

الأكاديمية العربية الدولية



الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

الأكاديمية العربية الدولية المقررات الجامعية

السلامة والصحة المهنية



د/ الهام رفعت عبد العزيز
مدير عام الادارة العامة للتنمية البينية
استشارى المواد والمخلفات الخطرة
نقطة الاتصال الوطنية للاتفاقية استكهولم(سابقا)

مفاهيم في السلامة

- السلامة والصحة المهنية هي العلم الذي يهتم بالحفاظ على سلامة وصحة الإنسان، وذلك بتوفير بيئات عمل آمنة خالية من مسببات الحوادث أو الإصابات أو الأمراض المهنية.
- تُعرف السلامة أيضا بأنها مجموعة الإجراءات والاحتياجات الوقائية التي تُتخذ أو تُتبع بكفاءة عالية للتخطيط والإشراف والتشغيل والصيانة لضمان سلامة الفرد والاطمئنان على صحته.
- تُعرف السلامة المهنية بحماية العاملين من إصابات ناجمة عن حوادث ذات صلة بالعمل.
- تُعرف الصحة المهنية بخلو العاملين من أمراض بدنية أو نفسية ذات صلة بالعمل.
- تعرف البيئة الآمنة ببيئة عمل تتمتع بالشروط الضرورية لتوفير السلامة والصحة للعاملين.

إصابات العمل والأمراض المهنية:

- إن توفير بيئة عمل آمنة وخالية من المخاطر في المنشأة الصناعية ورفع مستوى كفاءة ووسائل الوقاية سيؤدي بلا شك إلى الحد من الإصابات والأمراض المهنية وحماية العاملين من الحوادث ومن ثم خفض عدد ساعات العمل المفقودة نتيجة الغياب بسبب المرض أو الإصابة، وكذلك الحد من تكاليف العلاج والتأهيل والتعويض عن الأمراض والإصابات المهنية مما سينعكس على تحسين وزيادة مستوى العمل ودفع القوة الاقتصادية للدولة.

مفهوم الحادث:

- يمكن تعريف الحادث بأنه حدث مفاجئ يقع أثناء العمل وبسببه ، وقد يؤدي الحادث إلى أضرار وتلفيات بالمنشأة الصناعية دون إصابة أحد من العاملين. أو قد يؤدي إلى إصابة عامل أو أكثر بالإضافة إلى تلفيات المنشأة ذاتها.

أهمية السلامة المهنية

- التأثير المباشر للحوادث على أداء الفرد وإنتاجيته، حيث تؤدي إلى تعطيله عن العمل، بالإضافة إلى احتمال إصابته بعجز دائم أو الوفاة.
- تأثير الحوادث والإصابات على رضا العاملين، وعلى قدرة المنشأة الصناعية على الاحتفاظ بعناصر مؤهلة.
- تؤثر الحوادث في إنتاجية وأداء المنشآت الصناعية بشكل عام، إذ تشكل الخسائر الناجمة عن الحوادث والإصابات مصدرا مهما لتقليل الإنتاجية والأداء.
- تؤثر الخسائر على المجتمع والاقتصاد عموما، فهي تسبب إهدارا للموارد البشرية والمادية، وتولد أعباء على الأنظمة الصحية.

مهام السلامة والصحة المهنية

المهام التي تؤديها السلامة والصحة المهنية يمكن تلخيصها بما يلي:

- (١) إدارة برنامج السلامة من حيث تحديد الميزانية المخصصة، وأهداف البرنامج وتقديم خدمات الوقاية والعلاج، والتنسيق بينها وبين الأنشطة الإنتاجية والتشغيلية المختلفة وتدريب العاملين المتخصصين، وقياس إنتاجيتهم.
- (٢) تحليل وقياس المتغيرات الأساسية والمؤثرة في درجات السلامة ومعدلات الحوادث وتحديد مصادرها الداخلية والخارجية من البيئة المحيطة.
- (٣) قياس النتائج الملموسة والغير ملموسة والتوعية لبرامج السلامة والصحة المهنية والحوادث بأنواعها.
- (٤) الاختيار الدقيق للالات واجهزة السلامة والصحة المهنية والتعرف على طرق القياس والتشغيل وصيانتها وضمان إستمراريتها.
- (٥) تحديد نوعية المواد الكيميائية الخطرة التي يتم استيرادها وتداولها والتعرف على كمياتها وكل بياناتها ومخاطرها، حتى يتم وضع المقاييس اللازمة للمحافظة على امن وسلامة بيئة العمل وإلزام العاملين بها.
- (٦) دراسة أسباب ومصادر الحوادث، والوقوف على مهام كل الاقسام الصناعية (مراحل تفريغ الحاويات، والإلتزام بالإرشادات الفنية المطلوبة.

تابع

- (٧) دراسة أثر العمليات الصناعية وتداول المواد الخطرة بأنواعها (مواد سامة - مشعة - متفجرات ..) وعلاقتهم بمعدلات الحوادث.
- (٨) مساندة الإدارة العليا لوظائف السلامة والصحة المهنية أمر أساسي للإلزام القوى العاملة لتنفيذ برامج السلامة ومتابعتها، وتوفير الإمكانيات اللازمة بصفة دائمة.
- (٩) إحتفاظ إدارة السلامة بالمعلومات اللازمة وبإسلوب علمي سليم.
- (١٠) إتخاذ القرارات المانعة والمصححة بشكل تكاملي وبإسلوب اقتصادي وإنساني يراعي قيمة العنصر البشري والمادى في محيط العمل.
- (١١) الربط بين أساليب السلامة والصحة المهنية ونظم إدارة الجودة والخدمات والعمليات التكنولوجية المطبقة.

فوائد تطبيق السلامة والصحة المهنية

فوائد مباشرة مثل :

- من خلال تعرف العامل على الخطر الكامن في العمل وسبل تلافيه يؤدي إلى:
- تقليل إصابات العمل والأمراض المهنية للعمال.
- ندرة الحوادث والكوارث الناتجة عن العمل في المنشأة الصناعية.

فوائد غير مباشرة مثل :

- بتقليل الإصابات والحوادث نحافظ على الأيدي العاملة الماهرة مما يؤدي لزيادة الإنتاجية وبالتالي نحصل على اقتصاد رابح.
- عند مقارنة المبلغ المصروف على السلامة والصحة المهنية في المنشآت الصناعية مع المبلغ الممكن صرفه في حال حدوث الإصابات نجد أن معدل التوفير مرتفع.
- بتقليل الحوادث سنحافظ على المنشآت الصناعية ونقل التكلفة .

الخسائر والأضرار المترتبة على الحوادث والإصابات

- على مستوى المنشأة الصناعية
 - مجموعة التكاليف المباشرة لحوادث العمل.
 - مجموعة التكاليف غير المباشرة.
 - الآثار الاجتماعية والنفسية لحوادث وإصابات العمل على مستوى الدولة.
- الأفراد المصابون ينقطعون عن أعمالهم لحين الانتهاء من علاجهم.
- يخسر المجتمع تلك الأيام المفقودة والتي ضاعت دونما إنتاج.

مخاطر بيئة العمل

● من الأخطاء التي يعتقد بعض العاملين بالمنشآت الصناعية على حد سواء بأن مخاطر العمل بالمخاطر الميكانيكية (الات الرفع ...) ومخاطر التوصيلات الكهربائية وغيرها من المخاطر الظاهرة للعيان لكن في الواقع فإن مخاطر بيئة العمل كثيرة ومتشعبة والمخاطر التي لا ترى بالعين قد تكون أخطر لكونها تحتاج إلى خبرة لكشفها والسيطرة عليها والتي تكون معظم الإصابات نتيجة لها ، لذا من المهم بـمكان: فهم طبيعة المخاطر وإدراكها وتصنيفها مما يسهل علينا عملية مراجعة الأخطار الموجودة في بيئة العمل ورصدها وتقييمها واختيار الطريقة المناسبة للسيطرة عليها وحماية العمال والمنشأة من تأثيراتها السلبية .

كيف تتعرف على مخاطر العمل

- التعرف على مخاطر العمل هي من أصعب المهام في أي برنامج للسلامة ، فقد يكون للمنشأة الصناعية إجراءات ممتازة للسلامة ولكن ما دام العاملين غير قادرين على التعرف على المخاطر وسبل الوقاية منها فإن هذا البرنامج لن يجد النجاح وكذلك التدريب على السلامة ،إذا اقتصر على التعريف بقواعد السلامة ولم يغطي أساليب البحث الفعالة في التعرف على المخاطر وسبل الوقاية منها يبقى قاصرا ولا يحقق أهدافه.
- هناك العديد من الطرق للتعرف على المخاطر منها ما هو سهل والأخرى تحتاج الى الخبرة وبالتالي يمكن أن تكون في غاية الصعوبة . :
- التدريب على قواعد وإجراءات السلامة يعتبر بداية جيدة كما أن إدراك الفرد للأوضاع غير الآمنة المحتملة. يؤدي إلى تفادي نشوءها وتعتبر الوقاية هي الأسلوب الأمثل، ويفترض أن يتضمن التدريب، التدريب على الخبرات المؤسسية السابقة (الأحداث والحوادث السابقة) لفهم ماذا ولماذا يتوجب عليهم عدم القيام ببعض الأعمال (لخطورتها) كما أن الخبرة في أداء العمل مهمة ولكن الحصول على هذه الخبرة يحتوي على العديد من المخاطر وعادة ما يرافق عملية التعلم الوقوع في الأخطاء أو الحوادث أو مشاهدة وقوع حادث

تعريف

تحليل وإدارة المخاطر المحتملة (احتمالات الخطورة):

هو كافة الأنشطة المطلوبة للوصول إلى قرار بشأن منع أو تقليل (خفض) معدلات الخطورة المرتبطة بنشاط اقتصادي معين.

تقييم المخاطر المحتملة:

هو العمل على معرفة خصائص وصفات الآثار الضارة التي من المحتمل أن يتعرض لها الإنسان نتيجة تعرضه مهنيًا أو بيئيًا إلى المخاطر والعوامل المختلفة.

مكونات عملية تقييم المخاطر المحتملة

١. التعرف على مصادر الخطر.
٢. تحديد الجرعة (التركيز) وعلاقتها بالتأثير (الاستجابة) المتوقع وذلك من خلال دراسة صفات التعرض وأحواله وربطه بتأثيراته المحتملة على الإنسان المعرض.
٣. تقييم التعرض كمياً وكيفاً وذلك عن طريق معرفة طبيعة وشكل وتركيز ومستوى التعرض على مدى زمني.
٤. خصائص وصفات وأحوال الخطورة، عن طريق الربط بين المكونات الثلاث السابقة في منظومة واحدة.

أهمية تحليل وإدارة المخاطر المحتملة:

١. تغطي كافة المخاطر المحتملة في العمليات أو الخطوات التي يشملها النظام الاقتصادي.
٢. تحدد الأولويات التي ينبغي اتباعها عند إصلاح أو صيانة نظم التشغيل.
٣. تساهم في رفع درجة الوعي بالمخاطر المحتمل تواجدها لدى الإدارة والعاملين.
٤. على المدى الطويل تساعد على خلق قاعدة ثابتة لإدارة وتدير أمور السلامة والصحة المهنية.

أهداف تحليل وإدارة المخاطر المحتملة

يمكننا تحقيق هدفين رئيسيين وهما:

١. وقف أو منع حدوث إصابات أو أمراض قبل وقوعها.
٢. إبعاد المخاطر والتعرضات التي يمكن أن تسفر عن حدوث أضرار صحية أو بيئية، أو على الأقل العمل على تحقيقها لأقل مدى ممكن مما يقلل من الإصابات أو حدة الأمراض المحتمل حدوثها.

الوسائل (الطرق) المتبعة

(١) قوائم السلامة:

هي عبارة عن قوائم بالاحتياجات والمستلزمات، أو الأسئلة والإجابات المتعلقة بخطوات وعملية التشغيل في نشاط اقتصادي معين. يمكن استعمال هذه القوائم لمراجعة أو رصد أو التفتيش على جانب أو عدة جوانب من عمليات التشغيل.

الهدف منها:

ضمان وجود جوانب (أركان) رئيسية لمنظومة السلامة المهنية والبيئية وذلك لمناقشة التفاصيل والنواحي المرتبطة بوضع خطة سلامة المنشأة أو النشاط محل الدراسة.

مثال: نموذج لقوائم السلامة المتعلقة بمراجعة المخاطر المحتملة للمواد الخطرة:

المخاطر المحتملة	خطورة التعرض لهذه المخاطر	خطوات لمنع أو خفض الخطورة
■ مواد كيميائية. ■ مواد بيولوجية (حيوية). ■ مواد ملتهبة (قابلة للاشتعال). ■ مواد قابلة للانفجار. ■ أخرى.....	خطورة متوسطة خطورة شديدة خطورة شديدة خطورة فائقة	١. التخزين السليم ٢. استعمال مهمات الوقاية المناسبة ٣. توافر معدات مكافحة الحرائق المناسبة. ٤. توافر أجهزة الطوارئ المناسبة.

