

SAMEENTA SUNTA MAADADA MERKURIGA EE KUJIRTA WAXYAABAHA LAYSKU CADEEYO

Isticmaalka waxyaabaha laysku cadeeyo maaha mid amman ah. Maadooyinka laysku cadeeyo oo dhan waxaay ka sameeyan yahiiin sun kiimikooyin ah, aay ka mid tahay suntan maadada merkuriga. Baritaan lagu sameeyay maadooyinka laysku cadeeyo oo gobalka Minneosta iyo Mareekanka oo dhan ayaa waxaa lagu ogaaday kariimoyinka lagusku cadeeyo inay leeyihiin heerar sare oo merkuri ah, oo dhafay cadida aay FDA ogashayay oo ah 1 (PPM).

Maadada
merkuriga iyo
kiimikooyinka kale
ee ku jira
waxyaabaha laysku
cadeeyo



MAADADA MERKURIGA WAA SUN WAXAAYNA DHAWICI KARTAA CAAFIMAADKADA:



Sunta maadada inorganic sameenteda kalyaha ayay kaa dhawicikartaa



Waxaay dhawici karaan maskaxda iyo dareen wadayaasha



Haweenka urka leh iyo haweenka ku jira xiliga sanadyada dhaliinka waa in aay iska ilaaliyaan istic malka madada merkuriga. Saameen goni ah oo dhib cafimaad ayay maadada merkuriga u keeni kartaa caruurta yaryar



Xiliga haweenka urka hadii maadada merkuriga jirkooda galo ilmaha ku jira caloosha maskaxda ayay ka dhawicikartaa



Hadii haweenka aay isticmalan maadada merkuriga marka aay naska nujinayaan canaha ayay suntan merkuriga udhafaysaa ilmaha yarna maskaxda ayay ka dhawacmikaraan

WAA QAAR KA MID
AH WAXYAABAHA
LAYSKU CADEEYO
OO LAGA HELAY
SUNTAN MAADADA
MERKURIGA



MAXAAD KA QABANKARTAA?

- Hadii aad isticmaashid waxyaaba laysku cadeeyo jooji, hadii aad joojiso suntan maadada merkuriga jirkaaga waay ka baxaysaa
- Hadii aad dhibaato ka qarto maqaarkaga latasho dhaqtarkaaga maqaarka kuu qaabilsan
- Aqri qoraalka ku qoron kariimoyinka aad iibsato, hana marinin jirkaada waxyaabaha kiimikooyinka ku jiraan sida merkuriga iyo kuwa kalaba
- Guriyaha baritaanka lagu sameeyay ayaa laga helay suntan maadada merkuriga, waxaana ku neefsanaya guriga qooska oo dhan iyo dadka booqasho ugu imaada. Haku isticmaalin kariimoyinka sunta maadada merkuriga kujirta gurigaada.
- Ku faraxsanaaw midabkaaga iyo quruxdaadaba



Ha ku tuurin qashinka waxa laysku cadeeyo hadii aay kujirto maadada merkuriga, waxaad dhawici kartaa daweeeynaha iyo dagaanka. Waa in-aad geeysid meelo logu tala-galay alaabta sumaysan in lagu tuuro. Nala soo xariir hadii cawinaad u bahantahay: www.thebeautywell.org, 612-250-4263