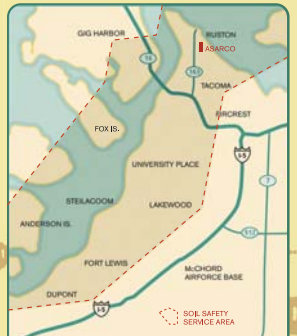
**ВНИМАНИЕ!**  
**Защитите Свою Семью**  
**от Мышьяка и Свинца**

[www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert) ☎ 253 798-6492

### Мышьяк и Свинец в Округе Пирс (Pierce County)

В течении 100 лет, мышьяк и свинец - вырабатываемые медно-плавильным комбинатом ASARCO, который находился в Растоне, штат Вашингтон (Ruston, WA) - разносился ветром по округам Пирс и Кинг (Pierce and King Counties). Плавильный комбинат был закрыт в 1986. Однако, несмотря на то что плавильня больше не находится в употреблении, мышьяк и свинец осели в почве и в течении многих лет представляют и будут представлять серьезный риск здоровью населения. Результаты тестирования показали что районы, расположенные поблизости от закрытого в настоящее время плавильного комбината, показали наиболее высокие уровни наличия мышьяка и свинца в почве. Наиболее уязвимыми в смысле загрязнения почвы районами оказались:

- Северная Такома (North Tacoma)
- Северовосточная Такома (North East Tacoma)
- Западная Такома (West End Tacoma)
- University Place
- Fircrest
- Lakewood
- Steilacoom
- Некоторые районы Fox Island, Gig Harbor и Dupont



● **ДЛЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ**  
пожалуйста обращайтесь :  
Tacoma-Pierce County Health Department  
[www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert)  
253 798-6492

### Воздействие Мышьяка и Свинца на Ваше Здоровье

Поглощение пищи содержащей мышьяк и свинец и вдыхание загрязненной этими веществами пыли может привести к резкому ухудшению здоровья, особенно у маленьких детей.

● **Наибольшему риску** подвергаются дети, не достигшие 6 лет, поскольку они часто берут в рот руки и другие предметы, которые могут быть загрязнены мышьяком и/или свинцом. Кроме того, растущий организм ребенка поглощает больше свинца чем организм взрослого.

● **У детей**, свинец может привести к повреждению нервной системы и почек; к недостаточной мышечной координации; к повреждению слуха; к затруднению процессов языка и речи; к возникновению проблем поведения; а также к неспособности, синдрому нарушения внимания и понижению умственных способностей.

● **Свинец**, аккумулировавшийся во время детства, в течении многих лет сохраняется в костной структуре и позже может выделяться внутрь организма. Это может случиться во время беременности, таким образом причиняя вред зародышу во время внутриутробного развития.

● **Мышьяк** может быть причиной раковых и сердечных болезней.

Если Вы обеспокоены по поводу опасности для здоровья, вызванной мышьяком, свинцом или другими вредными химическими веществами, для дальнейшей информации обращайтесь к Вашему врачу.

## Рекомендации Для Защиты Здоровья Семьи

## Важные Меры Предосторожности

Рекомендации для защиты здоровья Вашей семьи (Healthy Actions) – это простые, но очень важные меры предосторожности, следуя которым Вы можете уменьшить контакт Вашей семьи с почвой, загрязненной мышьяком и свинцом. Даже если Вы уже применяете некоторые из этих рекомендаций в Вашей повседневной жизни, понимание их важности для здоровья Вашей семьи способствует тому что Вы будете и дальше следовать этим мерам предосторожности и приучите Ваших детей следовать этим важным рекомендациям в будущем.

### Обеспечивайте Полноценное Питание

Железо, кальций и витамин С помогают предотвратить поглощение свинца Вашим организмом.

- **Придерживайтесь** полноценной диеты, которая содержит продукты питания богатые железом и кальцием. Рекомендуется включать в Вашу диету молочные продукты, фасоль и зелёный горошек, а также такие овощи как спаржевая капуста, шпинат, картофель и сладкий картофель.
- **Для повышенного содержания** витамина С в Вашей диете, покупайте цитрусовые – например, апельсины или грейпфруты.

### Используйте как можно больше Мыла и Воды

Пыль оседает на руках, игрушках, обуви, одежде, и на домашних животных. Частые влажные уборки важны для Вашего здоровья и здоровья Вашей семьи.

- **Тщательно мойте** Ваши руки перед едой и после работы или игр на земельном участке. Химические моющие вещества для рук НЕ могут удалить мышьяк и свинец. Используйте щётку для рук и тёплую мыльную воду для того чтобы как следует очистить Ваши ногти от пыли и почвы.
- **Стирайте** Вашу рабочую одежду отдельно от всей другой одежды, принадлежащей Вашей семье.
- **Часто мойте** детские игрушки, бутылочки, соски и постельные принадлежности.
- **Всегда** используйте влажную швабру и влажную тряпочку для протирания пыли.