تحليل "ماذا..... لو؟":

تهدف هذه الوسيلة إلى تحديد الأمور والأحوال التي يمكن أن تسوء مع اقتراح أساليب الضبط والسيطرة الملائمة.

وفيما يلي نموذج توصيف لبعض تعليمات السلامة العامة المستخدمة عند التعامل مع مادة الكلور:

التوصيات	المضاعفات	ماذا - لو؟
١. عزل منطقة التسرب في الحال لدائرة قطرها ١٠٠ - ٢٠٠ متر. ٢. إبعاد كافة غير المتخصصين عن موقع التسرب. ٣. التحرك عكس اتجاه الرياح. ٤. الابتعاد عن المناطق المغلقة والعمل على تهويتها.	شديدة	حدث تسرب من غاز الكلور
١. استخدام مياه فقط لإطفاء الحريق. العمل على عدم دخول المياه داخل الحاويات. ٢. رفع الحاويات التي أصيبت من مكان الحادث بواسطة عمال مدربين ومجهزين. ٣. تبريد الحاويات باستمرار حتى بعد انتهاء الحريق. ٤. عدم توجيه المياه تجاه نقطة التسرب بحيث لا يتكون ثلج. ٥. في حالة سماع أصوات من أجهزة الأمان لابد من الابتعاد فوراً.	شديدة	حدوث حريق

احتياجات (مستلزمات) إدارة المخاطر

المحتملة

- تحتاج إدارة المخاطر المحتملة في بيئة العمل بأي نشاط اقتصادي إلى عدد من المعلومات والمعارف أهمها ما يأتي:
 - المخاطر الصحية ومضاعفاتها على أن تكون محددة وموضوعة حسب أولويات الحدوث أو الخطر طبقاً لطرق التقييم / التحليل الموضوعية.
 - الاحتياجات التشريعية والقواعد المنظمة.
 - الجدوى التكنولوجية ممثلة في تكنولوجيا الضبط والسيطرة المتوفرة.
 - النواحي الاقتصادية: تكلفة التصميم والتنفيذ والتشغيل والصيانة.
 - الموارد البشرية المتوفرة ونوعياتها.
 - النواحي الاجتماعية والصحية العامة.

- اختيار استراتيجيات السيطرة على العيوب والمآخذ والمضاعفات.
- تهيئة وتكوين أهداف للضبط والسيطرة.
- العمل على وضع مبادئ بالأولويات العملية والتطبيقية فيما يتعلق بأحوال الخطورة وعلاقاتها بالأمور العامة والصحية والاجتماعية السائدة.
- تحديد الموارد المادية والتمويلية.
- تصميم آليات الضبط والسيطرة.
- تطبيق آليات الضبط والسيطرة بما فيها توافر عناصر التشغيل المثالية وتوافر الصيانة الدورية والطارئة.
- إنشاء وتطبيق برنامج للوقاية من المخاطر وتطبيق قواعد الضبط والسيطرة.

مخاطر العمل

الهندسية	الفيزيائية	الكيميائية	البيولوجية	العنصر البشري
الميكانيكية	الحرارة	طرق التعامل مع المواد الكيميائية المستخدمة ونواتجها	الفيروسات والجراثيم التي تنتقل بالعدوى من المرضى أو من الطعام أو من المكان الملوث	الخبرة
الكهربائية	البرودة			الاهمال
مواقع العمل	الاضاءة			
التنظيم	الضجيج			الحالة الصحية والنفسية
التخزين	الاهتزاز			
توزيع الآلات	الضغط الجوي			التعب
	الرطوبة			
السلام	التهوية			السن
	الاشعاعات			

نظام تصنيف الكيماويات الخطرة على أساس نوع المادة ودرجة خطورتها

يوضح الجدول التالي بعض الأمثلة عن المواد الخطرة والمجالات المستخدمة بها مع بيان نوع المواد الخطرة ودرجة خطورتها ومصادر تولدها

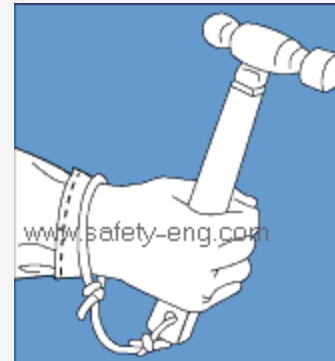
نوع المواد	أوجه الخطورة	مجال الاستخدام
الأحماض والقلويات غير العضوية	آكلة + تحتوي على مواد سامة	طلاء المعادن وصناعات المعادن
المعادن الثقيلة المترسبة تحتوي على معادن سامة مثل: الزرنيخ - الكاديوم - الكروم سداسي التكافؤ - الرصاص - الزئبق - النيكل - الزنك - النحاس.	معادن سامة	إنتاج الكلور - صبغات معالجة الأخشاب - صناعة البطاريات - صناعة النسيج - طلاء المعادن - دباغة الجلود.
مخلفات الاسبتوس - الأتربة - الألياف	استنشاق الأتربة والألياف قد يؤدي إلى الإصابة بالسرطان	محطات توليد القوى - أحواض وترسانات السفن - المستشفيات - صناعة إجلال وتجديد عربات السكك الحديدية
رواسب تحتوي على الرصاص	معدن سام	تصنيع الزيوت المعدنية وتخزينها واستخدامها في التشحيم والرواسب المتجمعة داخل الخزانات التي تحتوي على رصاص

أنواع العدة :

- ١- يدوية
- ٢- كهربائية

بعض العدد يدوية :

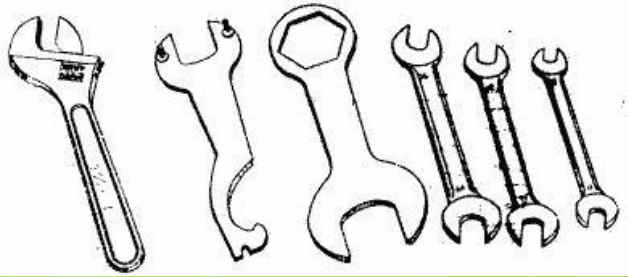
- ١- **المطرقة** : استخدام المطرقة المناسبة للعمل من حيث الحجم والوزن من نوع النصاب المناسب لها



- ٢- **المفك** : استخدام مفكات بمقابض صلبة ومتينة وأن تكون معزولة عند استخدامها في التوصيلات الكهربائية وأن تكون ذات قياس مناسب لمكان العمل وشكل مناسب للبرغي . وأن تكون الأيدي نظيفة من الزيوت والشح

٤- **المبرد** : استخدام نوع المبرد المناسب ذو يد ملساء متينة

٤- **مفاتيح الربط** : استخدام مفاتيح مناسبة خالية من العيوب.

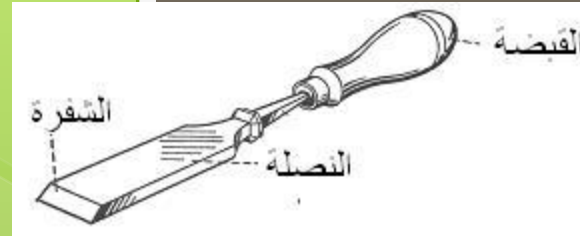
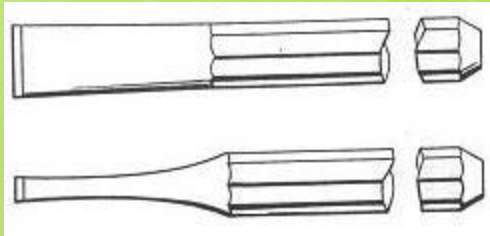


يجب أن يكون الشد باتجاه العامل وأن تكون الفتحة باتجاه الشد وعدم زيادة طول الذراع باستخدام بوري إضافي بل استبدال المفتاح بأخر أطول

٥- **أدوات النزع والتثبيت** (بانسة - نزاعة مسامير - بانسة لقط):

استخدام أدوات بمقابض صلبة ومتينة وأن تكون معزولة عند استخدامها في التوصيلات الكهربائية وأن تكون ذات قياس مناسب لمكان العمل والقطعة مراد نزعها أو تثبيتها . وأن تكون الأيدي نظيفة من الزيوت والشحوم

- ٦- **المقطع (الأزميل) (chisel)** عدم استخدام أزاميل تالفة أو ذات نوعية رديئة مما يؤدي لتطاير شظايا قد تؤدي للإصابة أو حدوث شرر قد يسبب الحريق
- صيانة الشفرة بشكل مستمر والانتباه أثناء التعامل معها لمنع الجروح



- ٧- **الشوكة (السنبك)** : رأسه الدقيق قد يؤدي إلى إصابة العامل أثناء العمل أو نتيجة لسقوطه عند وضعه في مكان غير مناسب أو عند الإهمال في مناولته بين العمال



ب- مخاطر الآلات

الوقاية :

تتوقف الوقاية من حوادث الآلات على :

- الصيانة الدائمة والمستمرة للآلات وبقائها في وضع جاهز دوماً
- مراعاة تعليمات وإرشادات التشغيل الخاصة بكل آلة
- تأهيل العمال بشكل جيد فنياً وعلى الطريقة الصحيحة للتشغيل
- عدم تعطيل وسائل التحكم والأمان الموجودة على الآلة
- ارتداء أدوات الوقاية المناسبة
- عدم تبديل المشغولات إلا بعد توقف الآلة عن الدوران وفصل الحركة
- التنسيق بين العمال للآلات التي تعمل بالتتابع

قواعد وتعليمات السلامة المهنية:

- أ-
- قبل التشغيل :
- ١- ارتداء الملابس المناسبة بحيث لا تكون أطرافها سائبة ونزع كل قطعة متدلّية.
 - ٢- ارتداء أدوات الوقاية الشخصية المناسبة (نظارات – قفازات – واقيات سمع - ...)
 - ٣- التأكد من سلامة عمل الآلة وأجهزة الأمان فيها
 - ٤- التأكد من وضع الإضاءة وخاصة الذاتية للآلة
 - ٥- وضع العدة اللازمة للعمل في المكان المخصص لها بحيث يسهل تناولها بعيداً عن الأجزاء المتحركة للآلة
 - ٦- أدر الآلة وتأكد من سلامتها قبل التحميل
 - ٧- معايرة ساعات الآلة (زيت – حرارة – كهرباء)
- ب-
- أثناء التشغيل :
- ١- التأكد من عمل أجهزة القياس تعمل بشكل جيد (ضغط – حرارة – زيت – كهرباء ...)
 - ٢- ثبت القطع والمشغولات بشكل جيد
 - ٣- لا تحاول إيقاف أي جزء متحرك من الآلة أو تناول المشغولات أثناء عمل الآلة
 - ٤- الوقوف على بعد مناسب من الآلة وعدم التحدث مع الآخرين ولا تترك الآلة دون مراقبة
 - ٥- أوقف الآلة فوراً عند سماع صوت غريب أو حدوث عطل مفاجئ وأبلغ المشرف
 - ٦- عند إجراء عمليات القياس والضبط أو الصيانة جزئية أثناء دوران الآلة
 - ٧- عدم رفع أو تعطيل تجهيزات الأمان

ج- عند الانتهاء من العمل :

- ١- افصل التغذية عن الآلة ولا تغادر الآلة قبل توقفها عن العمل نهائياً
- ٢- انزع المشغولات والأدوات عن الآلة ونقلها للمكان المخصص بعيداً عن الآلة والطرق
- ٣- تنظيف الآلة وما حولها من مخلفات العملية الإنتاجية
- ٣- وضع إشارة تحذير للوردية التالية في حال وجود عطل

ت - مخاطر المواد المضغوطة

قد تؤدي أنابيب المواد المضغوطة مثل أنابيب الغاز أو ضواغط الهواء إلى خطر كبير من جراء انفجارها لذلك :

- بالنسبة لأنابيب المواد المضغوطة :

- ١- حفظها في أماكن بعيدة عن تواجد العمال وفي حال استخدامها في العمل مد أنابيب توصيل تتحمل هذا الضغط
- ٢- حفظها بعيداً عن مصادر الحرارة مثل الشمس والأفران
- ٣- إجراء كشف دوري لها للتأكد من عدم تصدعها

- بالنسبة للضواغط :

- ١- وضعها في غرفة مستقلة خارج المنشأة
- ٢- تمديد أنابيب تتحمل الضغط لموقع العمل
- ٣- إجراء صيانة دورية لساعات الضغط

اشتراطات السلامة والأمان بالورش الميكانيكية

أولاً : عند تصميم الورشة

- يجب أن تكون كافة عناصر إنشاء الورشة من مواد غير قابلة للأشتعال.
- يجب أن تصب الأرضية بالخرسانة لمنع تشربها بالمواد البترولية والزيوت.
- يجب أن تكون كافة التوصيلات الكهربائية مأمونة .
- تزود الورشة بقاطع تيار لفصل التيار الكهربائي بعد انتهاء العمل اليومي أو عند الطوارئ.
- تزود الورشة بمورد مائي وحوض غسيل ونظام مناسب للصرف .

