

Ku sumowga birta sunta waa mid halis ah lakiin dhibaataada caafimaad oo laga hor tegi karo. Sunta birta waa birta aad u sun ah oo inta badan loo isticmaalo alaabooyin badan — sida ranjiga, alxanka, batariyada, naxaasta, qalabka kulka siiya baabuurka iyo dheriga. Jirka oo ay sunta birta aad ugu badato, ama ku sumowga birta sunta, waxay keeni kartaa halis iyo dhibaatooyin caafimaad oo joogto ah. Birta sunta waxay dhaawici kartaa maskaxda, kalyaha iyo nidaamka dareenka. Ma jiro **heer** amaan ah birta sunta ku jirta jirka gidhiisa.

Birta sunta ayaa ah tan ugu khatarsan caruurta yaryar oo ula xiriir kara birta sunta siyaabo kala duwan.

Birta Sunta Ranjiga

Busta ama boodhka ka timaada birta sunta ranjiga waa isha ugu weyn ee ku sumowga birta sunta. Sanadkii 1978 dii ayaa la mamnuucay ranjiga guryaha. Inta badan guryaha la dhisay ka hor waqtigaasi waxay u badan tahay inay ku jiraan birta sunta. Caruuntu way ku dhicikartaa birta sunta inta lagu gudajiro mashruuca dayactirka ama jajabid, diirid ama ranjiga dilaacay. Birta sunta waa la neefsan karaa ama waa la liqi karaa.



Birta Sunta Ku Jirta Ciida ama Carada iyo Biyaha la Cabo

Ciida ama Carada waxaa ku jiri kara birta sunta ka timaada birta sunta ranjiga kaas oo ku daadiya banaanka dhismayaasha iyo marka ay jirto shidaal uu ku jiro birta sunta. Birta sunta waxay geli kartaa biyaha la cabo ayada oo soo dhexmaraysa tubooyinka duugoobay ee leh birta sunta, qalabka dhismaha ama alxanka.

Ilaha Kale ee Birta Sunta

Caruurta waxay ka qaadi karaan ku sumowga birta sunta laga helo ilo kale oo laga yaabo in ay ku jiraan birta suntan.

- **Birta sunta ku jirta goobaha shaqada ama dharka waalidka:** dhismaha iyo shaqooyinka dayactirka, dib u hagaajinta baabuurta iyo ku shaqeynta batariyada, tuubaynta, alxanka iyo Kabida.
- **Birta sunta ku jirta dheryaha iyo maacuunta:** dheryaha la qurxiyey iyo dheryaha birta ah oo leh alxanka sunta birta.
- **Birta sunta ee ay ku jiraan alaabtii hore, alaabta duugowday ama alaabada la badbaadiyey:** Alaabta guriga ee duugga ah, qalabka dhismaha iyo alaabada kale, xitaa haddii ay u muuqdaan kuwo aan muuqan.
- **Birta sunta ku jirta abaabada:** alaabta caruurta ku ciyaarto iyo majoowharaad lagu sameeyey dalalka kale, naca dibada laga soo dejiyo (gaar ahaan Mexico), cuntada gasaca ama koonbooyinka ku jira ee dibada laga soo dejiyo, xawaashka, iyo xawaashyada isku jira (gaar ahaan hadii ay ka yimaadaan waddamada kale) furayaasha birta ah, qalabka dumarku isku qurxiyaan iyo dhirta la isku daaweeyo.
- **Birta sunta ku jirta farshaxanka iyo cayaaraha:** muraayad la qurxiyey, xabadaha ama rasaasta, qalabka kaluumeysiga iyo ranjiyada farshaxanka.



Ka Hortaga ku Sumowga Birta Sunta

Ka hortaga ku sumowga birta sunta ee caruurta adoo ku hayaamaya gurigaaga xaalad wanaagsan, nadiifinta birta sunta hab ammaan ah iyo cunidda cunto caafimaad leh.

- U dhaq caruurta gacmaha ka hor inta aanay wax cunin iyo inta aanay seexan, iyo mar kasta dhaq alaabta caruurta ku ciyaaraan si looga saaro busta ama boodhka birta sunta ee aan la arki karin.
- U adeegso cuntada fudud iyo cuntada ku sii caruurta miiska qadada ama kuraastooda sare.
- Dayactir meelaha guriga ee fofaqay, rinjiga soo fofoqaaya. kana fogee goobahan caruurta ilaa laga dayactiro.

- Ku isticmaal dhulka maro qoyan iyo ku nadiifi meelaha dusha shukumaano ama tuwaalada marka kaliya la isticmaalo, isticmaal faakiyuum leh miire ama filtarka HEPA iyo si tartiib ah u faakiyuum.
- Isticmaal dhaqamada nabdoonaanta birta sunta inta lagu jiro dayactirka, sida qalabka qoyan ee wax lagu simo iyo kan qoyan ee wax lagu xoqo, ha isticmaalin qalabka alwaaxda ama looxaanta lagu simo ama qalabka kulul ee ranjiga lagu qalajiyo ama lagu soo fujiyo.
- Ku beer beerta cuntada ciid ama carro xor ka ah sunta birta taas oo ugu yaraan saddex fuudh ka fog dhismayaasha iyo wadooyinka mashquulka ah.
- Ku bixi kabaha albaabka hortiisa si looga hortago raadraaca ciidda oo ay ku jiri karto guriga birta sunta ah.
- Hadii aad doonayso inaad ka eegto liidh (lead) biyaha gurigaaga ee la cabo, waxa aad ka eegtaa liiska shaybaadhada biyaha la cabo ee shahaahadada haysta tinyurl.com/certified-lab.



Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan halisyada birta sunta iyo ku sumowga birta sunta ,wac lambarkaan 800-439-8550 ama booqo healthvermont.gov/lead.