

روایتی کاسمیٹکس اور ہلدی میں سیسہ
اکثر پوچھے گئے سوالات
اپ ڈیٹ کی تاریخ 9 دسمبر، 2019

سیسہ ایک نیلگوں خاکستری مائل دھات ہے جو زمین کے اندر قدرتی کچی دھات کے ذخائر میں ملتی ہے۔ کان سے نکالنے کے بعد، اس کا استعمال بہت سی مختلف عام استعمال والی اور صنعتی مصنوعات میں ہوتا ہے۔

سیسہ پرانے پینٹ، زیورات، ماہی گیری کے آلات، گولیوں، بیٹریوں اور مٹی کے برتن کی پالش میں ملتا ہے، یہ تو صرف مثال کے طور پر چند مصنوعات کے نام ہیں۔ زیادہ تفصیلی فہرست [یہاں](#) مل سکتی ہے۔

2019 کے موسم خزاں میں، اوریگون کے صحت اہلکاروں کو ہندو مذہبی رسوم میں استعمال ہونے والے اور مشرق وسطیٰ، جنوبی ایشیا اور مشرقی افریقی ثقافتوں کے لوگوں کے ذریعہ پہنے جانے والے کچھ روایتی کاسمیٹکس میں، ساتھ ہی بیرون ملک سے خریدے گئے ہلدی کے کچھ مصالحہ جات میں پائے گئے سیسے کی خطرناک سطحوں کی وجہ سے تشویش ہوئی۔

تشویش والی مصنوعات

سندور، گم گم، ٹیکہ اور رولی

ان چمکیے سرخ نارنجی پاؤڈروں کا استعمال عام طور پر ہندو مذہبی مقاصد کے لیے اور جنوبی ایشیا اور اس کے آس پاس کی کمیونٹیز میں ہوتا ہے۔ بعض اوقات سیسے کا استعمال رنگ کو چمکدار بنانے یا مصنوع کا وزن بڑھانے کے لیے ہوتا ہے۔ لوگ اس وقت سیسے کی زد میں آسکتے ہیں جب ایسے پاؤڈر آنکھوں یا منہ کے راستے جسم میں داخل ہو جائیں جن میں سیسہ شامل ہو سکتا ہے۔

صحت اہلکاروں نے درج ذیل برانڈز کے مقامی طور پر خریدے ہوئے سندور کے نمونوں میں زیادہ سیسے کے اجزاء پائے ہیں۔

- Ancient Veda
- Divine Supplies

کحل

جو کاجل، سرمہ یا سرمہ کے نام سے بھی معروف ہے، یہ سیاہ کچی دھات روحانی، طبی یا آرائشی مقاصد کے لیے آنکھوں میں لگائی جاتی ہے۔ مذہبی مقاصد کے لیے کم سن اور نو عمر بچوں پر اس کا استعمال روایتی طور پر ہوتا ہے۔ FDA نے کحل کی درآمد پر پابندی عائد کر دی ہے کیونکہ اس مصنوع کو بنانے کا ایک طریقہ گیلینا — جو سیسے کی کچی دھات کے بطور بھی معروف ہے — نامی معدنی شے کو پاؤڈر میں پیسنا اور پھر اس کو دوسرے مرکبات کے ساتھ ملانا ہوتا ہے۔

ملٹنوماہ کاؤنٹی میں مقامی طور پر اور بیرون ملک خریدی ہوئی مصنوعات میں سیسہ ملا ہے، جن میں درج ذیل برانڈز شامل ہیں:

- Hashmi Surma Special

بلدی

یہ جڑ اکثر ایک چمکیلے نارنجی پاؤڈر سے ڈھکی ہوتی ہے اور اس کا استعمال جنوبی ایشیا میں کھانا پکانے، دوا اور روایتی رسومات میں روزانہ ہوتا ہے۔ پوری دنیا میں اس کا استعمال بکثرت ہونے لگا ہے۔ بعض اوقات مصنوع کو مزید چمکدار بنانے اور کیڑوں سے ہونے والے نقصان کو ڈھکنے کے لیے بلدی کی جڑ یا پاؤڈر میں سیسے کا پاؤڈر شامل کر دیا جاتا ہے۔ لوگ جب اس مصالحے کو کھاتے ہیں تو سیسے کی زد میں آجاتے ہیں۔ صحت اہلکاروں کو بنیادی طور پر ہندوستان یا بنگلہ دیش سے آنے والے مصالحے کے بارے میں تشویش ہے، نہ کہ ان مصنوعات کے بارے میں جو بڑے امریکی سپر مارکٹس میں فروخت ہوتی ہیں۔