ثانياً: أثناء العمل بالورشة

- يحظر عمل أي توصيلات كهربائية إضافية إلا بمعرفة الفني المختص مهما كانت الاسباب.
- يخصص مكان مناسب بكل ورشة يجهز بدواليب معدنية لحفظ ملابس العاملين.
- يخصص مكان مناسب لحفظ العدد اليدوية مع الالتزام بالنظام في حفظها وأعادتها بعد الاستخدام.
- يجب توفير مساحات خالية حول المعدات الجاري إصلاحها أو صيانتها لا تقل عن متر من كل جانب.
- يحظر حفظ مواد بترولية داخل الورشة.
- يحظر استخدام المواد البترولية أو الكيروسين أو التتر.... الخ في غسل الايدي.
- يزود العمال بمهمات الوقاية المناسبة لكل عمل داخل الورشة.
- تختبر آلات الرفع التي تستخدم بالورشة بصفة دورية منتظمة بمعرفة مسئولين مختصين.
- تزود الآلات بالتجهيزات الوقائية المناسبة لكل منها لمنع الأخطار الناجمة عن استخدامها.
- يحظر التدخين داخل الورشة وتعلق لافتة بذلك.
- يعنى بنظافة الأرضيات وخلوها تماماً من المخلفات والعوائق وعدم ترك الأسطبة على الارض.
- يتم توفير أجهزة الإطفاء بالسعات والأنواع والأعداد المناسبة لحجم كل ورشة.

اشتراطات السلامة والأمان بورش الطلاء والدوكو (صباغة السيارات)

أولاً : عند تصميم الورشة

- ١- تتشأ كافة عناصر الورشة من مواد غير قابلة للأشتعال .
- ٢- يجب أن تتسع ورشة دهان السيارات لأكبر سيارة نقل على أن يكون حولها فراغ لا يقل عن متر من كل جانب .
- ٣- تزود الورشة بمراوح شافطة لسحب الغازات ويفضل استخدام التهوية الموضعية بالقرب من مصادر رش الدوكو .
- ٤- يجب توافر فتحات الإضاءة الطبيعية للورشة على ألا تقل مساحتها عن (سدس) مساحة الورشة .
- ٥- يجب توافر مورد مائي وصرف صحي بالورشة لصرف المواد المتخلقة .
- ٦- يجب توافر أماكن النظافة الشخصية للعاملين بالورشة .
- ٧- مطابقة كافة التوصيلات والتركيبات الكهربائية للأصول الفنية المأمونة .
- ٨- تذود الورشة بقاطع تيار لفصل التيار الكهربائي بعد انتهاء العمل اليومي أو عند الطوارئ .

اشتراطات السلامة والأمان بورش الطلاء والدوكو (صباغة السيارات)

ثانياً : أثناء العمل بالورشة

- ١- يزود العمال بالكمامات المناسبة لوقاية الجهاز التنفسي من الأبخرة والغازات .
- ٢- تدريب العمال على استخدام مهمات الوقاية الشخصية وحفظها بطريقة سليمة (كمامات- جوانتيات- مرايل) .
- ٣- ضرورة إجراء الفص الطبي الابتدائي والدوري واستبعاد المصابين بأمراض حساسية بالجلد والصدر .
- ٤- حظر تخزين كميات من صفائح الزيوت أو الدهانات أو التتر بالورشة تزيد عن حاجة العمل اليومي .
- ٥- حظر إلقاء الأسطبة الملوثة بزيوت الدهانات بالورشة .
- ٦- الحفاظ على كافة التوصيلات والتركيبات الكهربائية في حالة سليمة ومأمونة .
- ٧- توعية العاملين بمخاطر العمل وتبصيرهم بطرق الوقاية منها .
- ٨- تختبر آلات الرفع المستخدمة بالورشة بصفة دورية منتظمة بواسطة مسئولين مختصين .
- ٩- توفير وسائل المكافحة الأولية للحريق (المطفآت) وتدريب العاملين على استخدامها .
- ١٠- توفير وسائل الإسعافات الأولية وتدريب أحد العاملين على القيام بالإسعاف الأولى للمصابين .
- ١١- يحظر التدخين داخل الورشة وتعلق لافتة بذلك .
- ١٢- يجب الاهتمام بنظافة الأرضيات بصفة مستمرة والتأكد من خلوها تماماً من جميع المخلفات وعدم ترك الأسطبة على الأرض سواء كانت نظيفة أو ملوثة

اشتراطات السلامة والآمان بورش شحن البطاريات

أولاً: عند تصميم الورشة

- يجب أن تكون كافة عناصر الورشة من مواد غير قابلة للاشتعال .
- يراعى توافر فتحات التهوية الطبيعية الكافية . على ألا تقل مساحتها عن (سدس) مساحة الورشة .
- جب توافر فتحات الإضاءة الطبيعية المناسبة .
- مطابقة كافة التوصيلات والتركيبات الكهربائية للأصول الفنية المأمونة .
- ينشأ مدرج من مواد غير قابلة للاحتراق لوضع البطاريات .
- تزود الورشة بقاطع للتيار الكهربائي لفصل التيار بعد انتهاء العمل اليومي أو عند الطوارئ .

ثانياً : أثناء العمل بالورشة

- يثبت جهاز الشحن فى مكان مناسب بعيداً عن حركة العمال .
- الحفاظ على كافة التوصيلات والتركيبات الكهربائية فى حالة سليمة ومأمونة .
- يجب عدم تخزين أحماض داخل الورشة تزيد عن حاجة العمل اليومي .
- يحفظ الحامض داخل وعاء زجاجي (جمدانة) توضع بدورها داخل حوض من البناء يفرش قاعه بالرمل الناعم .
- توفير مهمات الوقاية الشخصية للعمال مثل الجوانتيات ضد الأحماض وغيرها .
- تزويد الورشة بأجهزة الإطفاء من نوع ثاني اكسد الكربون .
- توفير وسائل الإسعافات الأولية .

اشتراطات السلامة والأمان بورش الديزل

أولاً: عند التصميم

- تنشأ كافة عناصر الورشة من مواد غير قابلة للشتعال.
- تنشأ الأرضية من بلاطة خرسانية.
- يجب أن لا تقل مساحات فتحات التهوية الطبيعية عن (سدس) مساحة الورشة، وتوفير التهوية الصناعية اذا لزم الامر.
- تزود الورشة بمورد مائي وحوض غسيل ووسائل صرف.
- يراعى مطابقة كافة التركيبات والتوصيلات الكهربائية للأصول الفنية السليمة والمأمون.
- يراعى ترك فراغ لا يقل عن متر من كل جانب بالنسبة للسيارات أو الجرارات أو المعدات التي يتم إصلاحها أو صيانتها بالورشة.
- تزود الورشة بقاطع للتيار الكهربائي لفصل التيار الكهربى بعد انتهاء العمل اليومى أو عند الطوارئ.

ثانياً: أثناء العمل بالورشة

- القيام بأعمال النظافة الوقائية وعدم ترك اسطبات ملوثة بالأرضية وحفظها داخل براميل ويتم التخلص منها يومياً.
- يحظر تخزين اى مواد بترولية بالورشة.
- يحظر استخدام المواد البترولية كالبزين أو الكيروسين فى غسيل الأيدي بل تستعمل المواد المنظفة الصحية المأمونة.
- يراعى الحفاظ على كافة التركيبات والتوصيلات الكهربائية فى حالة سليمة ومأمونة .

٣- المخاطر الناتجة عن أعمال الهدم والحفر والبناء والإنشاءات الهندسية المدنية

- يقصد **بأعمال الحفر** : جميع الأعمال التي يتم فيها حفر الأساس والخنادق والأنفاق وغيرها .
- **أعمال الهدم** : هي جميع أعمال إزالة الأبنية والإنشاءات المدنية بمختلف أنواعها .
- **أعمال البناء** : تعنى عمليات إنشاء البنايات أو ترميمها أو صيانتها أو الطلاء وتجديد الزخرفة والتنظيف الخارجي .
- **أعمال الإنشاءات الهندسية المدنية** : تعنى جميع أعمال إقامة الإنشاءات الحديدية أو الخرسانية المسلحة وتشمل أعمال الطرق ومدارج الطائرات والمواني وأحواض السفن .

إحتياجات السلامة لوقاية العاملين من أخطار أعمال الهدم والحفر والبناء

- ١- عند حفر خندق أو حفرة يجب أن تبدأ عملية الحفر من أعلى إلى أسفل وان تكون الجدران بميل مناسب وتدعيم جوانب الحفر بعوارض خشبية لمنع انهيارها على عمال الحفر وان تجهز ممرات آمنة لعمال رفع الأتربة كما يجب وضع إشارات تحذير على حواف الحفرة للوقاية من خطر السقوط فيها
- ٢- يجب البدء في عمليات الهدم من الأدوار العليا مع اتخاذ اللازم نحو صلب الجدران والأجزاء البارزة من المباني التي يخشى سقوطها .
- ٣- يجب عدم إلقاء أنقاض المباني من أعلى والعمل على إزالتها بواسطة آلات رافعة أو مجارى مائلة محاطة بأسوار كما يجب أحاطه مكان الأنقاض بالأسوار لمنع اقتراب المارة .
- ٤- يجب أن تكون السقالات والمشايات بعرض كاف يسمح بمرور العمال عليها بأمان دون التعرض للسقوط . كما يجب إحاطة هذه السقالات أو المشايات بحواجز جانبية إذا كان ارتفاعها يزيد على (٨) أمتار من مستوى سطح الأرض ، كما يجب تزويد العمال بأحزمة الأمان لوقايتهم من حوادث السقوط .
- ٥- يجب عمل مظلات واقية متينة بعرض كاف وحواجز بارتفاع مناسب تعمل على حماية العاملين أو المارين أسفلها من خطر سقوط الأشياء عليهم .
- ٦- يجب توفير مهمات الوقاية الشخصية المناسبة لوقاية العاملين من مخاطر السقوط أو الانزلاق أو سقوط الأجسام الصلبة عليهم .

- المخاطر الكهربائية

- التمديدات والتجهيزات الكهربائية
- الكهرباء الساكنة

- مخاطر موقع العمل

إن موقع العمل وتوضع وترتيب الآلات فيه يلعب دوراً كبيراً في تخفيف حوادث العمل .
لذا يجب مراعاة ما يلي :

- ١- أن يكون موقع العمل مبني على أرض متينة منعاً للتصدع والانهييار
- ٢- أن تكون شروط الإنارة والتهوية جيدة لتأثيرها الجيد على أداء العمل
- ٣- أن يكون قريباً من مصادر الطاقة (كهرباء - بترول - ماء ...) وقريباً من المواد الأولية
- ٤- ترتيب الآلات داخل الصالات بحيث يراعى التسلسل المنطقي للإنتاج
- ٥- ترك فراغات بين الآلات حسب نوع العمل لتسهيل حركة العمال والمواد الخام والمنتج
- ٦- نظافة وسلامة الممرات والمخارج
- ٧- تسوير مناطق الخطر (السلالم والأدراج - الحفر - ...) والأجزاء المتحركة المكشوفة

تعتبر الكهرباء من أهم مصادر الطاقة والقوى المحركة وتستخدم في معظم أوجه الحياة ولكن على الرغم من الفوائد

-الكثيرة للكهرباء إلا إنها لها بعض المخاطر على الإنسان والمواد إذا لم يتم استخدامها حسب الأصول الفنية السليمة

-وحسب تعليمات السلامة الخاصة بها ، حيث أن أي تهاون في اتخاذ احتياطات الأمان والسلامة الخاصة بالكهرباء

-قد يؤدي إلى حوادث جسيمة للأفراد والمنشآت .

وقبل أن نشير إلى المخاطر الكهربائية يجب أن نعلم أن هناك نوعان من الكهرباء هما :-

١- الكهرباء التيارية (الديناميكية)

وهي التي تنتج عن المولدات الكهربائية والبطاريات بأنواعها المختلفة في صورة تيار كهربائي متغير (متردد

-أو تيار مستمر ، ويسري التيار الكهربائي في مسالك محددة كالأسلاك والكابلات .

