

Захист дітей Удома

Як небезпечні чинники вашої домівки впливають на ваших дітей



Діти більше за інших наражаються на небезпеку вдома, тому що організм дитини, яка росте, потребує більше повітря й води з розрахунку на одиницю маси тіла порівняно з дорослими. Також діти проводять більше часу на підлозі, ніж дорослі, і більш схильні пробувати речі на смак. **Утримуйте підлогу в чистоті за допомогою регулярного витирання пилу, вологого прибирання та прибирання пилососом. Також не забувайте залишати взуття біля входу в помешкання.**



Косметика й засоби особистої гігієни є одними з найпоширеніших причин отруєння дітей віком до 6 років. **Запобігайте отруєнням — зберігайте мийні засоби, засоби особистої гігієни та пестициди в шафі, яка замикається, де діти не зможуть їх дістатися.**



Повітря та пил у вас вдома можуть сильно впливати на ваше здоров'я. У штаті Вашингтон близько 129 300 дітей віком до 18 років хворіють на бронхіальну астму. Пліснява, пилок, деякі хімікати та інші дрібні частки, які містяться в повітрі всередині приміщення, можуть спричиняти напади бронхіальної астми. **Для покращення якості повітря всередині приміщення відчиняйте вікна, коли це дозволяє зробити погода та коли це безпечно.**



Хімічні речовини, які містяться в побутових виробках, як-от мийні засоби, меблі та будівельні матеріали, можуть потрапити до повітря й пилу всередині вашої оселі. Ці хімічні речовини можуть шкодити росту й розвитку ваших дітей. **вибирайте більш безпечні мийні засоби, які мають маркування EPA Safer Choice.**



Вагітні, а також особи, які можуть завагітніти або годують грудьми, також повинні обережно поводитися з хімічними речовинами, які можуть зашкодити здоров'ю та розвитку головного мозку малюка. **Наприклад, відмова від пластикових контейнерів для їжі й перехід на скляну, керамічну тару або ємності з нержавіючої сталі, можуть зменшити потрапляння хімічних речовин у вашу їжу.**

На щастя, існує можливість зробити ваш дім безпечним місцем, яке ваші діти зможуть без остраху досліджувати та проживанням у якому ваша родина зможе спокійно насолоджуватися.

Щоб отримати більш докладну інформацію про те, як можна зробити ваш дім безпечнішим і здоровішим, зателефонуйте за номером або пройдіть за посиланням, що подано нижче.

- ▶ **Washington Department of Health (Департамент охорони здоров'я штату Вашингтон):** 1-877-485-7316 (можливе спілкування через перекладача) або doh.wa.gov/healthyhomes
- ▶ **Washington Poison Center (Токсикологічний центр штату Вашингтон):** 1-800-222-1222
- ▶ **Green and Healthy Homes Initiative (Програма здорового та екологічного житла):** greenandhealthyhomes.org
- ▶ **Northwest Justice Project** з питань врегулювання проблем між винаймачами й власниками житла: 1-877-211-9274
- ▶ Сертифіковані вироби **Safer Choice:** epa.gov/saferchoice
- ▶ **SafeKids.org**, ресурс із порадами щодо убезпечення дітей

Щоб подати запит на надання документів в іншому форматі, зателефонуйте 1-800-525-0127. Особи, які страждають на глухоту або мають вади слуху, можуть зателефонувати за номером 711 (Телекомунікаційна служба штату Вашингтон) або надіслати електронного листа за адресою civil.rights@doh.wa.gov.



Щаслива оселя

Зробіть свій дім безпечнішим і здоровішим для своєї сім'ї.

