ინფორმაცია ტყვიის შესახებ

1) <u>რა არის ტყვია?</u>

ტყვია მძიმე მეტალთა ჯგუფს ეკუთვნის. იგი სერიოზულ გავლენას ახდენს ადამიანის ჯანმრთელობაზე. ტყვია განსაკუთრებით საშიშია ბავშვის ორგანიზმისათვის, როგორც მუცლად ყოფნის პერიოდში, ასევე დაბადების შემდგომ.

2) <u>რას იწვევს ტყვიის ზემოქმედება?</u>

ტყვია ადამინის ორგანიზმზე მრავალმხრივ ზეგავლენას ახდენს.

<u>ბავშვების ორგანიზმზე</u> ტყვიის ზემოქმედებამ, შესაძლოა, გამოიწვიოს:

- ნერვული სისტემისა და თირკმელების დაზიანება;
- გონება გაფანტულობა, ქცევითი დარღვევები და სწავლის უნარ-ჩვევების დაქვეითება;
- მეტყველებასთან დაკავშირებული პრობლემები;
- სმენასთან დაკავშირებული პრობლემები;
- ძვლებისა და კუნთების ზრდის შეფერხება.

მიუხედავად იმისა, რომ ბავშვები განსაკუთრებით მგრძნობიარენი არიან ტყვიის ზემოქმედებისადმი, ტყვია, ასევე, საფრთხეს წარმოადგენს <u>მოზრდილების</u> ორგანიზმისთვისაც და იწვევს:

- ზიანს აყენებს ნაყოფის განვითარებას;
- ორსულობის დროს არტერიული წნევის მომატებას;
- ნაყოფიერების პრობლემებს (მამაკაცებსა და ქალებში);
- მაღალ წნევას;
- საჭმლის მონელებასთან დაკავშირებულ პრობლემებს;
- მეხსიერებასთან და კონცენტრაციასთან დაკავშირებულ პრობლემებს;
- კუნთებისა და ძვლების ტკივილს.

3) <u>ტყვიით ინტოქსიკაციის ძირითადი წყაროები:</u>

1) **საღებავები** - საღებავები, რომლებსაც საყოფაცხოვრებო მიზნებისათვის (სახლების, კედლების, ავეჯის შესაღებად და სხვ.) იყენებენ, შეიძლება სხვადასხვა დოზით შეიცავდნენ ტყვიას. ტყვიის შემცველი საღებავებით, შესაძლოა, დაფარული იყოს საცხოვრებელი სახლების ფანჯრების, კარებების და კიბის საფეხურების ზედაპირები. ტყვიის შემცველი საღებავი საშიში არ არის, იმ შემთხვევაში, თუ მისი მთლიანობა დარღვეული არ არის.
2) **მტვერი** - საცხოვრებელში გარემოდან მოხვედრილი მტვერი, შესაძლოა, შეიცავდეს ტყვიას, ამიტომ რეკომედირებულია სახლის დალაგება სველი წესით რაც შეიძლება ხშირად.
3) **ჰაერი** - ინდუსტრიული ნარჩენებით გარემოს დაბინძურება იწვევს ტყვიის მოხვედრას ჰაერსა და წყალში, რაც იწვევს ტყვიით მოწამვლას და სავალალოდ მოქმედებს პირველ რიგში ფეხმძიმე ქალებსა და ბავშვებზე.
4) **ნიადაგი** - ინდუსტრიული ნარჩენებით დაბინძურების შედეგად ნიადაგის ზედაფენა ტყვიას შეიცავს, რომელიც არ იშლება. მოწამვლის საფრთხის წინაშე დგანან ის ადამიანები, ვინც ტრანსპორტით და ინდუსტრიული წარმოებით გადატვირთულ ქალაქებში ცხოვრობენ. ტყვით მოწამვლის განსაკუთრებით დიდი რისკი აქვთ მათ, ვინც მაგისტრალურ ქუჩებთან, დიდ გზაჯვარედინებთან, ავტოტრასებთან, ნაგვის გადამამუშავებელ ქარხნებთან ახლოს ცხოვრობს. ასეთ რაიონებში დაბინძურებული ნიადაგიდან ტყვია სახლის მტვერში ხვდება და წამლავს ადამიანს.
5) **წყალი** - წყლის ტყვიით დაბინძურების მიზეზი,ძირითად შემთხვევებში, არის ტყვიის შემცველი მილები, რომლებიც 1980-იანი წლებიდან გამოიყენება. ტყვიის წყალში შემცველობა არ იგრძნობა რაიმე დამახასიათებელი ორგანოლეპტიკური თვისებით (ფერი, სუნი, გემო). სასმელ წყალში ტყვიის შემცველობის შემცირება, შესაძლებელია, შემდეგი ნაბიჯების განხორციელებით:

- სასმელად და საკვების მოსამზადებლად (მათ, შორის ახალშობილის საკვების) ყოველთვის გამოიყენეთ ცივი წყალი. მდუღარე წყალი ტყვიას წყლიდან ვერ მოაშორებს;
- წყლის სასმელად გამოყენებამდე, ცოტა ხნით მოუშვით წყალი ონკანში და შემდეგ აიღეთ წყალი;
- რეგულარულად გაასუფთავეთ წყლის ონკანი;