٢- الكهرباء الاستاتيكية

وهي التي تنشأ عن احتكاك جسمين غير موصلين للكهرباء أو جسم موصل ،آخر غير موصل ، وتتولد على شكل

-شحنات مختلفة تتجمع على أسطح هذه الأجسام ومن أمثلة المعدات والتجهيزات التي تتولد فيها هذا النوع من

-الكهرباء هي السيور الناقلة للحركة والسيور المتحركة والخلطات الكهربائية في مجالات صناعة البويات

-وأحبار الطباعة وحركة بعض السوائل داخل المواسير وأثناء الشحن والتفريغ للمواد البترولية واحتكاك

بعض

-أنواع الملابس المصنوعة من الخيوط الصناعية بجسم الإنسان

تنقسم المخاطر الكهربائية حسب تأثيرها إلى قسمين أساسيين:

١- مخاطر تؤثر على الإنسان :

نتيجة ملامسته لأجزاء حاملة للتيار الكهربائي أثناء وقوفه فوق الأرض أو ملامسته لبعض أجزاء من مبنى وحينئذ يكمل الدائرة الكهربائية ويسرى فيه التيار الكهربائي وينتج عن ذلك ما يلي :

أ- صدمات كهربائية : قد تؤدي للوفاة وتختلف شدة الصدمة التي يتعرض لها الإنسان علي عدة عوامل منها:

- شدة ونوع التيار المار بالجسم (فالتيار المستمر أقل تأثيراً من التيار المتغير).
- مدة سريان التيار في الجسم ، فكلما زادت مدة سريان التيار في الجسم زاد تأثيره الضار .
- العضو الذي يسرى فيه التيار فالجهاز العصبي والقلب أكثر الأعضاء تأثراً بالكهرباء .
- حالة الجلد - فالجلد الجاف أكثر مقاومة للإصابة بالكهرباء من الجلد الرطب.
- مدى مقاومة الشخص لتأثير الكهرباء .

ب- حروق : تختلف شدتها من حروق بسيطة تنشأ عن تيارات ضعيفة إلى حروق شديدة تنشأ عن تيارات ذات ضغط عالي والتي تؤدي إلى تدمير لمعظم طبقات الجلد .

ج- انبهار العين : ينتج عن الصدمة الكهربائية فتحدث عتامة في العدسة كنتيجة لدخول أو سريان التيار المباشر - وينتج عن تعرض العين للوميض الكهربائي التهابات كما يحدث لعامل اللحام بالكهرباء .

-مخاطر تؤثر على المنشآت والمواد :

- وفي هذه الحالة قد تحدث انفجارات وحرائق أو تلف بالمعدات بسبب سوء استخدام الكهرباء ولقد دلت الإحصائيات على أن أسباب الحوادث الناجمة عن استعمال الكهرباء
- تتصدر فيما يلي
 - التحميل الزائد ، قصور الدائرة •
 - استعمال معدات أو مهمات كهربائية تالفة •
 - سوء الاستعمال للمعدات والمهمات الكهربائية •
 - لمس أجزاء مكهربة •
 - عدم توصيل الأجهزة والمعدات بالأرضي •

طرق الوقاية من المخاطر الكهربائية

- يجب عند تركيب الأسلاك الكهربائية لأغراض الإنارة أن تكون في مواسير معزولة من الداخل ولا يجوز تركها مكشوفة حتى لا تتسرب إليها الرطوبة أو تؤثر فيها الحرارة وتؤدي إلى قصر كهربائي .

٢- يجب ألا يعقد السلك المدلى لتقصيره أو يدق عليه مسامير لتقريبه من الحوائط ولأغراض التقصير يقطع السلك حسب المقاس المطلوب .

٣- يجب أن تكون الأسلاك والكابلات المستخدمة في التوصيلات الكهربائية مناسبة للتيار المار بها وتوصيل الهياكل المعدنية للأجهزة الكهربائية بالأرض .

٤- يجب عدم تحميل أي مقبس كهربائي زيادة عن حده وعند ملاحظة أي سخونة في المفاتيح أو التوصيلات الكهربائية إبلاغ الكهربائي المختص لعمل اللازم ويجب عدم القيام بأي أعمال توصيلات كهربائية أو إصلاحات إلا بمعرفة المختصين في مجال الكهرباء .

٥- توصيل الأجهزة والمعدات بمجمع ارضي استاتيكي مناسب لتفريغ أي شحنات فور تولدها .

6- يجب أن تكون الأسلاك والكابلات المستخدمة في التوصيلات الكهربائية مناسبة للتيار المار بها وتوصيل الهياكل المعدنية للأجهزة الكهربائية بالأرض .

٧- يجب عدم تحميل أي مقبس كهربائي زيادة عن حده وعند ملاحظة أي سخونة في المفاتيح أو التوصيلات الكهربائية إبلاغ الكهربائي المختص لعمل اللازم ويجب عدم القيام بأي أعمال توصيلات كهربائية أو إصلاحات إلا بمعرفة المختصين في مجال الكهرباء .

٨- عند تركيب أي أجهزة كهربائية كالمحولات أو الموتورات أو المفاتيح الكهربائية أو التابلوهات الكهربائية في أي مكان يجب أن تكون هذه الأجهزة في حالة آمنة كذلك .

٩- يجب منع أي احتمال للمس المفاجئ للموصلات الحاملة للتيار .

١٠- يجب وضع الأجهزة الكهربائية في أقل مساحة ممكنة أو في حجرة خاصة بها، وإذا وضعت في العراء فيجب تسويرها بالحواجز الواقية لمنع الاقتراب منها.

- يجب وضع تعليمات تحذيرية بجانب الأجهزة والموصلات الحاملة للتيار الكهربائي تبين مقدار الفولت المار بهذه الأجهزة خاصة في الأجهزة التي تحمل تيار ذي ضغط عالي • ويجب أن تكون هذه التعليمات واضحة بحيث يسهل قراءتها بسهولة •

١٢- يجب أن يكون القائمين على أعمال الصيانة للأجهزة الكهربائية عمالاً فنيين ويجب أن لا تجرى أية إصلاحات أو تركيبات في الأجهزة الكهربائية إلا بعد التأكد من عدم مرور التيار الكهربائي فيها وتوصيلها بالأرض • ويجب استخدام مهمات الوقاية الشخصية المناسبة •

١٤- يجب إجراء صيانة دورية للأجهزة الكهربائية وعند اكتشاف أي عطب أو أية مخاطر يجرى إصلاح العطب وإزالة أسباب المخاطر فوراً •

١٥- يجب عدم تعريض الأسلاك الكهربائية المغطاة بالمطاط أو البلاستيك للشمس أو الحرارة حتى لا يتلف المطاط إذا تعرض لها لمدة طويلة •

١٦- يجب عدم لصق الأوراق الملونة أو الأشرطة على الأسلاك في الاحتفالات أو بغرض الزينة حتى لا تكون سبباً في التقاط النار من أي شرر يحدث أو نتيجة ملامستها لمصباح ساخن •

١٧- يجب أن يراعى في وضع صناديق الأكباس (المصهرات) ولوحات التوزيع المفاتيح الكهربائية أن تكون خارج الغرف التي تحتوى على أبخرة أو أتربة أو مواد أو غازات قابلة للاشتعال •

١٨- يجب تخصيص صندوق أكباس (مصهرات) لكل مجموعة من التوصيلات وسكين لقطع التيار في الحالات الاضطرارية ويجب استخدام الفاصل الكهربائي الأتوماتيكي (سركت بريكر) وذلك لفصل الكهرباء في حالة حدوث تماس كهربائي .

١٩- يجب أن تكون المفاتيح المستخدمة داخل مخازن المواد الكيميائية من النوع المعزول المميت للشرر المخصص لهذا الغرض .

٢٠- يجب قطع التيار الكهربائي عن جميع المنشآت في حالة إخلائها كالورش والمخازن بعد انتهاء الدوام وعند مغادرة المنزل لمدة طويلة كالسفر مثلاً يجب فصل التيار الكهربائي عن المنزل .

٢١- يمنع منعاً باتاً ربط أو تثبيت (الدوايات) أو المفاتيح الكهربائية في الحوائط والأسقف أو أي مادة موصلة للتيار مباشرة لان هناك احتمال قوى دائماً أن تكون الأسلاك الموجودة خلف هذه الدوايات أو المفاتيح غير معزولة جيد فتتعرض للرطوبة وينجم عنها ماس كهربائي وبالتالي يتسبب في حدوث حريق .

مايجب عمله بعد معرفة الأخطار الموجودة

التقييم Evaluation :

* بعد التعرف على المخاطر الموجودة فى بيئة العمل يتم تقييم هذه المخاطر وتحديد مدى درجة خطورتها على صحة العاملين نتيجة التعرض لها.

* يتم كذلك تقييم وسائل التحكم الموجودة فعليا وهل هى كافية أم لا.

- السيطرة Control :

يتم إتباع نظام هرم السيطرة بالترتيب التنازلى وذلك للتحكم والسيطرة على هذه المخاطر وذلك بالترتيب الآتى:

- | | | |
|-------------------------------|------------------------|----|
| الإزالة | Elimination | ١- |
| التعويض | Substitution | ٢- |
| العزل | Isolation | ٣- |
| التحكم الهندسى | Engineering Control | ٤- |
| التحكم الإدارى | Administration Control | ٥- |
| إستخدام مهمات الوقاية الشخصية | Use PPE | ٦- |

المخاطر الفيزيائية

Occupational Health and Safety

الضجيج

تعريف الضجيج: هو الصوت المرتفع غير المرغوب فيه

تصنيف الضجيج: يمكن تصنيف الضجيج المهني إلى عدة أنواع أساسية وذلك بحسب الزمن الذي يستغرقه الضجيج:

- ١- **الضجيج المستمر:** ويكون مستوى الضجيج ثابت أو أن التغيرات فيه خلال فترة المراقبة شبه معدومة، مثل محرك مولدة كهربائية
- ٢- **الضجيج النبضي:** ويكون مستوى الضجيج على شكل دفعات متكررة الحدوث، كما في المطرقة الهدروليكية
- ٣- **الضجيج المتقطع أو النادر حدوثه:** ويرتفع هنا مستوى الضجيج فجأة ثم ما يلبث أن يعود للوضع الطبيعي دون تكرار ، مثل صوت تفجير الصخور في مقلع حجر

قياس الضجيج:

يقاس الضجيج بوحدة دولية تسمى **الديسيبل** db Decibel

معايير التعرض للضجيج:

وهي الحدود التي يمكن للانسان الطبيعي ان يعمل بها دون أن تترك تأثيرات صحية سيئة على السمع وفيما يلي جداول الحدود المعتمدة من قبل مظمة العمل العربية:

التأثيرات الصحية للضجيج:

- ١ - فقدان السمع المؤقت أو الدائم
- ٢ - التأثير على نفسية العامل وسلوكه
- ٣ - اضطرابات النوم
- ٤ - كما دلت بعض الدراسات على وجود تأثير للضجيج على إرتفاع ضغط الدم وإمكانية تأثر القلب

السيطرة على الضجيج:

- ١ - اختيار التصميم الصحيح: اختيار موقع المنشأة بحث لا يكون هناك ضجيج خارجي مرتفع ووضع مولدات الكهرباء في غرفة خاصة بعيدة عن المنشأة - شراء آلات ذات ضجيج منخفض
- ٢ - السيطرة من المصدر: يتم تحديد مصدر الضجيج وإصلاح العطل الضجيج كتزيت أماكن الاحتكاك - استبدال أطراف جهاز الحدف في العزل والاحتواء: عزل الآلة التي تصدر ضجيج في غرفة خاصة
- ٣ - احتواء الآلة أو جزء الآلة الذي يصدر الضجيج بواسطة حاجز المواد الماصة للضجيج: إن تغطية الجدران بمواد ماصة للضجيج وإقيات السمع: وتعتبر خط الدفاع الأخير المتوجب استخدامه عند سدادات الأذن تخفض بحدود ١٠ ديسيبل
- ٢ - كاتمات الضجيج القوسية تخفض بحدود ٣٠ ديسيبل
- ٣ - الخوذة الواقية للضجيج تخفض بحدود ٤٥ ديسيبل

الإضاءة

الضوء:

هو عبارة عن الجزء المرئي من الطيف الكهرومغناطيسي الذي تتحسس له العين لترى الأشياء من حولها. وهذا المجال من الطيف يقع بين الأشعة تحت الحمراء والفوق بنفسجية ألوان الطيف المرئي هي : البنفسجي – الأزرق – الأخضر – الأصفر – البرتقالي – الأحمر وهو ما اكتشفه العالم اسحق نيوتن بتمرير الضوء من خلال موشور فتحلل إلى الألوان السابقة

تصميم الإضاءة :

تصمم كثير من الشركات نظام الإضاءة لديها لتوفير استهلاك الطاقة وهذا يؤدي في معظم الأحيان إلى تأثيرات جانبية مثل:

- الإقلال من إنتاجية العامل لعدم شعوره بالراحة
 - الإجهاد العيني وألم الرأس كون العين تعمل بجهد أكبر في أجواء الإضاءة غير الطبيعية
 - إمكانية حدوث الإصابات نتيجة عدم الرؤية الجيدة لمواطن الخطر.
- وينبغي ألا يفهم مما سبق أن الإضاءة الخفيفة فقط هي التي تسبب المشاكل بل يمكن تجاوز ذلك بتصميم نظام إضاءة جيد نابع من دراسة:
- مستوى الإضاءة المطلوب
 - طبيعة الإضاءة المطلوبة
 - التباين وسطوع أسطح العمل

الحرارة (السخونة والبرودة) THERMAL ENVIROMENT البيئة الحرارية

الحرارة في بيئة العمل:

