

الرصاص لدى مستخدمي الأسلحة النارية/الذخيرة (Lead in Firearm/Ammunition Users)

ما هو الرصاص؟ (What is lead?)

الرصاص معدن موجود في الطبيعة ويستخدم على نطاق واسع في التصنيع لأنه لين ويقاوم التآكل. ويمكن ابتلاع غبار الرصاص ومخلفاته أو استنشاقها، وقد تتجمع كميات كبيرة منه في العظام والأسنان، مما قد يسبب الضرر.

الطرق التي يمكن أن تتعرض بها للرصاص (Ways you could be exposed to lead)

يمكن أن يعرّضك التعامل مع الأسلحة النارية أو إطلاق النار في ميادين الرماية أو صنع ذخيرتك الخاصة إلى غبار الرصاص ومخلفاته الخطيرة.

يمكن أن تتعرض للرصاص من خلال:

- غبار الرصاص الناتج عن إطلاق النار أو تنظيف البنادق
- صنع أو صب طلقات الرصاص
- ميادين الرماية ذات التهوية السيئة

ما هي المخاطر الصحية الناجمة عن التعرض للرصاص؟ (What are the health risks of lead exposure?)

- الصداع والإرهاق وآلام المفاصل
- فقر الدم (انخفاض قدرة الدم على نقل الأكسجين في الجسم)
- ارتفاع ضغط الدم
- تلف الكلى (أكثر شيوعاً لدى مرضى السكري)
- مشاكل عصبية مثل مشاكل في الذاكرة أو التركيز أو التنسيق
- انخفاض الخصوبة لدى كل من الرجال والنساء
- في الحالات الشديدة: نوبات الصرع أو الغيبوبة

يمكن أن تؤدي مستويات الرصاص العالية جداً أو عدم معالجة التعرض للرصاص إلى آثار صحية دائمة.

نصائح للحد من التعرض للرصاص ومنع جلب غبار الرصاص إلى المنزل

(Tips to reduce lead exposure and prevent bringing lead dust home)

- اغسل يديك ووجهك دائماً بعد إطلاق النار أو إعادة التلقيم
- ارتدِ كاماة P2 عند تنظيف الغبار في ميدان الرماية
- لا تأكل أو تشرب أو تدخن أثناء التعامل مع الأسلحة النارية و/أو الطلقات التي تحتوي على الرصاص أو داخل مناطق الرماية
- قم بتغيير الملابس الملوثة قبل مغادرة موقع الذخيرة/موقع الرماية
- اغسل الملابس الملوثة بالرصاص على حدة
- فكّر في استخدام ذخيرة غير الرصاص إن أمكن
- نظّف منطقة الرماية والمركبات والمنزل باستخدام وسائل التنظيف المبلّلة أو مكانس HEPA*

*مكانس HEPA الكهربائية مزودة بفلتر مصمم لحبس جزيئات الغبار الصغيرة جداً والمواد المسببة للحساسية.