

# Kusafisha Vumbi ya Risasi Nyumbani Kwako

Vumbi ya risasi kutoka kwa rangi iliyochipuka na vitu vingine vilivyo na risasi nyumbani kwako vinaweza kukuweka wewe pamoja na familia yako katika hatari ya kuipata sumu ya risasi. Punguza hatari ya mtagusano wa risasi kwa kudumisha usafi nyumbani kwako na kunawisha mikono, uso, na vitu vya mtoto wako kuchezea mara kwa mara. Baadhi ya vitu vya kuchezea vinaweza kuoshewa ndani ya mashine ya kufulia. Baadhi ya vitu vya kuchezea vinaweza kupanguswa kwa mkono uitumia sabuni na maji.

Kama unaishi katika nyumba iliyojengwa kabla ya 1978, na unapanga kuiboresha, kuikarabati au kuipaka rangi, tembelea: [www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead).



## Mbinu bora za usafishaji

Kunazo njia mbili bora za usafishaji ambazo zitaondoa vumbi ya risasi kutoka nyumbani kwako:

1. Uoshaji wa majimaji
2. Usafishaji kwa kutumia kivuta vumbi maalum cha HEPA

Mbinu bora zaizi ya usafishaji inajumuisha uvutaji vumbi na usafishaji wa majimaji angaa mara moja kwa wiki. Geuza ukurasa huu ili kupata maagizo.

## Vidokezo vya mambo ya nyumbani:

- Pitisha kwa mara nyingine zaidi kwa kusuuza baada ya kuzifua nguo na matambara yaliyochafuliwa na risasi ndani ya mashine ya kufulia.
- Safisha nyumbani kwako kuanzia sehemu ndogondogo zilizo safi zaidi hadi zile chafu zaidi. Usifagie tu nyumba hivyo pekee. Nyunyiza sakafu kwa kutumia .

## Orodha ya nyenzo

- Kivuta vumbi cha HEPA
- Sabuni isiyo na sumu ya nyumbani
- Ndoo 2za
- Matambara ya kutumika na kutupwa
- Karatasi nzito za kutupia taka
- Glovu za raba
- Kitambaa cha ufagio cha

## Wasiliana nasi

Minnesota Department of Health  
(Idara ya Afya ya Minnesota)  
Health Risk Intervention Unit  
P.O. Box 64975  
St. Paul, MN 55164-0975  
Simu: 651-201-4620



# Mbinu ya kuosha kwa

## Hatua ya 1: Osha

1. Valia glovu na uchanganye majimaji ya kuchanganya ndani ya ndoo moja na ujaze ndoo ile nyingine kwa maji safi
2. Ingiza kipande cha tambara la kutumiwa na kutupwa ndani ya ndoo iliyo na majimaji ya usafishaji. Panguza vizuri sehemu kama vile pembezoni pa dirisha, nafasi ya dirisha lililo chini kwa chini, feru za mlango, kuta, na sakafu
3. Tupa tambara chafu baada tu ya kulitumia ili kuepuka kuichafua ndoo ya majimaji ya usafishaji



## Hatua ya 2: Suuza

1. Ingiza kipande kipya cha tambara la kutumiwa na kutupwa ndani ya ndoo yenye maji safi na upanguse vizuri sehemu uliyoiosha.
2. Tupa tambara chafu linalotumiwa na kutupwa baada ya kila matumizi ili kuepuka kuichafua ndoo ya maji safi ya kusuuza
3. Baada ya kumaliza, mwaga ndoo hizo zenye maji ya kusuuza na majimaji ya usafishaji ndani ya choo. Usiyamwage maji machafu ndani ya karo au bathtabu kwa sababu kufanya hivyo kunaweza kuongeza hatari ya kuwa katika mtagusano na risasi.

## Usafishaji kwa vumbi cha HEPA

- Siku zote safisha kwa kivuta vumbi maalum kilicho na Ubora wa Kiwango cha Juu Kivuta Vumbi chenye Ubora wa kiwango cha Juu Kinachochuja Hewa (HEPA)
- Usiwahi kutumia kivuta vumbi cha kawaida kinachotumiwa nyumbani kwa sababu hakiwezi kuchukua na kushikilia vipande vile vidogo zaidi vya vumbi ya risasi
- Vivuta vumbi vya HEPA vinaweza kukodishwa au kununuliwa mtandaoni au kwenye maduka
- Uvutaji wa vumbi wa angaa mara moja kwa wiki unapendekezwa



Maelezo zaidi: [www.health.state.mn.us/lead](http://www.health.state.mn.us/lead)

**mi**  
DEPARTMENT  
OF HEALTH