الحرارة هي إحدى أشكال الطاقة ويمكن أن تنتج الحرارة في بيئة العمل من مصادر طبيعية مثل أشعة الشمس أو صناعية مثل الأفران وغيرها. حيث يتم تبادل الحرارة بين هذه المصادر والأجسام الموجودة في حيز العمل بطرق تبادل الحرارة المعروفة (إشعاع – تماس – حمل) وسنرى لاحقاً بأن الإنسان يتبادل الحرارة بهذه الطرق بالإضافة إلى أمور أخرى خاصة. ولكن هل يكفي تحديد مصادر الحرارة وطرق التبادل لمعرفة كمية الحرارة التي يتعرض لها الإنسان بالطبع لا فهناك عوامل أخرى تؤثر على التوازن الحراري

العوامل المؤثرة على التوازن الحراري:

٣- حركة الهواء:

وهي عبارة عن سرعة الهواء الطبيعية أو الصناعية أو نتيجة تيارات الحمل الحراري

٤- التأقلم:

يمكن أن يزداد تأقلم الأشخاص العاديين مع تقلبات درجات الحرارة نتيجة برامج تأقلم تعد حسب طبيعة كل عمل

٥- اللباس:

تشكل الملابس المناسبة حاجز إضافي لعزل الجلد عن الوسط الحار أو البارد

٦- العوامل الشخصية:

تؤثر العوامل الشخصية بشكل فعال بالتوازن الحراري مثل : لون الجلد - التعرق - الجنس - العمر - الحالة الصحية والنفسية

٧- زمن التعرض:

عندما يكون زمن التعرض صغير فيمكن تحقيق التوازن الحراري ولكن هذا التوازن يختلف مع طول الزمن

مبادئ السيطرة على البرودة

- حيث أن مناطق العمل الباردة هي مناطق عمل إجبارية لا يمكن زيادة درجات الحرارة فيها كالبرادات لذا نلجأ إلى:
- تأمين الألبسة الواقية المناسبة لأماكن العمل
 - تأمين غرف وسيطة بين الغرف المنخفضة درجة الحرارة والجو الخارجي
 - أن تكون الغرف البرادة ذات أقفال سهلة الفتح من الداخل
 - تأمين فتحات مراقبة لمراقبة العمال داخل الغرف الباردة

تأثيرات الحرارة المنخفضة:

- اضطرابات عصبية ووعائية في الأطراف
- الصدمة الباردة : عند الدخول لمكان بارد جداً والتي قد تؤدي لتقلصات عضلية
- وهناك الأمراض المزمنة مثل شعث البرد وغيره

أنواع الإشعاع:

أما من حيث تأثير الأشعة على الإنسان والبيئة فيقسم الإشعاع إلى نوعين:

- ١- الإشعاعات غير المؤينة: التي تتميز بتردد منخفض وطول موجة طويلة، وتعتبر العين أكثر الأعضاء تأثراً بها
 - الأشعة فوق البنفسجية
 - الأشعة تحت الحمراء
 - الموجات الكهرطيسية
 - الموجات المكروية
 - الليزر
 - الضوء المرئي
- ٢- الإشعاعات المؤينة: التي تتميز بتردد عالي وطول موجة قصيرة، ويتمثل خطرهما في قدرتها على تفكيك الجزيئات والذرات للمادة الحية وغير الحية وتحويلها إلى جسيمات تحمل شحنات موجبة وسالبة نسميها أيونات وشوارد ذات نشاط كيميائي عالي يدفعها للتفاعل مع مكونات الخلايا الحية مما يسبب تآذي الخلايا وموتها، وأنواعها هي:
 - أشعة جاما
 - الأشعة النووية: جسيمات ألفا - بتا - النترونات
 - الأشعة السينية

المهن المنطوية على خطر التعرّض إلى الإشعاعات المؤينة:

- عمال مناجم اليورانيوم ومطاحنه
- العاملون في المفاعلات الذرية ومنشآت الطاقة النووية
- الأطقم الجوية ورواد الفضاء
- عمال التصوير بالأشعة صناعياً (بمن فيهم القائمين بأعمال حقليّة تشمل عمليات لحام الأنابيب)
- بعض العاملين الصحيين (المصورين الشعاعيين، الطب النووي، التعامل مع النفايات الطبية المشعة)
- عمال إنتاج النيوكليدات المشعة
- العلماء الذين يستخدمون مواد نشطة إشعاعياً لأغراض البحوث
- عمال الدهانات المضيئة
- في الحوادث الجسيمة يمكن أن يتعرّض العاملون في المنشآت النووية وعمال الإنقاذ والقاطنون في الجوار من عموم المواطنين إلى تعرّضات إشعاعية مفرطة

الأشعة غير المؤينة

نوع	المصدر	الآثار	الوقاية
U الأشعة فوق البنفسجية V	الأشعة الشمس – الفريز الكهربائي – اللحام – المصابيح الموفرة الضوء الأسود المستخدم في الطباعة الزرقاء مؤسسات تنظيف وغسل الملابس – مصابيح الأشعة فوق البنفسجية	التهاب الملتحمة – تصلب عدسة العين حروق شمس مؤلمة سرطان الجلد	ارتداء النظارات الشمسية ذات النوعية الجيدة استخدام زيوت لوقاية من الشمس ارتداء لمالبس التي تغطي الجسم
الأشعة المرئية والليزر	تستخدم في صناعة البناء كخطوط توجيه – الطب الجراحي الاتصالات وكتابة المستندات - أعمال صناعية مختلفة – أعمال التنقيب	خطرة على العين بسبب تركيز الضوء على الشبكية	الابتعاد عن مسار حزمة الليزر وعدم النظر إليها وارتداء النظارات الواقية
الأشعة تحت الحمراء IR	تنتقل من جميع الأجزاء المسخنة يتعرض لها عمال للحام وصناعة الفولاذ وعمال صناعة الزجاج عمليات تجفيف وشي الطلاء – عمليات الصقل والتلميع	يمكن أن تؤذي بعض أجزاء العين وتسبب للعمال ما يعرف بالساد الحراري للعين	ارتداء النظارات الواقية أو الشمسية الجيدة والابتعاد عن المصدر ما أمكن
الموجات الكهرومغناطية	تستخدم في الأغراض العسكرية والاتصالات وأجهزة الرادار أفران الطهي وعمليات التجفيف والعلاج الطبي بالإنفاذ الحراري	تعتبر العينين والخصيتين أكثر المناطق تأثراً قد تنتقل من مولداتها بعض الأشعة السينية	التقليل قدر الإمكان من استخدام هذه الأجهزة الابتعاد عن مصادرها ما أمكن
الموجات اللاسلكية RF	تستخدم في معدات التسخين العاملة بالموجات اللاسلكية في تقسية المعادن ولحامها. وتستخدم في أعمال النجارة والتصفية والتعريفة	تشغيل المعدات بشكل خاطئ يمكن أن يسبب صدمات كهربائية وحروق	تجنب الاستخدام لفترات طويلة

السلامة في الأعمال المكتبية

١. الناس التي تقتضي طبيعة عملهم الجلوس إلى المكاتب يكونون عرضة لخطر الأزمات القلبية وتصلب الشرايين والشعور المستمر بالإرهاق والإصابة بأمراض العمود الفقري ، ويجب علينا أن ندرك حقيقة هامة هو أنه كلما قضيت من يومك وقت أطول وأنت جالس .. فقدت شبابك بأسرع ما يمكن ، وأصبح جسمك يؤدي وظائفه الحيوية بطريقة أكثر استرخاء .. وقد اثبت البحث العلمي أن انتفاخاً يحدث في القدم بعد ٢٠ دقيقة فقط من الجلوس . لذلك فإنه وحتى تتمكن من أداء عملك بمكتبك في مناخ تتعم فيه بالصحة والسلامة والراحة التامة والإنتاجية العالية يجب مراعاة مجموعة اعتبارات جوهرية رئيسية نلخصها لك فيما يلي :-

١- ينبغي التأكد من توافر الإضاءة المتجانسة وبالشدة التي تتناسب مع طبيعة عملك طبقاً لجداول حدود الأمان المعمول بها في هذا المجال والتي حددتها تشريعات السلامة .

٢- يجب أن تحجب الضوء حتى لا يقع على عينيك مباشرة ، كذلك تجنب سقوط ضوء المصباح فوق أي سطح مصقول تكون الكتب أو أدوات الكتابة موضوعة فوقه حتى لا يؤدي هذا الوهج الناتج من انعكاس الضوء على هذا السطح إلى تعويق الرؤية ويستحسن أن يوضع المصباح خلفك .

٣- عند عملك على جهاز الكمبيوتر يجب تجنب الوهج المنعكس عن الشاشة وحاول أن تركز عينيك على شيء آخر غير الشاشة من وقت لآخر للحد من إجهاد العينين ، ومراعاة أن يكون وضع لوحة المفاتيح والفأرة بالشكل الذي لا يؤثر سلباً على سلامة الذراع والكتف .

السلامة في الأعمال المكتبية

٤- يجب أن يكون وضع الجلوس مريحاً بحيث يكون العمود الفقري في وضع استقامة وأن يكون ظهر الكرسي مسانداً للفقرات القطنية أسفل الظهر ، كما يجب أن يكون ارتفاع الكرسي قابلاً للتعديل في وضع الجلوس وأن تكون للكرسي قاعدة توفر أقصى درجات الثبات .

٥- أعط نفسك فترات منتظمة للراحة وانهض عن كرسيك وقف على قدميك وتحرك حولك لبعض الوقت وقم بثني يديك وحرك الرقبة بشكل دائري وأدر الرأس يميناً ويساراً وكرر ذلك من وقت لآخر لأن ذلك يساعد على ارتخاء العضلات المتوترة ويعد بمثابة تمارينات لعضلات الجسم .

٦- يراعى عدم التدخين والإقلاع عن هذه العادة السيئة التي تصيب الإنسان بالكثير من الأمراض ، وامتنع عن التدخين تماماً بمكان عملك وبخاصة بالمكاتب المغلقة ومراعاة توفير شدة التهوية المناسبة وتجديد الهواء من وقت لآخر بمكان عملك .

٧- تأكد من توافر اشتراطات السلامة بمكان عملك والتي تكمن في سلامة الأرضيات والتوصيلات الكهربائية ومخارج النجاة ووسائل الإنذار ومكافحة الحريق ومعدات الإسعافات الأولية ، ولا تنسى أن تكون مدرباً وملماً بطريقة استخدام تلك الوسائل في حالات الطوارئ .

٨- لا تقم باستخدام سخانات الكهرباء لإعداد الشاي والقهوة والمشروبات الساخنة بمكتبك لأن ذلك يعرضك لمخاطر الحريق .

حوادث وإصابات العمل والآثار المترتبة عليها

مفهوم الحادث

يمكن تعريف الحادث بأنه حدث مفاجئ يقع أثناء العمل وبسببه ، وقد يؤدي الحادث إلى أضرار وتلفيات بالمنشأة أو وسائل الإنتاج دون إصابة أحد من العاملين. أو قد يؤدي إلى إصابة عامل أو أكثر بالإضافة إلى تلفيات المنشأة ووسائل الإنتاج.

معاينة وتحليل الحوادث

إنه من الضروري إجراء بحث وتحليل للحوادث التي تقع مهما كانت بسيطة وذلك لمعرفة أسبابها ووضع الاحتياطات واتخاذ أفضل الوسائل الكفيلة بمنع تكرارها مستقبلاً، ولا يجب أن يكون هدفنا من بحث وتحليل الحادث هو تحديد المسؤولية لمعرفة المتسبب في الضرر فحسب، بل يجب أن يكون الهدف الأساسي هو الكشف عن أسباب الحادث لتحديد وسائل تصحيح الأوضاع .

ما هي عناصر البحث في الحادث؟

للحادث شقين أساسيين هما (السبب ، النتيجة)
قد تكون نتيجة بحث حادث نتج عنه إصابة بسيطة جداً مفيدة متمماً كما لو كان هذا الحادث قد أدى إلى إصابة قاتلة.

المسئول عن معاينة الحادث

ملاحظ العمل أو رئيس القسم المباشر هو أول من يقوم بمعاينة الحوادث

وقت معاينة الحادث

يجب بحث الحادث عقب وقوعه مباشرة أو بأسرع ما يمكن.

كيف نبحث الحادث

إن السبب الثابت الذي لا يتغير في أي حادث هو (أن شخصاً ما قد قام بعمل شيء ما لم يكن له أهمية) أو (أن شخصاً ما قد اخفق في عمل شيء كان يجب أ، يعمله)، وقد يكون هذا الشخص هنا العامل أو رئيس القسم أو مدير المنشأة أو صاحب العمل نفسه وفي كل حالة يجب أن يصل المسئول عن معاينة الحادث إلى **أكبر قدر من المعلومات** التي أدت إلى وقوع الحادث وهي :-

١- الحادث

٢- الشخص المصاب نفسه.

