

## QUELQUES CONSEILS POUR SE PROTÉGER

- Laver fréquemment ses mains et celles des enfants, surtout avant les repas et garder les ongles courts.
- Surveiller les enfants pour éviter qu'ils ne portent à la bouche des poussières et écailles de peinture.
- Veiller à un bon équilibre alimentaire général. Veiller notamment au maintien d'un apport en calcium et en fer.
- Aérer toutes les pièces des logements régulièrement et nettoyer les sols avec une serpillière mouillée.
- Dans les immeubles anciens, le matin ou après une longue absence, ne pas utiliser l'eau du robinet pour la boisson ou la préparation des aliments et biberons sauf après une période d'écoulement suffisante pour rincer la canalisation (eau froide).
- Éviter l'utilisation de maquillages traditionnels qui contiennent souvent du plomb.
- Acheter des produits et jouets labellisés CE.
- Ne pas cuisiner dans la vaisselle traditionnelle et l'utiliser plutôt pour la décoration.
  - Déposer les batteries automobiles dans les stations-service.

### POUR LES BRICOLEURS :

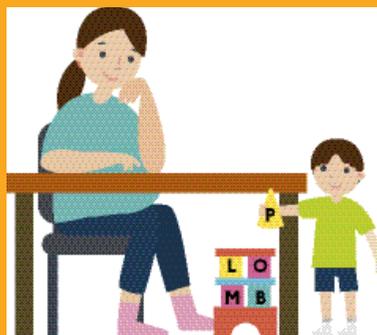
- Éloigner les femmes enceintes et les enfants des espaces de bricolage.
- Utiliser des protections adaptées et des vêtements dédiés à laver séparément.
- Manger en dehors de la zone de travaux / bricolage ou toute zone où du plomb peut être présent.

## À QUI EN PARLER ?

À votre **médecin traitant** ou à un **centre de P.M.I.** qui pourra prescrire si nécessaire une **prise de sang** pour mesurer le taux de plomb

### Ce dépistage est GRATUIT

Plombémie et consultation  
prises en charge à 100 % par  
la Sécurité Sociale pour les  
enfants et les femmes enceintes



#### ARS Bretagne

6 place des Colombes  
CS 14253  
35042 Rennes Cedex



[www.bretagne.ars.sante.fr](http://www.bretagne.ars.sante.fr)

# LE PLOMB UN RISQUE POUR VOTRE SANTÉ



# LE SATURNISME : LA MALADIE DU PLOMB

Le plomb est un métal d'usage très ancien qui peut être présent dans notre environnement quotidien.

Son ingestion (mains non lavées portées à la bouche, produits sucés ou avalés) ou son inhalation (respiration de poussières, vapeurs) sont toxiques et peuvent provoquer une maladie appelée saturnisme.



Toute personne exposée au plomb est concernée mais les personnes les plus à risque sont :

## LES JEUNES ENFANTS



Troubles du développement intellectuel, retard de croissance...

## LES FEMMES ENCEINTES

Risque de fausse couche, naissance prématurée...



## OÙ PEUT SE TROUVER LE PLOMB ?

Dans les peintures des logements et parties communes des immeubles construits avant 1949



Dans certains produits traditionnels de maquillage (khôl en poudre par exemple)



Dans certains remèdes traditionnels (kaolin, préparations médicinales)



Dans certaines vaisselles traditionnelles : plats à tajine, assiettes taos...

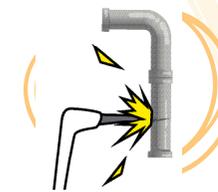


## CERTAINES ACTIVITÉS PEUVENT VOUS EXPOSER

Les travaux de rénovation dans les bâtiments anciens (ponçage de peintures anciennes, dépose de tuyaux en plomb...)



Certains travaux de bricolage : soudures, ponçage, décapage...



Création de vitraux, d'émaux et de poteries



Pratique du tir sportif ou de loisir, fabrication de munitions



Récupération de métaux et de batteries automobiles



Assurez-vous de ne pas rapporter de plomb chez vous, notamment sur vos vêtements, en utilisant une tenue dédiée et à laver séparément.