

## التعرض للرصاص في معدات صيد الأسماك (Lead exposure in Fishing Gear)

### 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 يؤدي صنع أو تعديل أدوات صيد السمك (الغطاسات) المصنوعة من الرصاص إلى تعريضك لغبار الرصاص الخطير والأبخرة والمخلفات.

يمكن أن تتعرض للرصاص من خلال:

- إذابة الرصاص لصنع غطاسات صيد الأسماك
- المناطق التي يتم فيها صنع غطاسات صيد الأسماك التي يمكن أن تصبح ملوثة بالرصاص
- التعامل مع غطاسات وطعوم صيد الأسماك التي تحتوي على الرصاص
- عض العقدة على خيط الصيد لإبقاء غطاس الصيد أو الطعم في مكانه
- الابتلاع العرضي لغطاسات صيد السمك أو طعم الصيد (وهذا أمر مثير للقلق بالنسبة للأطفال)

### 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 (Tips to reduce lead exposure)

- اغسل يديك ووجهك دائماً بعد التعامل مع الغطاسات أو الطعوم التي تحتوي على الرصاص.
- لا تأكل أو تشرب أو تدخن أثناء التعامل مع الأدوات التي تحتوي على الرصاص.
- لا تضع الغطاسات المصنوعة من الرصاص في فمك أو تعض على خيوط الصيد.
- ارتدِ كاماة P2 عند صنع الغطاسات والطعوم المصنوعة من الرصاص.
- احفظ معدات الصيد بعيداً عن متناول الأطفال.
- فكّر في استخدام غطاسات وطعوم لا تحتوي على الرصاص وتجنّب صنع الغطاسات التي تحتوي على الرصاص.
- نظّف مناطق صنع غطاسات/طعوم صيد السمك والمركبات والمنزل باستخدام وسائل تنظيف مبللة أو مكاس HEPA\* في حالة التعرض للرصاص.

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