

# خطوات لاستباق الرصاص في مياه الشرب التي تشربونها

بكونها أحد الرائدین في شؤون الوقاية من التعرّض لمخاطر الرصاص في البلاد، توصي Michigan Department of Health and Human Services (إدارة الصحة والخدمات الإنسانية لولاية ميشيغان - MDHHS) بأن تتخذ أهالي ميشيغان الخطوات اللازمة لاستباق الرصاص لأجل الحفاظ على سلامتهم الصحيّة وحماية أنفسهم من مخاطر تواجد الرصاص في مياه الشرب. لمعرفة المزيد حول استراتيجية "Get Ahead of Lead - استباق الرصاص" على صعيد الولاية، تفضّلوا زيارة الموقع الإلكتروني [Michigan.gov/GetAheadofLead](http://Michigan.gov/GetAheadofLead).

توصي MDHHS بأن تستخدم جميع الأسر في ميشيغان مُرَشِّحاً معتمداً لتقليل الرصاص في مياه الشرب، وذلك إذا كان يتواجد في منازلها أحد العناصر التالية أو إذا كانت غير متأكدة من تواجدها:

- مواسير سباكة (سمكرة) المنزل مصنوعة من الرصاص أو مُعَلَّفَنَة.
- خط خدمة مصنوع من الرصاص يمدّ المياه من الشارع إلى منزلها.
- صنابير (حنفيات) وقطع وصل قديمة تمّ بيعها قبل عام 2014.

احرصوا على استخدام مُرَشِّح ماء إلى أن تتمكنوا من إزالة مصادر سباكة المواسير المنزلية المصنوعة من الرصاص، مثلاً:

- استبدال الصنابير المصنوعة قبل عام 2014.
- عمل الترتيبات اللازمة لإجراء فحص مواسير السباكة واستبدال المواسير التي يجب تغييرها.



## كيفية تقليل نسبة الرصاص في مياه الشرب

استخدموا Point-of-use Water Filter (مُرَشِّح المياه عند نقطة الاستخدام - POU). إنَّ المُرَشِّح المُعتمد لتقليل الرصاص قادر على تقليل الرصاص في مياه الشرب. تمّ تصميم وُصنع المُرَشِّحات لتقليل الرصاص، إلا أنها لا تضمن إزالة الرصاص بشكل كامل من مياه الشرب.

يعمل مُرَشِّح المياه عند نقطة الاستخدام (POU) على تقليل المواد الملوثة عند نقطة استخدام المياه، مثل الصنبور. احرصوا على أن تتبينوا أن عبوة غلاف المُرَشِّح مطبوع عليها هذه الاعتمادات (Certifications): المعيار NSF/ANSI Standard 53 لأجل Lead Reduction (تقليل الرصاص) والمعيار NSF/ANSI Standard 42 لأجل Particulate Reduction (تقليل جُسيمات الفئة الأولى). لهذا، من المهم جداً أن تحرصوا على اتباع تعليمات الشركة المُصنّعة للمُرَشِّح. للحصول على مزيد من المعلومات عن مُرَشِّح المياه عند نقطة الاستخدام (POU)، تفضّلوا زيارة الموقع الإلكتروني [bit.ly/EPAConsumerToolLead](http://bit.ly/EPAConsumerToolLead). للحصول على مساعدة تقنيّة بشأن تركيب المُرَشِّح، عليكم الاتصال هاتفياً بـ MDHHS على الرقم 800-648-6942.



خذوا في عين الاعتبار استبدال السباكة والأنابيب والصنابير القديمة التي قد تتآكل وتضيف الرصاص إلى المياه. قد تحتوي الصنابير وقطع الوصل والصمامات القديمة المُباعة قبل عام 2014 على ما يصل إلى 8% من الرصاص، حتى لو كانت تحمل علامة "خالية من الرصاص". احرصوا على أن تكون صنابير المياه البديلة لتلك الصنابير القديمة مصنوعة في عام 2014 أو بعد ذلك وتأكدوا من أنها حاصلة على شهادة اعتماد NSF 61 أو تحمل علامة تنص أنها تحتوي على نسبة 0.25% من الرصاص أو أقل من ذلك. احرصوا على فحص مواسير سمكرة منزلكم أو استعينوا بسمكري لتعرفوا الأجزاء التي يجب استبدالها لأجل تقليل الرصاص في مياه الشرب التي تشربونها.