صحت کے جوکھم

سیسہ جسم میں کیسے داخل ہوتا ہے؟

سیسہ جسم میں دو بنیادی طریقوں سے داخل ہوتا ہے—باریک ذرات یا دھول کو ننگے یا سانس کے ذریعہ اندر لینے سے۔ بچوں کے لیے ذرات کو ننگنا زیادہ عام ہے کیونکہ وہ اکثر اپنے ہاتھوں یا اشیاء کو اپنے منہ میں ڈال لیتے ہیں۔ زد میں آنے کا کم عام طریقہ آنکھوں یا آنسوؤں کے ذریعے جذب کر لینا ہے۔ وقت گزرنے پر جسم دھیرے دھیرے سیسے سے چھٹکارا حاصل کر لیتا ہے۔

سیسہ سے زہر آلودگی کیا ہے؟

خون میں سیسے کی بڑھی ہوئی سطح—یا سیسے سے زہر آلودگی—فی ڈیسی لیٹر خون میں 5 مائیکروگرام یا اس سے زیادہ خون میں سیسے کا ارتکاز ہے۔ جب کسی بچے کو سیسے سے زہر آلودگی ہو جاتی ہے تو سرکاری صحت ایجنسیاں فیملی کے ساتھ مل کر سیسے کا ممکنہ ذریعہ معلوم کرتی ہیں، بچے کی صحت پر اس کے اثر کو کم سے کم کرنے کے لیے وسائل فراہم کرتی ہیں اور صحت کے نگہداشت فراہم کنندگان کے ساتھ کام کر کے فالو اپ خون کی جانچیں کرتی ہیں تاکہ سیسے کی سطح کم ہونے کو یقینی بنایا جا سکے۔

اس کی علامات کیا ہیں؟

سیسے سے زہر آلودگی کی علامات کو دیکھنا ہمیشہ آسان نہیں ہوتا ہے تاوقتیکہ کسی شخص کے خون میں سیسے کی سطح بہت زیادہ ہو۔ خون میں سیسے کی بہت اونچی سطحوں والے مریضوں کے پیٹ میں درد یا انگلیوں، کلائیوں اور ٹخنوں میں کمزوری ہو سکتی ہے۔ سیسے کی انتہائی اونچی سطحوں دوروں، اعضاء کے نقصان، بیہوشی اور موت کا سبب بن سکتی ہیں۔

بالغوں کے اس کی زد میں آنے سے ہائی بلڈ پریشر، جوڑوں اور پٹھوں میں درد یا مزاج کی بے ضابطگیاں ہو سکتی ہیں۔ کچھ بالغوں کو یادداشت گم ہونے، توجہ کے ارتکاز میں پریشانی یا تولید کی اہلیت سے متعلق دشواریوں کا تجربہ ہوتا ہے۔

وہ بچے اور نونہال جو اس وقت اس کی زد میں آتے ہیں جب ان کی مائیں حاملہ ہوتی ہیں انہیں خاص طور پر جوکھم لاحق ہوتا ہے۔ تھوڑا سیسہ بھی بچوں کو آہستہ سیکھنے والے بنا سکتا ہے۔ جو بچے سیسے کی زد میں آگئے ہیں ممکن ہے وہ صحت یا رویے سے متعلق کوئی ظاہری تبدیلی کا مظاہرہ نہ کریں، اس لیے خون میں سیسے کی جانچ یہ معلوم کرنے کا واحد راستہ ہے کہ آیا کوئی شخص سیسے کی زہر آلودگی سے متاثر ہے۔ علامات میں ٹنک مزاجی، قبض، بھوک نہ لگنا اور وزن کم ہونا، کم توانائی یا تھکاوٹ شامل ہیں۔

بچوں کے سیسے کی زد میں آنے سے درج ذیل چیزیں ہو سکتی ہیں:

- روئے اور آموزش کی دشواریاں۔
- سماعت اور گویائی میں دشواریاں۔
- سُست بالیدگی اور نشوونما۔

محفوظ استعمال اور ضیاع

اگر میں یہ مصنوعات استعمال کرتا ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ ایسا مصنوع استعمال کرتے ہیں یا استعمال کیا ہے جو سیسے سے آلودہ ہو سکتا ہے تو خون میں سیسے کی جانچ کرانے کے بارے میں اپنے صحت نگہداشت فراہم کنندہ سے بات کریں۔ یہ جاننے کا یہ واحد طریقہ ہے کہ آیا آپ یا بچہ سیسے کی زد میں آچکا ہے۔