٣- الإصابة نفسها.

التقرير عن الحادث

يجب أن يشمل تقرير بحث الحادث:

١- التاريخ المهني للعامل

تدوين كل المعلومات التي يمكن الحصول عليها بالنسبة للعامل المصاب وطبيعة عمله، وما الذي كان يقوم به فعلاً، والحوادث التي سبق أن وقعت له، وماذا كان يجب أن يفعله أو لا يفعله حتى لا يقع الحادث.

٢- فحص الآلة أو الماكينة أو الأسباب الظاهرة للحادث

٣- النتيجة

حوادث وإصابات العمل والآثار المترتبة عليها

نموذج تقرير حادث

- * أسم المنشأة:
- * اسم المصاب:
- * رقم العامل:
- * عمر العامل:
- * مدة الخدمة في العمل بالمنشأة:
- * مدة خدمته العامل بالقسم الذي وقع به الحادث:
- * المهنة:
- * تاريخ الإصابة :
- * ساعة الإصابة:
- * نوع الإصابة: (قطع في نهاية الإبهام الأيمن، كسر في القدم اليسرى،.... الخ)

نوع الحادث	إصابة بـ قدم عامل أثناء قيامه بمناولة جسم معدني	قطع في إصبع الإبهام لعامل أثناء العمل على منشار ميكانيكي
ما العمل الذي كان يقوم به العامل المصاب والأدوات والآلات والمواد المستعملة عند الإصابة؟	تحميل جسم معدني ثقيل على عربة ذات أربع عجلات	قطع لوح خشب على منشر آلي
كيف أصيب العامل؟	افلت الجسم المعدني من قبضته ووقع على أصابع قدمه اليمنى.	اصطدام إصبعه الإبهام بسلاح المنشر أثناء دورانه
ما التصرف الغير مأمون الذي قام به العامل وأدى إلى إصابته؟	حمل أثقال فوق طاقته	لقد قام العامل بدفع اللوح الخشب بإصبعه الإبهام متخطياً الحاجز الواقي وفي اتجاه سلاح المنشار
ما هي أوجه القصور التي كانت موجودة سواء في وسيلة العمل أو طريقة أداء العمل أو في محيط العمل؟	عدم الاستعانة بغيره لمساعدته في عملية تحميل الجسم المعدني	الحاجز الواقي كان أقصر من اللازم أو غير موجود
ما هي طريقة الوقاية المناسبة التي يجب أن تستعمل لمنع الإصابة؟	لبس الأحذية الواقية	تركيب حاجز واقٍ يمنع مرور أصابع العمل تحته عند العمل
ما هي الإجراءات الواجب اتخاذها لمنع تكرار الحادث مستقبلاً؟	توجيه العمل إلى ضرورة طلب المعونة والمساعدة للأعمال التي تتطلب ذلك، صرف أحذية وقاية، التأكد من ارتداء أحذية الوقاية ومهما الوقاية بصفة عامة، استعمال الآلي الرافعة الميكانيكية لمثل هذه الأعمال،	تدريب العمل على تنفيذ العمل بطريقة صحيحة ، عدم السماح للعمل غير المدربين للعمل على المنشار ، تعديل حواجز الوقاية، مراجعة حواجز الوقاية بمختلف الآلات المماثلة، التفتيش الدوري على الماكينات للتأكد من وجود حواجز الوقاية بصفة مستمرة.

مهمات الوقاية الشخصية

مهمات الوقاية الشخصية يتم وضعها في تصنيف أساليب الوقاية من مخاطر العمل بأنها **خط الدفاع الأخير** لوقاية العاملين من عوامل الضرر الذي قد يتعرضون له بسبب ظروف العمل الذي يقومون به ،

إلا أنه **وفي بعض الأحيان تعد مهمات الوقاية بمثابة خط الدفاع الأول** لحماية العاملين من المخاطر كما هو الحال في **ارتداء النظارات** الواقية للعاملين في أعمال اللحام وتشغيل المعادن أو عند تناول وتداول المواد الكيماوية ... الخ. وتعتبر مهمات الوقاية الشخصية وسيلة وقائية إضافية ومكملة لمجموعة الإجراءات والاحتياطات التي تتخذ لتأمين وحماية العمال المعرضين لمخاطر وحوادث العمل.

الشروط الواجب توافرها بمهمات الوقاية الشخصية

١- يجب أن يتم اختيار مهمات الوقاية الشخصية بحيث تكون مطابقة للمواصفات العالمية حتى تقلل الإخطار التي تستخدم من أجلها لأقل حد ممكن ، أي أنها يجب أن تكون فعالة في الوقاية من المخاطر التي يتعرض لها العامل.

٢- يجب أن تكون مناسبة للجسم ومريحة للعامل وسهلة الاستخدام ، بمعنى أن تمكن العامل من القيام بالحركات الضرورية لأداء العمل وإنجاز المهام بدون صعوبة وحتى لا يتم إهمال استخدامها من قبل العامل.

٣- يجب أن يكون حجمها مناسباً وشكلها مقبولاً، وأن تتحمل ظروف العمل بحيث لا تتلف بسهولة.

مهمات الوقاية الشخصية

واجبات العامل تجاه مهمات الوقاية الشخصية

- يجب تدريب العامل على الاستخدام الصحيح لمهمات الوقاية الشخصية لتوفير الألفة بينهما حتى تكون جزء من برنامج عمله اليومي .

- يجب تطبيق لوائح وأنظمة السلامة بالمنشأة لإلزام العاملين على استخدام مهمات الوقاية الشخصية وتنظيم برامج التوعية لهم لتوضيح فوائدها في تجنب وقوع الإصابات لهم بجانب عمليات الفحص والصيانة والنظافة المستمر لهذه المهمات.

أنواع مهمات الوقاية الشخصية

توجد عدة أنواع من مهمات الوقاية الشخصية والتي تغطي جميع أعضاء الجسم تقريباً ، ويعتمد كل نوع من هذه المهمات على طبيعة المخاطر الموجودة في بيئة العمل والغاية التي تستخدم هذه المهمات من أجلها.

تستخدم الملابس الواقية مثل (الأفرول ، المرايل ، الصداري، الأحزمة الواقية .. الخ) في حماية جسم العامل من الأضرار المختلفة في بيئة العمل والتي لا توفرها الملابس العادية والتي قد تكون هي ذاتها سبباً لوقوع الإصابات .

المرايل والصداري تستخدم لحماية الجسم من تأثير المواد الكيماوية ومن الإشعاعات التي تصدر عن بعض المواد المستخدمة في الصناعات. وتتناسب مواد صنع هذه الملابس مع طبيعة العمل والمخاطر التي قد تتجم عنه فمنها ما هو مصنوع من الجلد أو من مادة الأسبست أو غير ذلك من المواد الخاصة والتي تقدم الحماية المطلوبة من مخاطر معينة ومحددة، ويوضح الجدول التالي بعض أنواع الملابس الواقية ومادة التصنيع والهدف من استعمالها وكذلك الأعمال التي تستخدم فيها.

حماية الصدر والبطن

تستخدم لهذا الغرض المرايل Aprons وتوجد منها أنواع تختلف في المواد المصنعة منها ونظام عملها حسب نوعية الوقاية المطلوبة وحسب نوعية التعرض ، ففي حالة التعرض للحرارة يمكن توفير الوقاية باستخدام مرايل من الاسبستوس أو الجلد كروم المرن ، ويمكن استخدام الاسبستوس المنسوج مع خيوط الألمنيوم . وفي حالة التعرض للمواد الكيماوية كالأحماض أو القلويات يمكن استخدام مرايل بلاستيك مقاومة للكيماويات . ولوقاية الصدر يمكن استخدام معاطف واقية بأطوال مختلفة حسب طبيعة العمل .

مهمات الوقاية الشخصية

حماية الأذرع والكتف

في حالة التعرض للأتربة الضارة فإنه يمكن وقاية الأذرع من هذه المواد الضارة باستخدام (أكمام واقية) من بعض أنواع القماش الثقيل ، وتصل هذه الأكمام من نهاية الذراع حتى الكتف وهي مزودة بوسيلة لتعليقها بالرقبة . ولحماية الكتف بالنسبة لأعمال حمل الشكاير والصناديق فإنه يمكن استخدام وسادة من اللباد أو الإسفنج .

اسم المعدة	مادة التصنيع	الهدف من الاستعمال	الفئة المستعملة
أفرول ومرايل	1- اسبست مطلي بالألمنيوم 2- الجلد 3- القماش 4- البلاستيك المرن 5- مرايل الاسبست	الوقاية من الحرارة الوقاية من الحرارة الوقاية من الأتربة والأوساخ الوقاية من الكيماويات والسوائل الوقاية من مخاطر الحرارة	رجال الإطفاء وصهر المعادن عمال الصهر واللحام الورش المختلفة عمال الصناعات الكيماوية عمال صهر المعادن وأمام الأفران



لحماية الرأس من الأجسام الصلبة التي قد تسقط فوقها أو اصطدامها بالمواد والأجهزة ، تستخدم القبعات (**خوذات**) والتي يوجد منها أنواع كثيرة تعتمد على المواد الداخلة في تركيبها ونوعية المخاطر المحتمل وقوعها وكذلك ملائمتها لحجم الرأس ، فغالبيتها يقاوم الصدمات وبعضها يقاوم الحرارة والمواد الكيماوية كالأحماض والقلويات والمذيبات والزيوت وغيرها .

في الأعمال الميكانيكية وأعمال الإنشاءات والكهرباء وفي المناجم وغيرها من الأعمال التي يخشى عندها تساقط المواد والعدد أو أجزاء الآلات التي عادة ما تكون على ارتفاع عالي ، تستخدم الخوذة الواقية للرأس .

اسم المعدة	مادة التصنيع	الهدف من الاستعمال	الفئة المستعملة
(القبعة) الخوذة	1-البلاستيك 2-الفيبر جلاس 3-البلاستيك الخفيف 4-البلاستيك المقوى بشبك فولاذي 5-الألمنيوم العاكس للحرارة 6-النحاس 7-القطن	الوقاية من: - سقوط المواد الثقيلة والحادة - الحرارة وسقوط المواد الساخنة - الصدمات الخفيفة - سقوط المواد والاصطدام بها - الحرارة وأشعة الشمس - اللهب والحرارة - الوقاية من البرد	- التنقيب عن المعادن - الكهرباء والإنشاءات - الأماكن الضيقة والمغلقة - الأعمال الإنشائية والتركيبات - البتروال والإنشاءات - رجال الإطفاء - عمال الإنشاءات في الشتاء

مهمات الوقاية الشخصية

شروط ومواصفات خاصة لا بد أن تتوفر في واقيات الرأس:

- تصنع الخوذات من مواد خفيفة لكنها مقاومة للصدمات بحيث لا تشكل ثقلًا على الرأس .
- لكي تكون فعالة في توفير الحماية فإنها مزودة من الداخل بحامل مرن يمكن ضبطه بما يريح الرأس ، ويوجد بين الحامل والغلاف الخارجي للخوذة مسافة حوالي ٢ سم حتى يكون الغلاف الخارجي الصلب للخوذة بعيداً عن الرأس عند التعرض لجسم صلب . وحينئذ يمكن حماية الرأس من انتقال تأثير الصدمة . وتتصل نهايات الحامل بإطار داخلي مرن يستقر حول الرأس ، وعموماً يعتبر الإطار مع الحامل بمثابة ماص للصدمات .
- يجب أن تكون الخوذة مزودة بسير جلدي يمكن تثبيتها بواسطته أثناء لبسها حتى لا تكون عرضة للسقوط خصوصاً عند العمل بأماكن مرتفعة مثل أعمال البناء .
- أن تكون المواد المصنعة منها الخوذة لها القدرة على العزل الكهربائي .
- أن لا تسمح بنفاذ السوائل من خلالها .
- في أماكن العمل ذات المخاطر المزدوجة والتي تكون الضجيج وأحداً منها يجب أن يسمح تصميم الخوذة بتركيب واقيات الضجيج عليها .
- في الأماكن التي يتعرض فيها العمال لمخاطر الحرارة المنخفضة ، يجب أن تحتوي الخوذة على مادة من الصوف بداخلها بالإضافة إلى غطاء للرقبة يركب تحت الخوذة مباشرة .
- إمكانية تركيب وسائل الإنارة على الخوذة عند الأعمال في المناطق المظلمة مثل الأنفاق والمناجم .
- الخوذة التي تستخدم لوقاية الرأس عند الأعمال التي يصدر عنها انطلاق أجزاء معدنية أو كيميائية إلى الوجه يجب أن يسمح تصميمها بتركيب واقيات وجه البلاستيك الشفاف .
- واقيات للوجه تتركب على الخوذ للوقاية من الضوء المبهر في أعمال صهر المعادن ، اللحام ، القطع بالأكسجين ، لا بد لهذه الخوذ أن تكون مقاومة لهذه المواد وأن لا تتأثر بها .
- يجب تمييز القبعات المخصصة لكل فئة من العمال بلون محدد على حسب طبيعة العمل .
- يجب توفير أغطية رأس تغطي شعر السيدات كاملاً وتوفر الحماية لهن بالإضافة إلى أنه يجب أن تكون مناسبة من حيث الشكل .