6) **საკვები** - ხშირად, ტყვია ხვდება საკვების ზედაპირზე ტყვიის შემცველი მტვრის სახით.
7) **სათამაშოები**-ხშირად იმპორტირებული სათამაშოები შეღებილია ტყვიის შემცველი საღებავებით.
8) **სამკაულები**
9) **კოსმეტიკური საშუალებები, ტრადიციული მედიკამენტები**
10) **კერამიკური ნივთები**

<u>4)როგორ ხვდება ტყვია ორგნიზმში?</u>

ბავშვებისა და მოზრდილების ორგანიზმში ტყვია, შესაძლოა, მოხვდეს იმ შემთხვევაში თუ ისინი:

- ჩაისუნთქავენ ტყვიის შემცველ მტვერს (განსაკუთრებით, ისეთი სახის აქტივობების დროს, როგორიცაა, მაგალითად, სახლის რემონტი ან რაიმე სახის ზედაპირების ღებვის პროცედურები);
- ჩაყლაპავენ ტყვიის შემცველ მტვერს,რომელიც მოხვედრილია საკვებზე ან საკვების მოსამზადებელ ზედაპირზე;
- შეჭამენ ტყვიის შემცველი საღებავების ნაწილებს/ ნიადაგს (მიწას).

ტყვია, განსაკუთრებით საშიშია 6 წლამდე ასაკის ბავშვების ორგანიზმისთვის, რადგან:

- ამ ასაკში ბავშვების თავის ტვინი და ნერვული სისტემა, მეტად მგრძნობიარეა, ტყვიის დამაზიანებელი ეფექტებისადმი;
- ბავშვების ორგანიზმი, რომელიც ზრდის პროცესშია, შეიწოვს უფრო მეტ ტყვიას;
- ბავშვები ხშირად იდებენ პირში ხელებს და სხვადასხვა საგნებს. ამ საგნებზე, შესაძლებელია, იყოს ტყვიის შემცველი მტვერი.

! ნაყოფიერების ასაკში მყოფმა ქალებმა, უნდა იცოდნენ, რომ ტყვია საშიშია ნაყოფის განვითარებისთვის, რადგან ტყვიამ, შესაძლოა, გავლენენა მოახდინოს ნაყოფის განვითარებაზე, პლაცენტის გავლის გზით.

5) **შესაძლებელია თუ არა ტყვიით ინტოქსიკაციის თავიდან აცილება?**

ტყვიით ინტოქსიკაცია, შესაძლებელია სრულად იქნას თავიდან აცილებული. მთავარია, ბავშვმა შეწყვიტოს ტყვიის ექსპოზიციის წყაროსთან კონტაქტი და მოხდეს იმ ბავშების გამოვლენა, ვისაც შეხება ჰქონდათ ტყვიის წყაროსთან.

- აუცილებელია ბავშვის საცხოვრებელ გარემოში ტყვიის ექსპოზიციის საფრთხის ინდენტიფიკაცია და უსაფრთხოდ მოცილება;

- ის ბავშვები, ვინც ტყვიის ზეგავლენის ქვეშ იმყოფებიან უნდა იქნან გამოკვლეულნი და საჭიროების შემთხვევაში, ჩაუტარდეთ მკურნალობა.

6) **რა შეუძლიათ მშობლებს მოიმოქმედონ ტყვიის ზეგავლენის შემცირების მიზნით?**

თუ ფიქრობთ, რომ თქვენს საცხოვრებელ სახლში არსებობს ტყვიის შემცველი საღებავი:

- არ ეცადოთ მის მოშორებას, რადგან ამით,შესაძლოა, გამოიწვიოთ საღებავის ზედაპირის უფრო მეტად დაზიანება და გარემოში უფრო მეტი ტყვიის შემცველი მტვერი გავრცელდეს;
- ყოველთვის ეცადეთ შერებილი კედლები/ფანჯრის რაფები/სხვა საგნები არ დაზიანდეს და არ დაიღვეს საღებავის საფარის ერთობლიობა;
- რემონტის დროს, მოერიდეთ იმ ადგილზე ყოფნას, სადაც ხდება მტვრის გაფრქვევა;
- სახლის შეძენამდე შეამოწმეთ ის ტყვიის შემცველობაზე;
- რეგულარულად დაასუფთავეთ იატაკი, ფანჯრის რაფები და სხვა ზედაპირები სველი წესით;
- ხშირად დაბანეთ ბავშვს ხელები, ასევე, გარეცხეთ მისი ბოთლები, საწოვარები და სათამაშოები;
- სასმელად და საკვების მოსამზადებლად (მათ, შორის ახალშობილის საკვების) ყოველთვის გამოიყენეთ ცივი წყალი. მდუღარე წყალი ტყვიას წყლიდან ვერ მოაშორებს;

- ეცადეთ, უზურნველყოთ, რომ ბავშვი იკვებოს ჯანსაღად, მიიღოს **რკინით**, **კალციუმითა** და **C ვიტამინით** მდიდარი საკვები;
- სახლში შესვლამდე, გამოიცვალეთ ფეხსაცმელი, რათა არ მოხდეს საცხოვრებელში გარედან გამოტანილი ტყვიის შემცველი მტვრის გავრცელება.
- მოერიდეთ ე.წ. ხალხური მეთოდებით/საშუალებებით მკურნალობას;

References:

EPA Brochure – "Protect your family from lead in your home"
https://www.epa.gov/sites/production/files/2017-06/documents/pyf_color_booklet_format_2017_508.pdf

CDC Factsheet - "Childhood Lead Poisoning" -https://www.cdc.gov/nceh/lead/factsheets/Lead_fact_sheet.pdf