Здорова домівка —



Забезпечте

у себе вдома

порядок

Щоб усунути дрібні проблеми до того, як вони переростуть у великі:

- ▶ дізнайтеся, як залишатися в безпеці під час ремонту у вас вдома;
- ▶ відновлюйте фарбове покриття, яке відшаровується або лущиться, щоб зменшити шкідливий вплив свинцю, який міститься у фарбі, та пилу;
- ▶ зверніться до свого постачальника медичних послуг і перевірте наявність свинцю в організмі вашої дитини;
- ▶ проведіть випробування для виявлення наявності у вашому будинку радону, шкідливого газу природного походження. Набір для випробувань ви можете придбати в місцевому магазині промислових товарів;
- ▶ якщо у вас є власна криниця, щороку проводьте аналізи води на наявність хімічних речовин, як-от миш'як та нітрати.

сухий мікроклімат

Для запобігання плісняві, гниттю деревини й появи шкідників:

- ▶ усувайте причини витоків води;
- ▶ прибирайте й висушуйте змокли місця;
- ▶ використовуйте витяжні вентилятори в кухні та ванній кімнаті;
- ▶ використовуйте осушувач повітря або очищувач повітря з фільтром з високоефективним утриманням часток (High Efficiency Particulate Arrestance, HEPA) у тих кімнатах, де ви проводите найбільше часу.

відсутність забруднювальних речовин

Для запобігання впливу хімічних речовин, які можуть зашкодити здоров'ю, росту та розвитку:

- ▶ прибирайте мийні засоби та пестициди до шафи, яка замикається, де їх не зможуть дістатися діти;
- ▶ вибирайте більш безпечні мийні засоби, які мають маркування EPA Safer Choice;
- ▶ перевіряйте маркування на меблях і товарах для дітей, щоб переконатися, що вони не містять антипіренів;
- ▶ зателефонуйте в орган контролю утилізації твердих відходів свого міста, щоб дізнатися, як утилізувати небезпечні побутові відходи, як-от мийні засоби, фарби й батареї;
- ▶ замініть пластикові контейнери для їжі на скляну, керамічну тару або ємності з нержавіючої сталі. Хімічні речовини з пластику можуть переходити в їжу.

порядок



відсутність шкідників



сухий мікроклімат



контрольований температурний режим



належну вентиляцію



відсутність забруднювальних речовин



безпеку



чистоту



Де б ви не мешкали, у будинку на одну сім'ю, у квартирі, у пересувному будинку або в помешканні іншого типу, дотримуйтеся цих порад, щоб зробити ваш будинок безпечнішим і здоровішим для вашої родини.

відсутність шкідників

Щоб позбавитися тарганів і мишей, які можуть викликати алергії й розповсюджувати хвороби:

- ▶ закривайте щілини та отвори;
- ▶ зберігайте їжу в герметичних контейнерах.

контрольований температурний режим

Для регулювання температури та вологості, а також зменшення впливу надмірних високих і низьких температур:

- ▶ регулярно перевіряйте системи обігріву та охолодження;
- ▶ дізнайтеся у постачальника муніципальних послуг свого міста про ресурси й шляхи економії енергії.

належну вентиляцію

Для зменшення кількості хімічних речовин, які можуть забруднювати повітря всередині вашої оселі (яке може виявитися навіть бруднішим за повітря назовні):

- ▶ відчиняйте вікна, коли це дозволяє зробити погода та коли це безпечно;
- ▶ зробіть ваш будинок та автомобіль місцями, вільними від куріння;
- ▶ замініть старі дров'яні печі на більш чисті газові, пелетні печі або печі, сертифіковані EPA.

безпеку

Для запобігання небезпеці травмування:

- ▶ установіть захисні дверцята нагорі та внизу сходів і обладнайте вікна ґратами для запобігання випадінню з вікна;
- ▶ установіть датчик чадного газу й датчик диму на кожному поверсі вашого будинку.

чистоту

Щоб позбавитися потрапляння хімічних речовин у пил всередині приміщення:

- ▶ залишайте взуття біля входу;
- ▶ регулярно витирайте пил, проводьте вологе прибирання та прибирання приміщення пилососом. Використовуйте пилососи з фільтром HEPA;
- ▶ завжди мийте руки перед їдою та після ігор надворі.