

## ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΗΣ ΑΠΟ ΜΟΛΥΒΔΟ;

Η δηλητηρίαση από μόλυβδο έχει πολλές ενδείξεις και συμπτώματα, μερικά από τα οποία περιγράφονται παρακάτω. Ωστόσο, οι ενδείξεις και τα συμπτώματα δηλητηρίασης από μόλυβδο ενδέχεται να μην παρουσιαστούν έως ότου έχει προκληθεί μόνιμη βλάβη στην υγεία σας, ή να μην παρουσιαστούν καθόλου. Εάν εργάζεστε με μόλυβδο, πρέπει να το πείτε στον ιατρό σας και στον ιατρό των παιδιών σας. Ο ιατρός σας ίσως θέλει να κάνει τακτικές εξετάσεις αίματος για να δει εάν έχετε δηλητηρίαση από μόλυβδο. Εάν υποψιάζεστε ότι έχετε δηλητηρίαση από μόλυβδο, είτε έχετε είτε δεν έχετε οποιαδήποτε από τις ακόλουθες ενδείξεις και συμπτώματα, θα πρέπει να δείτε τον ιατρό σας όσο το δυνατόν γρηγορότερα ή να τηλεφωνήσετε στο μητρώο μολύβδου για βοήθεια

### Πρώιμες ενδείξεις και συμπτώματα δηλητηρίασης από μόλυβδο

- Κόπωση - Κεφαλαλγία
- Αδιάθετο στομάχι - Αϋπνία
- Ευερεθιστότητα ή νευρικότητα - Μεταλλική γεύση
- Προβλήματα με το αναπαραγωγικό σύστημα
- Ανορεξία

### Ώσιμες ενδείξεις και συμπτώματα

- Πόνοι στο στομάχι - Προβλήματα με τη μνήμη
- Πόνοι στους μύς και στις αρθρώσεις
- Δυσκοιλιότητα
- Αδύναμοι καρποί ή αστράγαλοι - Ναυτία
- Προβλήματα με τα νεφρά - Απώλεια βάρους

### ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΩ ΕΑΝ ΕΧΩ ΠΟΛΥ ΜΟΛΥΒΔΟ

Θα χρειαστεί να κάνετε ένα τεστ για μόλυβδο στο αίμα που θα δείξει εάν το σώμα σας έχει απορροφήσει επικίνδυνα ποσοστά μολύβδου. Ένα τεστ για υψηλό μόλυβδο στο αίμα είναι μια ένδειξη ότι απορροφάτε μόλυβδο γρηγορότερα από όσο μπορεί να το εξαλείψει το σώμα σας. Αυτό μπορεί να συμβεί εάν εκτίθεστε στο μόλυβδο τακτικά με το πέρασμα του χρόνου, και μπορεί να οδηγήσει σε πολύ σοβαρή, μόνιμη βλάβη της υγείας σας.



**Κοινοπολιτεία της Μασαχουσέτης**  
**Διευθύνων Γραφείο Εργασίας και**  
**Ανάπτυξης Εργατικού Δυναμικού**  
**Τμήμα Προτύπων Εργασίας**

Για περισσότερες πληροφορίες:

**Massachusetts Department of Labor**  
**Standards (DLS)**  
(Τμήμα Προτύπων Εργασίας (DLS))  
**Occupational Lead Registry Program**

Wall Experiment Station  
37 Shattuck Street  
Lawrence, MA 01843

**Ιστοσελίδα: [www.mass.gov/dols](http://www.mass.gov/dols)**

# Μόλυβδος στην εργασία

## Ένας οδηγός για υπαλλήλους



**Κοινοπολιτεία της Μασαχουσέτης**  
**Διευθύνων Γραφείο Εργασίας και**  
**Ανάπτυξης Εργατικού Δυναμικού**  
**Τμήμα Προτύπων Εργασίας**

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η δηλητηρίαση από μόλυβδο έχει σχετιστεί με προβλήματα υγείας επί αιώνες. Αν και γνωρίζουμε πολλά σχετικά με το μόλυβδο και πώς επηρεάζει την υγεία, η δηλητηρίαση από μόλυβδο είναι ακόμη πολύ κοινή σήμερα.

Η δηλητηρίαση από μόλυβδο αποτελεί πρόβλημα για ελαιοχρωματιστές σπιτιών, ελαιοχρωματιστές γεφυρών, οικοδόμους που κάνουν ανακαίνιση σε παλιά σπίτια, επισκευή υαλογραφημάτων, και άτομα που λειτουργούν σκοπευτήρια. Ο μόλυβδος μπορεί να προκαλέσει σοβαρά, μόνιμα προβλήματα στην υγεία εάν δεν τεθεί υπό κατάλληλο χειρισμό.

### ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ Ο ΜΟΛΥΒΔΟΣ ΤΟ ΣΩΜΑ;

Τα συμπτώματα ίσως να μην φανούν καν στην αρχή, αλλά με το πέρασμα του χρόνου η δηλητηρίαση από μόλυβδο μπορεί να βλάψει τον εγκέφαλο, τα κύτταρα του αίματος, τα νεύρα, τα νεφρά και το αναπαραγωγικό σύστημά σας. Η βλάβη αυτή μπορεί να προκαλέσει σοβαρή αναπηρία: απώλεια μνήμης, υπερβολική κόπωση, ψυχολογικά προβλήματα, νεφρική ανεπάρκεια, κώμα και ακόμη και θάνατο.

Ο μόλυβδος μπορεί να εισέλθει στο σώμα σας εάν αναπνέετε σκόνη ή ατμούς μολύβδου από εργασιακές δραστηριότητες. Μπορεί να εισέλθει επίσης στο σώμα σας εάν τρώτε, πίνετε, ή καπνίζετε σε περιοχές εργασίας.

Εάν τα χέρια σας, τα ρούχα σας ή τα παπούτσια σας είναι μολυσμένα, μπορεί να φάτε ακούσια σκόνη μολύβδου ή να μεταφέρετε την επικίνδυνη ουσία σπίτι



στην οικογένειά σας. Η σκόνη μολύβδου στα ρούχα ή στα παπούτσια σας μπορεί να μολύνει το αυτοκίνητο και το σπίτι σας, εκθέτοντας πιθανώς τα παιδιά που είναι ειδικά ευάλωτα στο μόλυβδο.

### ΠΩΣ ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΕ ΤΗ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΗ ΑΠΟ ΜΟΛΥΒΔΟ

- Μη χρησιμοποιείτε πεπιεσμένο αέρα για να αφαιρέσετε τη σκόνη από μόλυβδο. Ο εργοδότης σας πρέπει να παρέχει μια βιομηχανική σκούπα HEPA ή τη χρήση υγρής μεθόδου καθαρισμού.
- Μην τρώτε, πίνετε ή καπνίζετε στις περιοχές εργασίας.
- Χρησιμοποιήστε αναπνευστήρα με φίλτρα HEPA όταν ξύνετε, τρίβετε, ή λειαίνετε τη μπογιά.
- Να πλένετε πάντοτε τα χέρια σας ΚΑΙ το πρόσωπό σας προτού φάτε, πείτε ή καπνίσετε.
- Κάντε μπάνιο, λούστε τα μαλλιά σας και βάλτε καθαρά ρούχα όσο το δυνατόν συντομότερο.
- Φυλάξτε τα ρούχα που φοράτε έξω μακριά από τα ρούχα εργασίας σας και μην φέρνετε τα ρούχα εργασίας σας στο σπίτι σας.
- Κάντε καλή διατροφή. Η σωστή διατροφή μπορεί να βοηθήσει στη μείωση επιπέδων μολύβδου, ενώ η νηστεία μπορεί να αυξήσει τα επίπεδα μολύβδου.
- Εάν έχετε ερωτήσεις, επικοινωνήστε με το μητρώο μολύβδου.



**Για περαιτέρω βοήθεια ή πληροφορίες σχετικά με το μητρώο μολύβδου, παρακαλούμε τηλεφωνήστε ή γράψτε στη διεύθυνση:**

**Massachusetts Department of Labor Standards  
Occupational Lead Registry Program**

Wall Experiment Station  
37 Shattuck Street  
Lawrence, MA 01843  
617-626-6502

Το Επαγγελματικό Μητρώο Μολύβδου συλλέγει πληροφορίες για όλα τα ενήλικα άτομα που έχουν αυξημένα επίπεδα μολύβδου στο αίμα. Το Μητρώο συλλέγει αυτές τις πληροφορίες από όλη τη Μασαχουσέτη και τις χρησιμοποιεί για να πληροφορήσει τον / την ασθενή και τον / την ιατρό του / της σχετικά με τους κινδύνους που ενέχει ο μόλυβδος, πώς να αποφευχθεί η μελλοντική έκθεση στο μόλυβδο και τις διαθέσιμες θεραπείες.

Το περιεχόμενο αυτού του φυλλαδίου προσαρμόστηκε από το Υπουργείο Υγείας του Τέξας και το Υπουργείο Υπηρεσιών Υγείας της Καλιφόρνιας.