میں سیسے پر مشتمل مصنوع کو محفوظ طریقے سے کیسے ضائع کروں؟

اگر آپ کے پاس کوئی ایسا مصنوع ہے جس میں آپ کے خیال سے سیسے کی غیر محفوظ سطحیں ہو سکتی ہیں تو اسے بچوں سے دور رکھیں اور اسے گھر کے دیگر کوڑے کے ساتھ پھینک دیں۔ اگر آپ کے پاس اس مصنوع کی بڑی مقدار ہے (مثلاً، سندور سے بھرا ہوا بیگ) تو اس مواد کو پھینکنے سے پہلے اس کو دوسرے بیگ میں ڈال دیں تاکہ کوئی ایسا شخص اس کی زد میں نہ آجائے جو کوڑے کو سنبھالے گا۔

ان مصنوعات کو سنک یا بیت الخلا میں نہ بھائیں، کیونکہ اس سے زمین کی سطح کا پانی یا پینے کے پانی کے وسائل آلودہ ہو سکتے ہیں۔

میں اس مخصوص مصنوع کو استعمال کرنے کی ضرورت محسوس کرتا ہوں۔ ایسا محفوظ طور پر میں کیسے کر سکتا ہوں؟

اگر کسی مصنوع جیسے سندور یا کحل میں سیسہ شامل ہے تو صحت اہلکار اسے بچوں سے دور رکھنے اور اگر آپ حاملہ ہیں تو اسے استعمال نہ کرنے کی تجویز کرتے ہیں۔ بصورت دیگر، بالغ اشخاص سیسے پر مشتمل مصنوع کا استعمال جاری رکھنے کے اہل ہو سکتے ہیں اگر وہ اس مصنوع کو اپنی آنکھوں اور منہ سے دور رکھنے کے لیے محتاط ہوں اور اس مصنوع کو چھونے کے بعد اپنے ہاتھ دھو لیں۔

ان مصنوعات کے لیے جو عام طور پر آنکھوں کے ارد گرد استعمال ہوتے ہیں، انہیں تلاش کریں جو ریاستہائے متحدہ، کینیڈا یا یورپ میں بنے ہیں یا ان پر ”سیسہ سے پاک“ کا لیبل لگا ہو۔ سیسے کے لیے سبھی کاسمیٹکس کی معمول کے مطابق جانچ نہیں کی جاتی ہے، بلکہ ان لیبلز والے مصنوعات زیادہ محفوظ ہو سکتے ہیں۔

جانچ

اگر ہم یہ مصنوعات استعمال کرتے ہیں تو کن کی جانچ ہونی چاہیے؟

ان مصنوعات کو استعمال کرنے والی حاملہ خواتین اور کسی بھی عمر کے بچوں کو خون میں سیسے کی جانچ کرانی چاہیے۔

عام طور پر، سیسے کی زد میں ہونے کی جانچ کرانے کا بہترین وقت 1 سال اور 2 سال کی عمر ہے۔ 6 سال سے کم عمر والے بچوں کے سیسے کی زد میں آنا کا سب سے زیادہ جوکھم ہوتا ہے، اس لیے اس عمر کا کوئی بھی ایسا بچہ جس کے خون میں سیسے کی موجودگی کی جانچ نہیں ہوئی ہے اس کی جانچ ہونی چاہیے۔

اگر خاندان کے افراد کو سیسے کے بارے میں تشویش ہے تو انہیں خون میں سیسے کی جانچ کے لیے صحت نگہداشت فراہم کنندہ سے کہنا چاہیے۔ آپ اپنے بچے کو [مفت میں سیسے کی جانچ والی کلینک](#) بھی لے جا سکتے ہیں۔

میں اپنے گھر میں کسی مصنوع کی جانچ کیسے کر سکتا ہوں؟

خاندان کسی مقامی ہارڈ ویئر اسٹور سے سستی سیسے کی جانچ خرید سکتے ہیں۔ لیکن یہ جانچ ان مصنوعات پر بہترین کام کرتی ہے جن کی اوپری سطح ہموار ہوتی ہے جیسے کھلونے، مٹی کے برتن اور پینٹ کے ٹکڑے۔ پاؤڈروں کی جانچ کرنا مزید مشکل ہو سکتا ہے، خاص طور پر ان کی جو سرخ یا سیاہ رنگ کے ہیں۔

کسی کاسمیٹک مصنوع کی جانچ کرنے کا بہترین طریقہ اسے [نیشنل لیڈ لیباریٹری ایکریڈیشن پروگرام](#) کی فہرست میں موجود کسی لیباریٹری میں بھیجنا ہے۔ نتائج کا بغور جائزہ لینا چاہیے۔ کچھ لیڈز میں 20 پی پی ایم یا اس سے زیادہ کی رپورٹنگ کی حدیں ہو سکتی ہیں، جو اتنا کم نہیں ہے کہ یہ تعین نہ کیا جا سکے کہ آیا کاسمیٹک وفاقی فوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن (Food and Drug Administration, FDA) کی تجویز کردہ 10 پی پی ایم کی حد سے کم پر مشتمل ہے۔

