Warbixin Muhiim ah ee Ku saabsan Mirirka Tuubada Qoyska iyo Biyahaaga Cabitaanka
Tallaabooyin Sahlan ee Lagu yareeyo Gaarista Mirirka

WAXA AAD U BAAHANTAHAY IN AAD OGAATID

Kormeerida hadeer waxay sababtay ka bilow guryaha waxay dhaafeen heerka caadiga ah ee mirirka biyaha cabitaanka.

WARBIXIN MUHIIM AH EE KU SAABSAN MIRIRKA BIYAHAAGA CABITAANKA

Xafiiska Biyaha Portland wuxuu ogaaday heerarka kacsan ee mirirka biyaha cabitaanka ee guryaha/dhismaha qaarkood. Mirirka wuxuu sababi karaa xaalad caafimaad oo halis ah, gaar ahaan haweenka uurka iyo carruurta yar. Fadlan si dhow u aqri warbixintaan si aad u aragtid waxa aad sameyn kartid si aad u yareysid mirirka biyahaaga cabitaanka.

SAAMEYNADA CAAFIMAADKA EE MIRIRKA

Mirirka wuxuu sababi karaa dhibaatooyin caafimaad haddii wax badan galaan jirkaaga ee biyo cabitaanka ah ama illaha kale. Wuxuu ku sababi karaa waxyeelo maskaxda iyo kelyaha, oo wuxuu dhaxgeli karaa wax soorka unugyada dhiiga gaduudan ee u qaado oksijiin qeybaha oo dhan ee jirka. Halista ugu weyn ee gaarista mirirka waa ilmaha, carruurta yar, iyo haweenka uurka. Saynisyahanka wuxuu ku xiriiriyay saameynada mirirka maskaxda ee IQ hooseeya ee carruurta. Dadka weyn ee qaba dhibaatooyinka kelyaha iyo dhiig karka waxaa saameyn karta heerar hoose ee mirirka ee ka badan dadka weyn ee caafimaadan. Mirirka waxaa lagu keydiyaa lafaha, oo waxaana lagu siideyn karaa hadhowdii nolosha. Inta lagu jiro uurka, canuga wuxuu ka helaa mirirka lafaha hooyada, taas oo saameyn karto hormarka maskaxda.

ILLAHA MIRIRKA

Mirirka waxaa inta badan laga helaa meelo kala duwan oo deegaankeena oo dhan ah. Iyada oo mirirka marmar laga helo illaheena biyaha iyo **aan jirin leeman adeega mirirka ee ku jiro qalabka biyaha**, mirirka waxaa laga heli karaa guryaha qaarkood iyo dhismooyinka. Portland, mirirka wuxuu galaa biyaha la cabo ee ka imaado daxalka (dhammaanshaha) tuubooyinka guriga qalabyada ee wato mirirka. Qalabyadaan waxaa ku jiro mirirka alxanka ku saleysan ee loo isticmaalo isku dhajinta tuubada maarta – caadi ahaan lagu isticmaalo dhismaha **guryaha ama la tubeeyay inta u dhaxeyso 1970 iyo 1985 – iyo qeybaha maarta iyo qasabadaha.** - iyo qeybaha maarta iyo qasabadaha. Mirirka ku jirta tuubada guriga waxay ku baaba'daa biyaha cabitaanka marka biyaha fariistaan tuubooyinkaas dhoor saacadood, sida habeen dhaxa iyo markaad ka soo laabatid shaqada ama dugsiga.

Gudaha Portland, illaha ugu caadisan ee gaarista mirirka waa riinji mirir ku saleysan, busta guriga, ciida, aqabyada tuudabada. Mirarka waxaa sidoo kale laga helaa sheeyada qoyska kale sida boombalaha, qurxinta iyo digsiga.

Warbixin Muhiim ah ee Ku saabsan Mirirka Guriga
Tuubada iyo Biyahaaga Cabitaanka

Soomaali

TALLAABOOYINKA FUDUD EE LAGU YAREYNAYO GAARISTA CABITAANKA BIYAHA:

1. **Socodsii biyahaaga si aad mirirka uga daadisid**. Haddii biyaha aanan la isticmaalin dhoor saacadood, socodsii qasabad walba 30 ilbiriqsi ilaa 2 daqiiqo ama illaa ay ka qabowdo ka hor inta aan la cabin ama lagu karin.

2. **U isticmaal biyo qabow, oo cusub cunto karinta, iyo u diyaarinta caanaha ilmaha.** Haku karin ama ha cabin biyaha qasabada kulul; mirirka si sahlan ayuu u galaa biyaha kulul. Haka isticmaalin biyaha qasabahada kulul si aad ugu sameysid caanaha ilmaha.

3. **Ha karkarin biyaha si aad uga saartid mirirka.** Biyo karkarinta ma yareyneyso mirirka.

4. **Tixgeli isticmaalka fiiltarka.** Hubi haddii ay yareyso mirirka – ma ahan in dhammaan fiiltarada ay sameeyaan. Iska hubi in aad joogteysid iyo badeshid qalabka fiiltarka sida waafaqsan tilmaamaha warshada si loo illaaliyo tayada biyaha. Kala xiriir Caalamiga NSF ee **800-NSF-8010** or **www.nsf.org** warbixin dheeraad ah ee heerarka waxqabadka ee fiiltarada biyaha.

