

# Олово – вашето здравје околу вашиот дом

Оловото може да биде штетно по здравјето.

Оловото може да се наоѓа во и околу вашиот дом.

Секогаш будно внимавајте вашиот дом да биде чист и да одржувате лична хигиена за да спречите да бидете изложени на олово.

## Оловото во животната средина

Оловото е елемент кој се јавува природно и се користи во различни производи за домаќинството, рекреација и индустрија.

Оловото постепено се укинува за употреба, вклучувајќи користење на боја базирана на олово, автомобилски бензин со олово и некои видови на лемење што се користат во водоводни цевки. Оловото и понатаму продолжува да се користи во олово-киселински акумулатори за автомобили, некои видови на лемење, водонепропустливост на покриви и олуци и заштита од зрачење.



Според тоа, оловото може да се најде во животната средина во различни облици, вклучувајќи во:

- боја базирана на олово на куќи изградени пред 1970 година и во лушпи од боја базирана на олово околу конструкции
- оловна прашина во почвата од индустриски и домашни извори и во шуплини во покривот и сидовите
- оловен отпад во почвата од индустриски извори
- некои производи за домаќинството
- зеленчук и растенија кои се одгледуваат на загадена почва
- јајца и други животински производи од животни одгледувани на загадена почва.

## Оловото и вашето здравје

Вообичаен начин на кој оловото може да влезе во вашето тело е преку вдишување на прашина загадена со олово или со јадење на храна или пиење на вода кои се загадени со олово.

Откако оловото ќе влезе во телото, неговата количина може да се зголеми и да предизвика низа здравствени проблеми.

Изложеноста на олово се поврзува со штетно влијание на органите и телесните функции. Зголемено ниво на олово во крвта може да предизвика анемија, проблеми со бубрезите и невролошки или развојни последици.

Оловото може да им наштети на луѓе од сите возрасти, но ризикот е поголем за бременни жени, доенчиња и деца. Други фактори кои придонесуваат кон влијанието на оловото на поединци се нивната возраст, здравствената состојба, количината на олово и времетраењето на изложеност.

**Ако се сомневате дека вие или вашето семејство сте изложени на олово, посетете го вашиот доктор и побарајте совет.**

За повеќе информации во врска со здравствените последици заради изложеност на олово, ве молиме погледнете во NHMRC Statement and Information Paper (Изјава и информативен документ на NHMRC) за влијанието на оловото на здравјето на [www.nhmrc.gov.au/health-topics/lead-blood-levels](http://www.nhmrc.gov.au/health-topics/lead-blood-levels).

## Тестирање за присуство на олово

Откријте каде веројатно се наоѓаат изворите на олово околу вашиот дом со тестирање на сите површини и материјали за кои се сомневате дека се загадени со олово користејќи комерцијално достапни пакети за тестирање за олово. Овие тестови можете да ги купите од големите продавници за железарија.

Ако не можете да направите тест за присуство на олово, најдобро е да претпоставите дека бојата, почвата или прашина се загадени.

## Спречување на изложеност на олово во домот

Ако оловната прашина е присутна, или веројатно е присутна во зголемено ниво околу домот, постојат различни начини на кои можете да ја сведете на минимум вашата изложеност и изложеноста на вашето семејство на олово.

### 1. Бришење со влажни крпи или џогери (четки за бришење подови)

- Ако живеете во постар дом или во близина на фабрика во која се користи олово, мијте ги скалите на влезот и верандите барем еднаш неделно.
- Бришете ги кујнските шанкови, прозорските прагови, кујните, мебелот и играчките со крпи натопени во фосфатен детергент (на пример, течно алкално средство за чистење како што е "sugar soap")
- Бришете ги подовите користејќи го системот за користење на три кофи

### 2. Чистење со правосмукалка

Ќе ви бидат потребни три кофи (една за раствор со детергент, една за валкана вода и една за чиста вода), два џогери или две крпи (една за чистење со детергент и друга за плакнење) и детергент со голема концентрација на фосфат.

