

Как защитить детей

дома

счастливый дом

Сделайте свой дом более безопасным и здоровым для своей семьи.

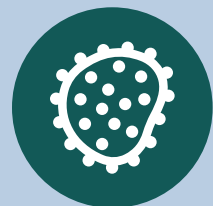
Как опасные факторы в доме влияют на ваших детей



Дети наиболее уязвимы для опасных факторов в доме, потому что растущему организму требуется больше воздуха и воды из расчета на единицу массы тела по сравнению со взрослыми. Дети также проводят больше времени на полу, чем взрослые, и пробуют на вкус даже несъедобные предметы. **Поддерживайте чистоту пола: регулярно пылесосьте, протирайте пыль и делайте влажную уборку. Также не забывайте оставлять у входной двери обувь, в которой вы ходите на улице.**



Косметика и средства личной гигиены лидируют среди причин отравления у детей младше 6 лет. **Помогите предотвратить отравление. Уберите чистящие средства, средства личной гигиены и пестициды в закрытые шкафы, недоступные для детей.**



Воздух и пыль в вашем доме могут оказывать сильное влияние на ваше здоровье. В штате Вашингтон бронхиальной астмой страдают около 129 300 детей младше 18 лет. Провоцировать приступы бронхиальной астмы могут плесень, пыльца, некоторые химические вещества и другие мелкие частицы в воздухе помещений. **Чтобы улучшить качество воздуха в помещении, открывайте окна, когда это позволяет погода и безопасность.**



В воздух помещения и домашнюю пыль могут попадать химические вещества, содержащиеся в товарах для дома, таких как чистящие средства, мебель и строительные материалы. Эти химические вещества могут нанести вред росту и развитию ваших детей. **выбирайте более безопасные чистящие средства с маркировкой EPA Safer Choice.**



Беременным, планирующим беременность и кормящим также следует быть осторожными с химическими веществами, которые могут навредить здоровью и развитию головного мозга младенцев. **Например, замена пластиковых контейнеров для хранения продуктов на стеклянные, керамические или контейнеры из нержавеющей стали может снизить попадание химических веществ в пищу.**

К счастью, вы можете сделать свой дом более безопасным местом для малышек и всей семьи.

Чтобы узнать больше о том, как сделать свой дом более безопасным и здоровым, позвоните в указанные ниже организации или зайдите на соответствующие веб-сайты.

- ▶ **Департамент здравоохранения штата Вашингтон:** 1-877-485-7316 (доступно на разных языках) или doh.wa.gov/healthyhomes
- ▶ **Токсикологический центр штата Вашингтон:** 1-800-222-1222
- ▶ **Инициатива по созданию экологических и чистых домов:** greenandhealthyhomes.org
- ▶ **Северо-западный юридический проект** по вопросам арендодателей и арендаторов: 1-877-211-9274
- ▶ Сертифицированная продукция программы **Safer Choice:** epa.gov/saferchoice
- ▶ **SafeKids.org** для получения советов по обеспечению безопасности детей

Чтобы запросить этот документ в другом формате, позвоните по номеру 1-800-525-0127. Глухие и слабослышащие клиенты могут звонить по номеру 711 (Washington Relay) или писать по адресу civil.rights@doh.wa.gov.

Здоровый дом —



Содержите

СВОЙ ДОМ

В хорошем состоянии

Чтобы устранить мелкие проблемы до того, как они станут более серьезными:

- ▶ узнайте, как обеспечить безопасность во время ремонта дома;
- ▶ устраните сколы и отслаивание краски, чтобы уменьшить воздействие свинца, содержащегося в краске и пыли;
- ▶ спросите своего поставщика медицинских услуг о том, можно ли проверить содержание свинца в организме вашего ребенка;
- ▶ проверьте свой дом на наличие радона — опасного газа природного происхождения. Набор для проверки можно купить в местном хозяйственном магазине;
- ▶ если у вас есть собственный колодец, ежегодно проверяйте его на содержание таких химических веществ, как мышьяк и нитраты.

В сухости

Для предотвращения появления плесени и вредителей и гниения древесины:

- ▶ устраните протечки;
- ▶ очистите и высушите пострадавшие от влажности участки;
- ▶ используйте вытяжные вентиляторы на кухне и в ванных комнатах;
- ▶ используйте осушитель или очиститель воздуха с фильтром с высокоэффективным удержанием частиц (High Efficiency Particulate Arrestance, HEPA) в помещениях, где вы проводите большую часть времени.

без загрязнений

Чтобы сократить количество химических веществ, которые могут нанести вред здоровью, росту и развитию:

- ▶ уберите чистящие средства и пестициды в закрытый шкаф, недоступный для детей;
- ▶ выбирайте более безопасные чистящие средства с маркировкой EPA Safer Choice;
- ▶ проверяйте этикетки на мебели и детских товарах, чтобы убедиться, что они изготовлены без применения огнезащитных материалов;
- ▶ позвоните в управление по утилизации твердых бытовых отходов своего города, чтобы узнать, как избавиться от опасных бытовых отходов, таких как чистящие средства, краска и батарейки;
- ▶ перейдите на стеклянные, керамические контейнеры или контейнеры из нержавеющей стали для хранения продуктов. Пластмасса может выделять химические вещества в пищу.

В хорошем состоянии



без вредителей



В сухости



с регулируемой температурой



хорошо вентилируемым



без загрязнений



В безопасности



В чистоте



Независимо от того, живете вы в коттедже, квартире, трейлере или жилье любого другого типа, следуйте этим советам, чтобы сделать свой дом более безопасным и здоровым для своей семьи.

без вредителей

Чтобы избавиться от тараканов и мышей, которые могут вызывать аллергические реакции и быть переносчиками заболеваний:

- ▶ заделайте трещины и отверстия;
- ▶ храните продукты в герметичных контейнерах.

с регулируемой температурой

Чтобы регулировать температуру и влажность, а также уменьшить воздействие экстремально высоких и низких температур:

- ▶ регулярно проверяйте системы отопления и охлаждения;
- ▶ узнайте у поставщиков коммунальных услуг вашего города о ресурсах и способах экономии энергии.

хорошо вентилируемым

Чтобы уменьшить количество химических веществ, которые могут загрязнять воздух внутри вашего дома (который может быть еще более загрязненным, чем воздух снаружи):

- ▶ открывайте окна, если позволяют погода и безопасность;
- ▶ сделайте свой дом и автомобиль местом, свободным от курения;
- ▶ замените старые дровяные печи на более чистые газовые печи, печи на гранулированном топливе или печи с сертификатом EPA.

в безопасности

Чтобы снизить риск травм:

- ▶ установите защитные ворота сверху и внизу лестницы, а на окнах установите ограждения, чтобы предотвратить выпадение из окна;
- ▶ установите детектор угарного газа и дымовую сигнализацию на каждом этаже вашего дома.

В чистоте

Чтобы избавиться от химических веществ, осевших на частицах домашней пыли:

- ▶ оставляйте обувь у двери;
- ▶ регулярно протирайте пыль, пылесосьте и делайте влажную уборку. Используйте пылесос с HEPA-фильтром;
- ▶ мойте руки перед едой и после игр на улице.