5. **Ka tijaabi canugaaga mirirka**. Weydii dhaqtarkaaga ama soo wac **Qadka mirirka** si aad u ogaatid sida looga tijaabiyo canugaaga mirirka. Baaritaanka dhiiga ee heerka mirirka waa wadada kaliya lagu ogaanayo haddii canugaaga ay gaartay mirirka.

6. **Ka tijaabi biyahaaga mirir.** Kala xiriir **Qadka mirirka** www.leadline.org ama **503-988-4000** si aad u ogaatid sida loo helo tijaabada biyaha mirirka oo **BILAASH** ah.

7. **Si joogta ah u nadiifi afka qasabada.** Qeybaha wata mirirka ee ka imaado alxanka ama tuubooyinka guriga waxay ku xirmi karaan afka qasabadaada. Nadiifinta joogtada ah ee dhoor bilood ee walba ayaa ka saari karo qeybahaan iyo yareeyo gaarista mirirka.

8. **Tixgeli iibsashada qalabyada mirirka-hooseeya.** Laga bilaabo 2014, dhamaan tuubooyinka,Qalabaynta iyo Agabka waa inay ka koobnaadaan wax kayar 0.25% oo daxal ah. Goortii aad iibsaneysid qalabyo cusub, isticmaalayaasha waa in ay raadiyaan kuwa leh mirirka ugu yar.

Labo jeer sanadkasta ayuu xafiiska Biyaha ee Portland kormeerayaa Daxalka iyo naxaasta kujirta tuubooyinka biyaha in kabadan 100 guri. Kuwaasi oo ah guryaha tuubooyinkooda lagu ogaa inay leeyihiin daxalka ayna ubadantahay in biyahooda daxal kujiro.Natiijooyinka tijaabooyinkii daxalka kujira biyaha lagasoo bilaabo xilliga dayrta 2017 waxay ahaayeen 17 qaybood halkii bilyan ba, ayadoo latiigsanaayo 15 qaybood in lagusoo koobo halkii bilyan ba. Sideed iyo toban kamid ah 134- guri ee halista sare biyahooda kujiray daxalka ee heerkiisu ka sareeyo heerkii laga rabay. Natiijooyinkan waxay keensanayaan in ay Laanta Biyaha ee Portland usheegto dadwaynaha ayna qaado tabaalooyin lagu saxaayo.

ILLAALINTA CAAFIMAADKA BULSHADA

Xafiiska Biyaha Portland:

- **Yareysaa** daxalka tuubada mirirka iyada oo la kordhinayo pH ee biyaha. Saxitaanka pH-kaan wuu yareeyay mirirka tuubada biyaha in ka badan kala bar. Portland waxay biloowday haw dheeri ah oo lagu horumarinaayo sidii loo daawayn lahaa sunta.Huromarintani waxaa laysku duba rididoonaa muddo aan ka danbayn g'uga 2022.
- **Ka saaraa** illaha la garanayo ee mirirka ee ka imaanaya nidaamka. Dhammaan xiriirada adeega mirirka ee la garanayo (pigtails) waxaa laga saaray nidaamka 1998.
- **Badeshaa** miitirada balaaran iyo qeybaha mirirka ee u adeego biyaha bulshada halista ku jiro. Wax ka badan toban sanno dhammaan badelada miitarka ma laheyn mirir.

ILLAHA LAGU YAREYNAYO GAARISTAADA

Intaa waxaa dheer yareynta gaarista mirirka ee biyaha cabitaanka, Xafiiska Biyaha Portland waxay taageeraan barnaamijyada si ay u yareeyaan dhammaan illaha gaarista mirirka:

- Aqoon isweedaarsiga ka hortaga sumowga mirirka
- Barnaamijyada yareynayo halisaha ee guryaha u qalma
- Baaritaanka heerka mirika dhiiga carruurnimada oo BILAASH ah
- Qalabyada baaritaanka mirirka biyaha oo BILAASH ah oo macaamiishooda ah

Wixii warbixin dheeraad ah, naga soo wac **503-823-7525**, ama booqo websaydkeena **www.portlandoregon.gov/water**. Wixii warbixin dheeraad ah ee yareynta gaarista mirirka ee agagaarka gurigaaga/dhismaha iyo saameynada caafimaadka ee mirirka, la xiriir **Qadka mirirka** ee **503-988-4000**, booqo websaydkooda ee **www.leadline.**org, booqo websaydka EPA ee **www.epa.gov/lead** ama la xiriir bixiyaha daryeelkaaga caafimaad.

Xafiiska Biyaha Portland
1120 SW Fifth Avenue, Room 600
Portland, OR 97204

Nick Fish, Guddoomiyaha
Michael Stuhr, P.E., Agaasimaha
Xafiiska Biyaha Portland
Adeega Macmiilka: 503-823-7770
Xafiiska Biyaha Portland Qadka:503-823-7525

TTY: 503-823-6868

www.portlandoregon.gov/water

Si loogu caawiyo hubinta helitaan simman oo barnaamijyada Caasimada, adeegyada, iyo howlaha, Caasimada Portland waxay bixineysaa turjumaad, bedel macquul ah oo xeerarka/nidaamyada iyo siinta noocyada kaabayaalka gargaarka/adeegyada/badelka dadka curyaanka ah. Wixii hoy ah, fasiraado iyo turjubaano, cabashooyinka, warbixin dheeraad ah, la xiriir 503-823-7525, isticmaal City TTY 503-823-6868, ama isticmaal Adeega Xiriirka Oregon: 711.