1. Започнете од најдалечниот агол од вратата.
2. Намокрете го првиот џогер во кофата со раствор од детергент и избришете го подот. За секоја просторија или на секој половина час, ставете чиста вода и детергент.
3. Исцедете го првиот џогер во празната кофа за "валкана вода".
4. Намокрете го вториот џогер во кофата со "чиста вода" и избришете го подот за да го исплакнете.
5. Исцедете го вториот џогер во кофата за "валкана вода".

Обичните правосмукалки не ги филтрираат ситните честички од олово. Користете вградена правосмукалка (ducted vacuum cleaner) или правосмукалка со високо-ефикасен (HEPA) филтер за собирање на честички од воздухот. Ако немате вакви правосмукалки, тогаш чистете со правосмукалка кога децата не се дома, дозволете да слегне прашината и избришете го подот пред да се вратат децата.

### 3. Стари теписони

Отстранете ги старите теписони бидејќи тие многу потешко можат да се исчистат од тврдите површини. За да го извадите теписонот, прво намокрете го, свиткајте го во ролна навнатре, завиткајте го во пластика и залепете ја со леплива лента. Откако ќе го отстраните теписонот, избришете го подот со џогер.

Ако теписоните се загадени во текот на реновирањето, тие можеби ќе треба да се отстранат безбедно.

### 4. Домашни миленичиња

ивотинското крзно може да апсорбира значителна количина на прашина, вклучувајќи прашина загадена со

олово внатре во домот или од надвор.

- Четкајте ги домашните миленичиња и осигурете децата да ги мијат рацете откако ги галеле.
- Перете ја постелата на миленичето еднаш неделно.

### 5. Перење

- Редовно мијте ги играчките на децата и ќебињата со фосфатен детергент и добро исплакнете ги.
- Немојте да растресувате или оставате прашливи алишта во близина на децата.
- Перете ја работната облека посебно и користете фосфатен детергент.
- После перењето, исплакнете ја машината за перење за да избегнете да ги загадите другите алишта.

### 6. Места и дупки со песок за играње

- Преместете ги местата за играње подалеку од оголена почва и засадете трева или растенија на оголените површини со почва.
- Во дупките со песок за играње користете чист песок и покривајте ги кога тие не се користат.

### 7. Градини за одгледување на зеленчук

Оловната прашина во воздухот може да се наталожува на зеленчукот, а некои видови на зеленчук апсорбираат олово од почвата.

- Секогаш користете подигнати леи при одгледување на зеленчук и мијте го зеленчукот пред да го јадете.
- За повеќе совети, прочитајте го информативниот лист *Олово – градинарење и реновирање на домот*.

### 8. Намалете ја на минимум изложеноста на вашето семејство на олово

- Спречете ги децата да користат површини за хоби кои се загадени со олово (на пример, при лемење).
- Секогаш одржувајте висок степен на хигиена.

### Каде може да се добијат совети

- Јавете се на EPA's Environment Line (Телефонска линија на EPA за зачувување на животната средина) на 131 555. Посетете ја веб-страницата на EPA за безбедност при изложеност на олово на [www.epa.nsw.gov.au/your-environment/household-building-and-renovation/lead-safety](http://www.epa.nsw.gov.au/your-environment/household-building-and-renovation/lead-safety).
- Прашајте го вашиот доктор за информации во врска со тестови на крвта и како оловото влијае на вашето здравје.
- Контактирајте ја The LEAD Group на 1800 626 086 или посетете ја веб-страницата [lead.org.au](http://lead.org.au) за независни совети во врска со загадување со олово и тестирање.

NSW Environment Protection Authority

Имејл: [info@epa.nsw.gov.au](mailto:info@epa.nsw.gov.au)

Веб-страница: [www.epa.nsw.gov.au](http://www.epa.nsw.gov.au)

ISBN 978 1 925987 18 8 | EPA 2019P1877

Септември 2019,

информациите се обновени во јануари 2021

Информации за [оградување од одговорност](#) и

[авторско право](#) на EPA може да се најдат на веб-страницата на EPA..