کوئی غذا یا مصالحہ جس میں سیسہ ہو سکتا ہے اسے غذائی لیباریٹری کو بھیجنا چاہیے۔ نمونہ بھیجنے سے پہلے، لیب سے رابطہ کر کے یقینی بنائیں کہ یہ مصنوع میں سیسہ کی جانچ کر سکتا ہے۔

مصالحہ جات یا پاؤڈروں میں سیسے کی جانچ کے بارے میں سوالات کے لیے [ملٹنوماہ کاؤنٹی لیڈ لائن](#) سے 503-988-4000 پر رابطہ کریں۔

کارروائی کریں

ان مصنوعات سے سیسے کی زد میں آنے کو مزید روکنے کے لیے حکومت کیا کر رہی ہے؟

اس وقت، ریاستی اور مقامی حکومتیں نہیں جانتی ہیں کہ ان میں سے کتنے مصنوعات اور یگنوں میں فروخت ہوتے ہیں۔

FDA کے پاس ان مصنوعات کی تفتیش کرنے اور ان کی درآمد روکنے کا اختیار ہے۔ اور یگن ہیلتھ اتھارٹی اور صحت سے متعلق مقامی محکمے FDA کے ساتھ کام کر کے مقامی اسٹوروں میں ملنے والے غیر محفوظ مصنوعات کی تفتیش کرتے رہے ہیں۔ صحت کے اہلکار ان خاندانوں اور کمیونٹیز کے ساتھ بھی کام کرتے ہیں جو ان مصنوعات سے متاثر ہو چکے ہیں۔

FDA نے سندور اور کحل جیسے مصنوعات میں سیسے کا زیادہ سے زیادہ مواد فی ملین 10 ذرے متعین کیا ہے۔ مصالحے میں سیسے کے لیے FDA نے کوئی ریگولیٹری حد یا تجویز نہیں رکھی ہے؛ لیکن FDA نے ایک [تفتیش](#) شروع کی ہے اور وہ فی ملین 1. ذرات والے بچوں کے استعمال کے لیے تیار کردہ کسی بھی ایسے مصنوع پر پابندی لگا سکتی ہے۔

اگرچہ FDA مصنوعات کے لیے قابل قبول سطحیں متعین کرتی ہے، مگر نوعمر بچوں یا حاملہ خواتین کے لیے سیسے کے زد میں آنے کی کوئی "محفوظ" سطح نہیں ہے۔

ثقافتی طور پر مخصوص سیسے کے مصنوعات کے بارے میں کاؤنٹی کے کام کی بہتر طور پر اطلاع دینے کے لیے، ملٹنوماہ کاؤنٹی ثقافتی طور پر مخصوص رسائی کو جاری رکھے ہوئے ہے اور 2020 کے شروع میں کمیونٹی کے مذاکرات منعقد کر رہی ہے۔ وہ لوگ جنہیں شرکت میں دلچسپی ہے وہ جوڈی ٹین سے judy.tan@multco.us پر رابطہ کر سکتے ہیں یا 503-988-9416 پر کال کر سکتے ہیں۔

مزید جانیں

- [واشنگٹن کاؤنٹی](https://www.miltonmaehhs.org/) نگہداشت صحت کی وسیلہ لائن: 503-846-8851
- [ملٹنوماہ کاؤنٹی لیڈ لائن](https://www.miltonmaehhs.org/): تعلیم، مشورہ اور وسائل 503-988-4000
- [اورنگون ہیلتھ اتھارٹی](https://www.miltonmaehhs.org/): سیسے سے زہر آلودگی کی تعلیم اور ضوابط
- [نیو یارک سٹی](https://www.miltonmaehhs.org/): متعدد زبانوں میں سیسے کے بارے میں تعلیم اور رسائی
- [منیسوٹا کا محکمہ صحت](https://www.miltonmaehhs.org/): متعدد زبانوں میں سیسے سے متعلق حقائق نامے اور بروشرز
- [مراکز برائے انسداد مرض اور تحفظ](https://www.miltonmaehhs.org/): بچپن میں سیسے کی زہر آلودگی سے تحفظ
- [فوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن](https://www.miltonmaehhs.org/): غذائیں، کھانے کے برتن، غذائی اشیاء اور کاسمیٹکس