مهمات الوقاية الشخصية

معدات حماية السمع

تستخدم معدات حماية السمع (سدادات أو أغطية للأذن) للوقاية من التأثيرات السلبية الضارة للضجيج على الجهاز السمعي وعلى الجسم بشكل عام، حيث تعمل هذه المعدات على خفض مستوى الضجيج إلى الحد الذي يعتبر فيه آمناً (الحد المسوح به ٨٥ ديسبل)

- سدادات الأذن

تعمل سدادات الأذن على خفض مستوى الضجيج . وتصنع من الدائن المعالج كيميائياً (مطاط أو بلاستيك) أو من القطن الممزوج بالمشع . ويشترط في سدادات الأذن أن تنطبق تماماً بالأذنين الخارجية حتى لا يسمح بمرور الهواء إليها .

- أغطية الأذن

تستعمل أغطية الأذن بحيث تغطي الأذنين بإحكام وتستخدم في الأماكن ذات الضجيج العالي ، مثل المطارات ومحطات القوى الكهربائية ، وبأماكن التدريب على إطلاق النيران من الأسلحة المختلفة ، واختبار المفرقات وما شابه ذلك .

شروط ومواصفات خاصة لا بد أن تتوافر في واقبات السمع:

- يجب إجراء القياسات لمستوى الضجيج بمكان العمل وإجراء تحليل الصوت الذي يصدر عنه لمعرفة مقدار تردده حتى يتمكن من اختيار نوع الوسيلة المناسبة للحماية .
- اختيار أكثر من نوع لسدادات الأذن أو أغطية الأذن التي تتناسب مستوى الضجيج في موقع العمل وعرضها على العمال لاختيار الوسيلة التي تؤمن لهم الراحة عند الاستخدام .
- يجب التنبيه على العمال بضرورة تطهير سدادات الأذن المصنوعة من الدائن قبل استخدامها ، لكي لا يتسبب عنه أضرار مثل التهابات الأذن .

تختلف وسائل وقاية الجهاز التنفسي حسب نوعية الملوثات ، وهي قد تكون في صورة أترية أو غازات أو أبخرة أو أدخنة التي قد يتعرض لها العاملون في بيئات العمل المختلفة والتي تسبب لهم تليف أو تحجر رئوي أو التسمم نتيجة لاستنشاق الأبخرة الملوثة ، أو الوفاة لاستنشاق الغازات السامة. وهذه المعدات تكون على هيئة كامات وأقنعة توضع على الوجه بحيث يغطي الفم والأنف أو الوجه بأكمله ومنها ما يغطي الرأس بالكامل . وقد يكون القناع أو الكمامة جزء من بدلة عمل كاملة أو منفصل عنها . وتصمم هذه المعدات بطريقة تلائم نوع المخاطر وتحمي الجهاز التنفسي من ملوثات هواء بيئة العمل (غازات سامة و خانقة ذات التراكيز المختلفة ، الأبخرة والأدخنة والأربة) وذلك عن طريق تأمين الهواء النقي اللازم لعملية التنفس وتصفية الهواء من الملوثات الضارة . وتختلف أنواع وأشكال واقيات الجهاز التنفسي باختلاف نوع وطبيعة العمل وأماكن التلوث وهي كالتالي:-

كامات الأترية (قناع) Dust Masks

تستخدم في حالة تداول المواد التي في صورة أترية كيميائية دقيقة وهي عبارة عن مرشحات من القطن والشاش أو الإسفنج يمكن تثبيتها وفكها بسهولة عند اللزوم فتمنع وصول الأترية إلى الأنف ويصل الهواء إلى الجهاز التنفسي نظيفاً .



الجهاز الواقي الكيماوي Chemical Cartridge Respirator

يستخدم هذا القناع لوقاية الجهاز التنفسي من الأبخرة والغازات الضارة، ويمكن إيجاز عمل القناع في أنه يحتوي مادة كيماوية تتميز بقدرتها على امتصاص الكميات المحدودة من الملوثات الضارة ، أما إذا كانت كمية الملوثات كبيرة ويتم التعرض لها فترة طويلة فإنه يمكن استخدام (كمامة كانيستتر) ويمكن أن تزود هذه الكمامة بقناع واقٍ لحماية الوجه والعينين . وهذا الجهاز غير مناسب في الأماكن المغلقة مثل خزانات المذيبات العضوية. ويمكن استخدامه في أماكن غير مغلقة ، ومن المواد التي يمكن استخدامها في هذه الأجهزة كمادة امتصاص (الكربون النشط) في شكل مسحوق.

الكمامات الشاملة All Service Masks

وهذا النوع يمكن استخدامه للوقاية من مختلف الملوثات مثل الأبخرة والغازات والأدخنة وهي مناسبة للوقاية من أول أكسيد الكربون، وهي مزودة بوسيلة لتوضيح الوقت الزمني عند الاستخدام

كمامات ورقية وقطنية

تستخدم في صناعة الإنشاءات والنسيج والصناعات الخشبية ، للوقاية من الأتربة والأبخرة التي تزيد عن (٣) ميكرون

مهمات الوقاية الشخصية

أجهزة التزويد بالهواء Supplied Air Respirator

يوجد منه أنواع نذكر منها ما يلي :-

جهاز الوقاية الهوائي Air Line Respirator

يتصل الجهاز بخرطوم لتوصيل الهواء المضغوط بدرجة معينة ويستخدم في حالة التعرض لتركيزات ضئيلة من الملوثات .

- الخوذة والقناع الكاشط

يستخدم هذا النوع في أعمال تنظيف المعادن بالرمال وصقل أسطح الزجاج بالتيارات الهوائية المحملة بالرمال وغيرها من العمليات التي يتعرض فيها العاملون لتأثير الرمال .

- أجهزة التنفس الكاملة Full Face Masks

تستخدم هذه الأجهزة في حالة التعرض للغازات السامة أو الحاجة غلى الأكسجين مثل أعمال الغوص . ويحتوي الجهاز على اسطوانة أكسجين بوزن مناسب مزود بصمام تحكم ووسيلة للتنفس، كما تحتوي على خرطوشة (اسطوانة صغيرة) بها مادة كيماوية لامتصاص ثاني أكسيد الكربون الناتج من عملية التنفس .

تستخدم في هذه الحالة القفازات Gloves المتنوعة وتختلف أنواع القفازات حسب نوعية التعرض للملوثات الضارة وغيرها من المخاطر المختلفة التي تتعرض لها اليدين كونهما الوسيلة المباشرة التي يتم العمل بواسطتها. ففي حالة التعرض للأجسام الصلبة التي تسبب أضراراً بالأيدي نتيجة الاحتكاك بها فإنه يمكن استخدام قفازات من القماش المبطن من الداخل بالقطن أو قفازات من الجلد الخفيف المرن التي تسمح بحركة الأصابع . ويستخدم هذا النوع عمال المخازن وفي أعمال الشحن والتفريغ بوجه عام بالإضافة إلى التعرض لأجسام مدببة . وفي حالة التعرض للحرارة فإنه يمكن استخدام القفازات المرنة والمصنوعة من مواد مقاومة للحرارة مثل الاسبستوس أو بعض أنواع الجلد مثل أعمال اللحام وصهر المعادن . وفي حالة التعرض لمواد كيميائية مثل العمل بالمختبرات الكيميائية فإنه يمكن استخدام قفازات بلاستيك خفيفة مقاوم للكيمائيات. وفي حالة التعرض لتأثير كيميائيات خطيرة مثل الأحماض والقلويات فإنه يمكن استخدام قفازات من المطاط بطول مناسب لحماية الأذرع أيضاً . وفي حالة العمل بالكهرباء فإنه يمكن استخدام قفازات عازلة للكهرباء ، والتي تصنع من المطاط الخالي من الكربون ، ولكل قفاز قدرة محددة على العزل الكهربائي .

بعض أنواع القفازات:-



مهمات الوقاية الشخصية

المعدة	مادة التصنيع	الهدف من الاستعمال	الفئة المستعملة
القفاذات	القماش	الوقاية من الأوساخ	للاستعمال العام
	الجلود	الوقاية من الأطراف الحادة	لنقل المواد ذات الأطراف الحادة
	البلاستيك	الوقاية من المواد الكيماوية	صناعة الكيماويات
	الصوف والقطن	الوقاية من الجروح والخدش	الإنشاءات
	المطاط	الوقاية من الكهرباء والبيولوجية	عمال الكهرباء
	الاسبست أو الامينت	الوقاية من الحرارة	عمال الصهر واللحام
	الجلود ذات النسيج الفولاذي	التأثيرات الميكانيكية	عمال تشكيل المعادن بالضغط
	القماش القطني	الاهتزازات	العاملون على الآلات الرجاجة



لحماية القدمين من خطر سقوط المواد عليها أو تعرضها للاصطدام بالمواد ، تستخدم الأحذية الواقية المصنوعة بمواصفات خاصة تلائم طبيعة المخاطر المتواجدة في أماكن العمل المختلفة .

أنواع الأحذية الواقية

- الأحذية المصنوعة من الجلد الطبيعي أو الصناعي المقوى بمقدمة فولاذية لحماية القدم من سقوط المواد عليها، ويصمم النعل بحيث يحتوي على طبقة فولاذية للوقاية عند السير على الأجزاء الحادة والواخزة من وصول هذه الأجزاء للقدم . ويستخدمها العاملون بورش الحدادة والنجارة وتشكيل المعادن .

- أحذية مانعة للترزلق : مصنوعة من الجلد ذات أرضيات تمنع الانزلاق والسقوط خاصة في أماكن العمل التي تتلوث بها الأرضيات والممرات بالزيوت والشحوم وغيرها من السوائل .

- أحذية ذات ساق طويلة أو توضع بداخلها واقية جلدية تغطي الساق ، تستخدم في أماكن العمل التي يتواجد فيها أجسام معدنية متناثرة على الأرض .

- أحذية تصنع من مادة الأمانيت ومغطى بالكامل من الجلد مع واقية لحماية الساقين ، وتستخدم للحماية من سقوط مواد حارقة أو منصهرة على القدم وتعمل واقية الساق لحمايته من طرشة المواد المعدنية المنصهرة . والتي تستخدم لوقاية العاملين بالمسابك .

- أحذية مصنوعة من المطاط الصناعي أو الطبيعي أو من مادة البلاستيك المقاوم للتآكل

، وتستخدم لحماية القدمين من تأثير الأحماض والمحاليل والسوائل والزيوت والشحوم ، وتفحص هذه الأحذية بشكل دوري للتأكد من سلامتها وعدم نفاذيتها .

- أحذية عازلة للتيار الكهربائي وتختلف قدرة الحذاء على العزل الكهربائي فبعضها يمكن استخدامه عند العمل في معدات كهربائية يصل جدها إلى (٥٥٠) فولت والبعض الآخر يمكن استخدامه عند العمل بمعدات كهربائية يصل جهدها إلى (١٠٠٠) فوت أو أكثر وكلما ذات قدرة الحذاء على العزل الكهربائي كان سعره أعلى ، وغالباً تصنع هذه الأحذية من المطاط الخالي من الكربون مع بعض الإضافات الأخرى وعادة تكون خالية من المسامير تماماً .

وهي عبارة عن أقنعة بلاستيكية أو معدنية أو نظارات زجاجية تستخدم لحماية الوجه والعينين من الأجزاء المتطايرة والأشعة ومن طرطشة المواد الساخنة والحارقة وكذلك حماية العينين والوجه من الغازات والأبخرة والأدخنة والأتربة المنطلقة من العمليات الصناعية المختلفة . ويبين الجدول التالي نماذج من المعدات المستخدمة لحماية الوجه والعينين .