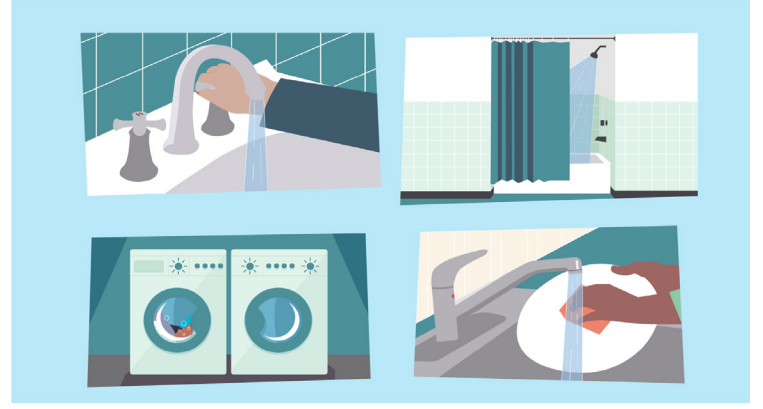


## كيفية الحفاظ على نقاوة مياه الشرب

حافظوا على جريان المياه وعدم ركودها في المواسير. يمكنكم الحفاظ على جريان المياه بقيامكم بأنشطتكم اليومية مثل:

- تشغيل غسالة الملابس.
- غسل الصحون.
- الاستحمام تحت الدش.
- شطف المراض.

قبل استخدام المياه من أيّ صنوبر لشربها أو للطهي بها، احرصوا على ترك الماء البارد يتدفق من الصنوبر إلى أن تتحوّل درجة حرارته من درجة حرارة الغرفة إلى درجة باردة.



**احرصوا على تنظيف مصافي الصنابير في منزلكم.** نظّفوا الشاشة الشبكية، أو جهاز تهوية الصنوبر (Aerator) الموجود في نهاية الصنوبر مرة واحدة على الأقل كل ستة أشهر.

في حالة وجود أعمال بناء جارية على منظومة المياه أو الأنابيب المتواجدة بالقرب من منزلكم - بما فيها استبدال جهاز عدّاد المياه لمنزلكم - احرصوا على فحص وتنظيف مصافي صنابير مياه الشرب التي تشربوا منها كل شهر حتى تنتهي أعمال البناء. للحصول على مزيد من المعلومات، تفضّلوا بزيارة الموقع الإلكتروني [bit.ly/mi-cleaningyoueraerators](http://bit.ly/mi-cleaningyoueraerators).

## أشياء لا ينبغي عليكم القيام بها في محاولاتكم لتقليل نسبة الرصاص في مياه الشرب

لا تستخدموا ماء الصنوبر الساخن للشرب أو الطهي. يذوب الرصاص بسهولة أكبر في الماء الساخن.

لا تحاولوا إزالة الرصاص عن طريق غلي الماء. لا يمكن إزالة الرصاص بالغليان. يتبخّر الماء أثناء الغليان، ولذلك قد تزداد نسبة تركيز الرصاص في الماء أكثر مما كانت عليه قبل الغليان.

احرصوا على عدم تشغيل الماء الساخن عبر مُرْسِحٍ لتقليل الرصاص. استخدموا الماء البارد فقط مع مُرْسِحٍ لتقليل الرصاص.



## للحصول على مزيد من المعلومات، تفضّلوا بزيارة المواقع الإلكترونية التالية:

**MDHHS Care for Mi Drinking Water Website**  
موقع الرعاية المعنية بشؤون مياه الشرب في ميشيغان  
800-648-6942  
[Michigan.gov/CareforMiDrinkingWater](http://Michigan.gov/CareforMiDrinkingWater)

**Mi Lead Safe Website - موقع السلامة من الرصاص**  
[Michigan.gov/MiLeadSafe](http://Michigan.gov/MiLeadSafe)

**Get Ahead of Lead Website - موقع استباق الرصاص**  
[Michigan.gov/GetAheadofLead](http://Michigan.gov/GetAheadofLead)

**Michigan Department of Environment, Great Lakes, and Energy - إدارة البيئة والبحيرات العظمى والطاقة لولاية ميشيغان**  
[Michigan.gov/DrinkingWater](http://Michigan.gov/DrinkingWater)  
[Michigan.gov/WaterWellConstruction](http://Michigan.gov/WaterWellConstruction)

**Laboratory Services - الخدمات المخبرية**  
[Michigan.gov/EGLElab](http://Michigan.gov/EGLElab) and choose (واختيار) "Certifications"

**List of Michigan Local Health Departments**  
قائمة بدوائر الصحة المحلية  
[bit.ly/MiHealthDepartment](http://bit.ly/MiHealthDepartment)



لن تميّز Michigan Department of Health and Human Service (MDHHS) ضد أي فرد أو مجموعة بسبب العرق، أو الديانة، أو العمر، أو الأصل القومي، أو اللون، أو الطول، أو الوزن، أو الحالة الزوجية، أو المعلومات الجينية، أو الجنس، أو التوجه الجنسي، أو الهوية الجنسانية أو التعبير الجنساني، أو المعتقدات السياسية، أو الإعاقة.