

# سرمہ بچوں کے لیے زہر ہو سکتا ہے

آنکھوں میں سرمہ ڈالے ہوئے ایک بچہ



ماخذ: نیو یارک شہر کا محکمہ صحت و دماغی طہارت

سیسہ آنکھوں اور منہ میں جا سکتا ہے اور بچوں کے لیے زہر بن سکتا ہے

"میری بیٹی کو سرمے کا زہر چڑھ گیا تھا۔ حتیٰ کہ ہم یہ بھی نہیں کہہ سکتے تھے کہ وہ بیمار ہے۔ ایک ڈاکٹر نے اس کے خون میں سیسے کی جانچ کی۔ میرا خیال تھا کہ سرمہ صحت مند ہوتا ہے کیونکہ یہ قدرتی چیز ہے۔ اب مجھے معلوم ہے کہ اس میں سیسہ ہوتا ہے، جو بچوں کے لیے نقصان دہ ہے۔" - ایک پناہ گزین والدہ

## سیسہ ایک زہر ہے

- زیادہ تر سرمہ جو ایشیاء، افریقہ، اور مشرق وسطیٰ سے آتا ہے اس میں سیسہ ہوتا ہے۔ لوگ طویل عرصے سے سرمہ استعمال کرتے آئے ہیں۔ اب ہمیں معلوم ہے کہ یہ خطرناک ہے۔
- امریکہ بھر میں بہت بچوں میں سرمے کے استعمال سے سیسے کی بلند شرح کی جانچ ہوئی ہے۔ سرمے کو "رانجا"، "کوہل"، "کاجل"، "گاجل"، "کابل"، یا "الکابل" بھی کہا جاتا ہے۔
- سیسہ دماغ میں زہر بھر سکتا ہے اور بچوں کے لیے سیکھنے، توجہ مرکوز کرنے، اور اچھا رویہ رکھنے کو مشکل بنا سکتا ہے۔

## محفوظ تر مصنوعات استعمال کریں

امریکہ اور یورپ کی بنی ہوئی مصنوعات جیسے کہ  
Maybelline

"Kajal" اور L'Oréal کا



کا

## استعمال نہ کریں

ان جیسی سرمہ مصنوعات استعمال نہ کریں۔ ان میں سیسے کی بڑی مقداریں ہو سکتی ہیں۔



مزید معلومات کے لیے

(866) 827-3478 پر کال کریں یا ای میل کریں:  
pehsu@ucsf.edu

Western States Pediatric Environmental Health  
Specialty Unit (WSPEHSU)

## سیسے کا ٹیسٹ کروائیں

- اپنے ڈاکٹر سے اپنے بچے کے لیے سیسے کا ٹیسٹ کرنے کو کہیں۔
- سیسے کا ٹیسٹ کروانا ہی یہ جاننے کا واحد طریقہ ہے کہ کیا کسی کو سیسے کا زہر چڑھا ہے۔

# Surma Can Poison Children

“My daughter was poisoned by surma. We couldn’t even tell she was sick. A doctor tested her blood for lead. I thought surma was healthy because it is natural. Now I know it has lead, which hurts children.” - Refugee Mother

## Lead is a Poison

- Most surma that is from Asia, Africa, and the Middle East has lead. People have used surma for a long time. Now we know it is dangerous.
- Many children across the United States have tested high for lead from using surma. Surma is also called “ranja,” “kohl,” “kajal,” “gajal,” “kahal,” or “al-kahal.”
- Lead can poison the brain and make it hard for children to **learn, pay attention, and behave.**

Child with surma around eyes



Source: New York City Department of Health and Mental Hygiene

**Lead can get into the eyes and mouth and poison children**

## Do Not Use

Do not use surma products like these. They may have high amounts of lead in them.



## Use Safer Products

Use products from the USA or Europe such as “Kajal” by Maybelline and “Infallible” by L’Oréal.



## Get a lead test

- Ask your doctor for a lead test for your child.
- Getting a lead test is the only way to know if someone has lead poisoning.

## For more information

Call (866) 827-3478 or Email: [pehsu@ucsf.edu](mailto:pehsu@ucsf.edu)  
Western States Pediatric Environmental Health Specialty Unit (WSPEHSU)