المعدة	مادة التصنيع	الهدف من الاستعمال	الفئة المستعملة
النظارات	البلاستيك الشفاف	حماية العينين من تطاير الغبار والأجسام الدقيقة	صناعة الأخشاب
	البلاستيك المقاوم للحرارة والخدش	حماية العينين من تطاير الشرر والأجسام الدقيقة الساخنة	عمليات اللحام
الوقايات	البلاستيك الشفاف	الوقاية من الرايش المتطاير بسرعة بطيئة وأحجام صغيرة	عمليات الخراطة والجلخ
	الشبك المعدني والفولاذي	الوقاية من نظاير الأجسام المعدنية ذات الأحجام الكبيرة وبسرعة عالية	الصناعات المعدنية
	الفيبيرجلاس أو مواد معدنية عاكسة للحرارة	الحماية من الحرارة العالية والإشعاعات وطرطشة المواد المنصهرة	اللحام والقطع المعدني باستخدام الأكسي استلين وعمليات السكب والصهر

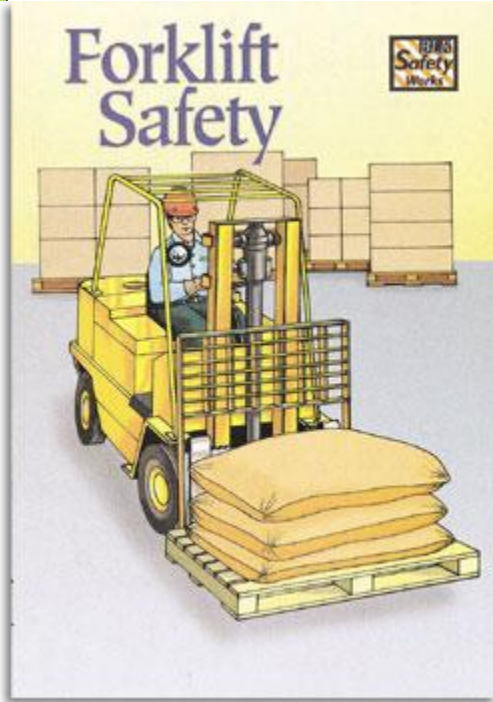
تستخدم هذه الأحزمة لوقاية العمال من مخاطر السقوط من أماكن مرتفعة مثل عمال البناء وغيرهم ممن يستدعي طبيعة عملهم الصعود إلى أماكن عالية .
ويستخدم لذلك أحزمة مزودة بوسيلة تثبيت بجسم العامل ووسيلة تثبيت أخرى يتم تثبيتها بجسم ثابت بمكان العمل

الوقاية من درجات الحرارة المنخفضة

يوجد أنواع من الملابس الواقية المصنعة بوسائل علمية لتقاوم درجات الحرارة الأقل من الصفر ، وتستخدم هذه الملابس في الأماكن شديدة البرودة ، وهي مصنوعة من النايلون مع البوليستر المعزول كلياً . كما تتميز بخفتها وسهولة استخدامها بالإضافة إلى وقاية الجسم كاملاً بما فيه الرأس

إرشادات السلامة الخاصة بالرافعات الشوكية:

- غير مصرح بقيادة واستعمال الرافعات الشوكية إلا بواسطة العاملين الذين تلقوا تدريباً على ذلك ومعتمدين من قبل المدير المسؤول.
- قبل إستعمال وقيادة الرافعات الشوكية يتم إجراء الفحوصات الآتية:
 - (إذا كانت تدار بالسولار). التأكد من أن خزان الوقود مملوء وعدم وجود تسرب للسولار من المعدة.
 - فحص مستوى سائل التبريد بالمعدة.
 - فحص مستوى زيت المحرك.
 - فحص عدادات المعدة ومفاتيح التشغيل.
 - فحص أجهزة التنبيه بالمعدة والتأكد من صلاحيتها.
 - فحص عجلات المعدة والتأكد من صلاحيتها.
 - فحص الفرامل والتأكد من صلاحيتها (فرامل القدم وفرامل اليد).
 - رفع وخفض شوكتي المعدة للتأكد من أنهما تعملان بصورة جيدة. (نهاية المشوار).
 - التأكد من صلاحية مرآة الرؤية الخلفية.
 - فحص الإضاءة الخاصة بالمعدة والتأكد من صلاحيتها.
 - التأكد من صلاحية طفاية الحريق.
 - حزام الأمان موجود وبحالة جيدة.



تم إصدار قرار وزارى رقم ٢٦٥ بتاريخ ٧ مارس ٢٠٠٨ بإلزام المنشآت الصناعية بنظم الإدارة الخاصة بالسلامة والصحة المهنية ١٨٠٠١ وتم إعطاء مهلة لمدة عام تنتهى فى أبريل ٢٠٠٩ لتوفيق أوضاع المنشآت المصرية مع هذه النظم الدولية

العام الماضى شهد أكثر من ٥٨٠٠ حادثة فى مختلف أنحاء العالم بسبب عدم تطبيق نظم السلامة بالمنشآت الصناعية

الغرض من تطبيق هذه القوانين هو خلق مكان عمل آمن وصحي

- المعايير الخاصة بمواصفات الصحة والسلامة المهنية تتوافق مع القانون رقم ٤ لسنة ١٩٩٤ المعدل بقانون ٩ / ٢٠٠٩ وقانون العمل بالشكل التالي:
- التركيز على مخاطر الصناعة عامة.
 - تقليل إحتياجات الشركات لشراء مواصفات غير مصرية.
 - التدريب على تطبيق مواصفات الصحة والسلامة المهنية ١٨٠٠١ OHSAS
 - إيجاد بيئة عمل آمنة وصحية.

المواصفات القياسية التي قامت هيئة المواصفات والجودة بإعدادها في مجال السلامة والصحة المهنية تضمنت ١٢ مواصفة قياسية هي:

- ١- الأماكن المحددة المغلقة
- ٢- حواجز حماية المعدات
- ٣- مخاطر الحرارة
- ٤- إدارة المواد الخطرة
- ٥- الأوناش ذات الشوكة
- ٦- إدارة برنامج السلامة والصحة المهنية
- ٧- تعليمات الأمان عند استخدام المواد الخطرة
- ٨- الممارسات الأمانة ومهمات الوقاية
- ٩- المواد الخطرة وأسلوب التعامل معها
- ١٠- برنامج عزل مصادر القدرة عن الماكينات
- ١١- برنامج التعامل مع إسطوانات الغاز المضغوط
- ١٢- الإجراءات الملائمة لإختيار وتحديد المخاطر التي تعوق الأمان والسلامة والصحة المهنية وطرق تفاديها ورفع التقارير الدورية اللازمة للإدارة العليا لإتخاذ الإجراءات

كيفية الوقاية من حوادث العمل

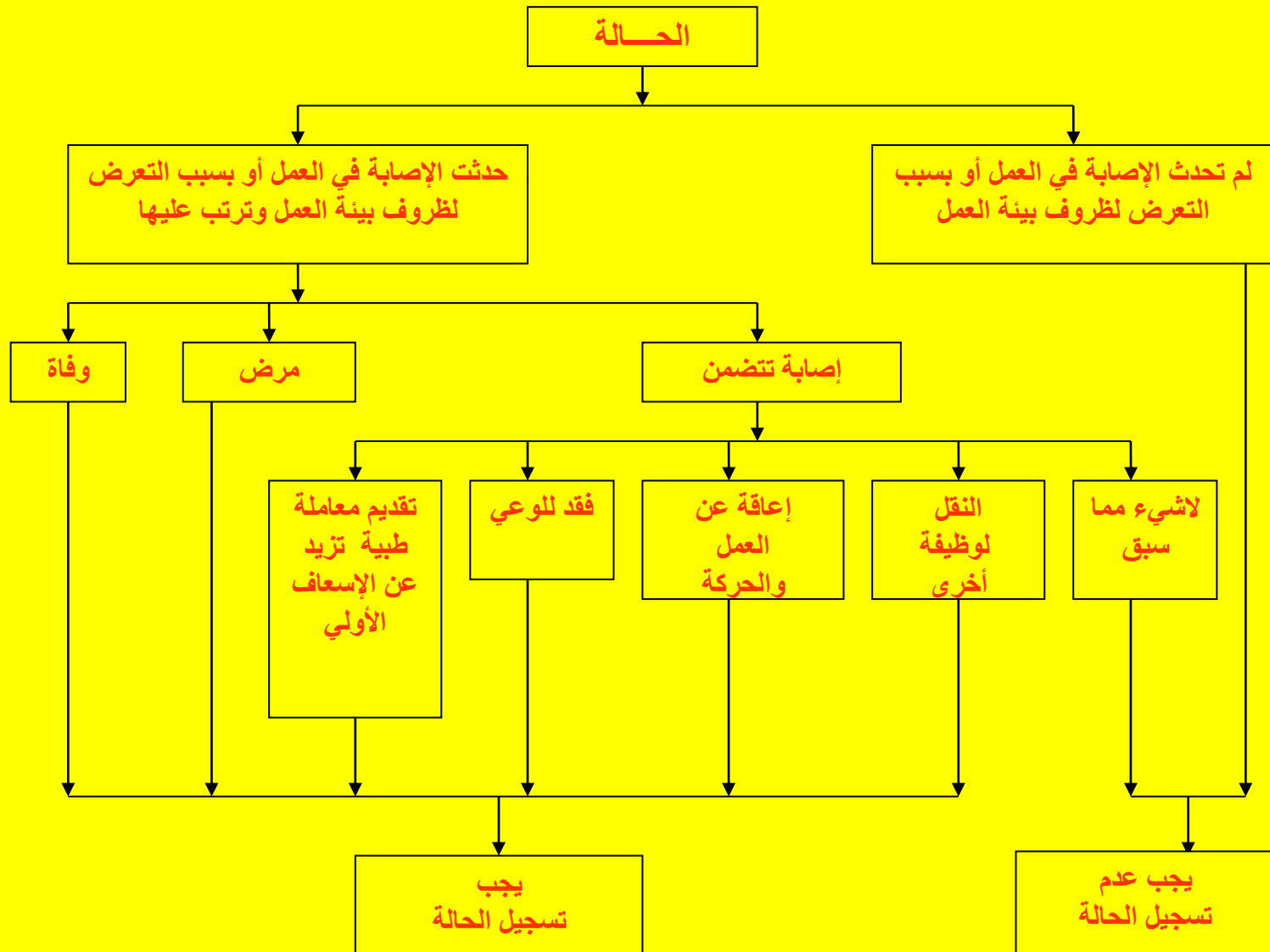
- الحد من الظروف غير الآمنة.
- على مدير السلامة تصميم وظائف لمنع أو تخفيض المخاطر الجسدية.
- المديرين والمشرفين يلعبون دورا في خفض والحد من الظروف غير الآمنة.
- خفض الأعمال غير الآمنة.
- اختبارات الاستقرار النفسي والشخصية.
- مقاييس التناسق العضلي.
- اختبارات المهارات البصرية.
- اختبارات مصداقية الموظف.

قوانين العمل والتعويضات

- الإجراءات القانونية لمنع الحوادث.
- إجراءات وقائية تمنع حدوث الاصابات.
- تختلف الاجراءات باختلاف نوع النشاط والمخاطر التي يسببها.
- تحديد التعويضات التي تمنح للمصاب.
- إجراء تأمين حوادث وإصابات العمل.
- تعويض المصاب التعويض المناسب.

قانون الأمن والسلامة الوظيفية (OSHA)

٨٢



بعض اتفاقيات السلامة والصحة المهنية

- اتفاقية وتوصية منع وقوع الحوادث الصناعية الكبرى (رقم ١٧٤):
وتوصيتها تقترح تبادل المعلومات بين منظمة العمل الدولية والمنظمات الحكومية الدولية والمنظمات غير الحكومية حول الحوادث الكبرى والدروس المستفادة من الحوادث التي كادت أن تقع وممارسات السلامة الجديدة في منشآت المخاطر الكبرى والتكنولوجيات والعمليات المحظورة لأسباب تتعلق بالسلامة والصحة.
- اتفاقية السلامة في استعمال المواد الكيميائية في العمل (رقم ١٧٠):
وفيها تنص المادة (١٩) من الاتفاقية على ما يلي: "عندما تحظر دولة عضو مصدرة استعمال كل أو بعض المواد الكيميائية لأسباب تتعلق بالسلامة والصحة في العمل ينبغي أن تقوم هذه الدولة العضو بإبلاغ هذه الحقيقة وأسبابها إلى أي بلد مستورد".

تابع-بعض اتفاقيات السلامة والصحة المهنية

○ اتفاقية السلامة والصحة المهنية في البناء رقم (١٦٧): ومما تناولته هذه الاتفاقية في مجال تدابير الحماية والوقاية سلامة أماكن العمل، والسقالات والسلالم، والأجهزة والمعدات الرافعة، ومعدات النقل وإزاحة التراب ومناولة المواد، والتجهيزات والآلات والمعدات والعدد، والعمل على مستويات مرتفعة بما في ذلك الأسطح والعمل في الفجوات والإنفاق والحفر والسدود وتحت الهواء المضغوط بالإضافة إلى العمل فوق الماء وفي عمليات الهدم.

○ اتفاقية السلامة والصحة المهنية (رقم ١٥٥): تنص الاتفاقية بصورة عامة على اعتماد تدابير تشريعية وتنظيمية أو تدابير ضرورية أخرى (بما في ذلك التدريب)، وعلى إقامة نظام للتفتيش، كما تحدد التدابير الواجب اتخاذها بمجرد انتهاء مرحلة تصميم الآلات والمواد وغيرها بل وقبل تداولها. وتوضح الاتفاقية، فيما توضحه، إن على أصحاب العمل تقديم الملابس والمعدات الواقية، وأن يضمنوا بالقدر المعقول والمستطاع خلو بيئة العمل، والآلات، والمعدات، وطرائق العمل، والمواد، الخ... الخاضعة لإشرافهم من أية مخاطر على سلامة وصحة العمال.