### Мойте полы, Протирайте пыль и Пылесосьте

При входе в дом, люди и домашние животные приносят с собой загрязнённые микрочастицы пыли и грязи, которые оседают на коврах, занавесках, мебели, а также на подоконниках и книжных полках.

- **Снимайте Вашу обувь** и просите Ваших гостей снять обувь при входе в дом.
- **Протирайте пыль** и пылесосьте по крайней мере раз в неделю.
- **Часто мойте** оконные рамы, подоконники и деревянные полы.
- **Используйте** пылесос со специальным высоко-эффективным фильтром (HEPA).
- **Содержите** домашних животных в чистоте; перед тем как пустить их в дом, убедитесь что они не вносят загрязнённую почву в Ваше жилище.
- **Регулярно расчесывайте** и мойте домашних животных.

### Ухаживайте за Вашим Участком

Вы можете временно уменьшить уровень опасности, которую представляют мышьяк и свинец, с помощью таких мер:

- **Покройте** открытые участки земли такими покрытиями как трава, гравель или древесные стружки местно-растущих деревьев.
- **Ухаживайте** за покрашенной наружной поверхностью стен Вашего дома. Во многих домах и квартирах, построенных до 1978 года, применялась краска с высоким содержанием свинца.
- **Краска** с высоким содержанием свинца, а также её отшелушившиеся слупки или распыленные частицы, становятся источником свинца как внутри, так и вне дома.
- **Предпринимайте меры** предосторожности, чтобы не создавать содержащую свинец пыль, во время ремонта или уборки Вашего жилища, построенного до 1978.

для дополнительной информации  
пожалуйста обращайтесь в Отдел Здравooхранения Округа Пирс:

### Dirt Alert

Environmental Health Program  
Tacoma-Pierce County Health Dept.  
253 798-6492 • [www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert)

Или:

### Tacoma Smelter Plume Project

Washington Department of Ecology  
360 407-6257

### Фрукты и Овощи

Мышьяк и свинец могут находиться в пыли, найденной на фруктах и овощах. Купленные в магазине овощи также могут содержать вредные химические вещества.

- **Мойте** все фрукты и овощи.
- **Используйте** специальную щётку-скребок для моркови, картофеля и других корневых овощей.
- **Тщательно чистите** овощи ножом – замачивание овощей в воде и их последующее приготовление не удаляет вредные химические вещества.
- **Всегда** одевайте рабочие перчатки, когда работаете на земельном участке.
- **Увлажняйте** землю перед тем как начинаете работать на садовом участке, для того чтобы не вдыхать пыль.
- **Выращивайте** Ваши овощи в специальных грядах, построенных из материалов, не зараженных мышьяком. Посоветуйтесь в местном магазине по садоводству, чтобы Вам помогли с этими материалами и другими продуктами для безопасного садоводства.
- **Тщательно мойте** руки после работы на садовом участке, а особенно перед едой.
- **Снимайте верхний слой** корневых овощей, таких как морковь и картофель, особенно если вы не уверены в безопасности почвы.
- **Храните** овощи подальше от структур, окрашенных старой краской или сделанных из обработанного дерева.



В Отделе Здравooхранения Округа Пирс существует специальная программа, обеспечивающая эффективную и бесплатную проверку домов и квартир на санитарное состояние домашней среды. В любом случае, владеете ли Вы недвижимостью или арендуете её, Вы можете пригласить специалиста из Отдела Здравooхранения, который осмотрит Ваше жилище и Ваш участок, проведёт оценку риска для здоровья, и порекомендует что надо предпринять для того, чтобы в Вашем доме была здоровая среда для Вас и Вашей семьи. В эти бесплатные услуги входят: проверка почвы на Вашем участке, оценка качества воздуха в Вашем доме или квартире, проверка Вашего дома или квартиры на свинец, и рекомендации для здорового образа жизни Ваших детей.

[www.tpchd.org/dirtalert](http://www.tpchd.org/dirtalert) 253 798-6492



**BUSINESS REPLY MAIL**  
FIRST-CLASS MAIL PERMIT NO. 254 TACOMA WA

POSTAGE WILL BE PAID BY ADDRESSEE

**ENVIRONMENTAL HEALTH PROGRAM**  
TACOMA PIERCE COUNTY HEALTH DEPARTMENT  
MS 308  
8629 S D ST  
TACOMA WA 98418-9906



РЕГУЛЯРНО ПРОТИРАЙТЕ ПЫЛЬ • ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ • МОЙТЕ РУКИ