

الصحة المهنية في بيئة العمل

اللقاء
الأول
1st Forum



لتأهيل منسقات السلامة والصحة المهنية والطوارئ والكوارث

أ. الهنوف فارس العمري - مديرة وحدة الصحة المهنية بإدارة السلامة والصحة المهنية

المحاور

- مفهوم الصحة المهنية.
- أهداف التثقيف الصحي في مجال الصحة المهنية.
- العوامل المؤثرة على الصحة المهنية.
- أنواع التعرضات المهنية والخطر المحتمل له وطرق الوقاية
- الكشف الصحي للأمراض المهنية
- أهمية إجراء الكشف المهني.
- وسائل مقترحة لتعزيز مجال الصحة المهنية.

مفهوم الصحة المهنية

• هي سلامة العامل من أي ضرر قد يصيبه بسبب مزاويلته للمهنة التي يمارسها.



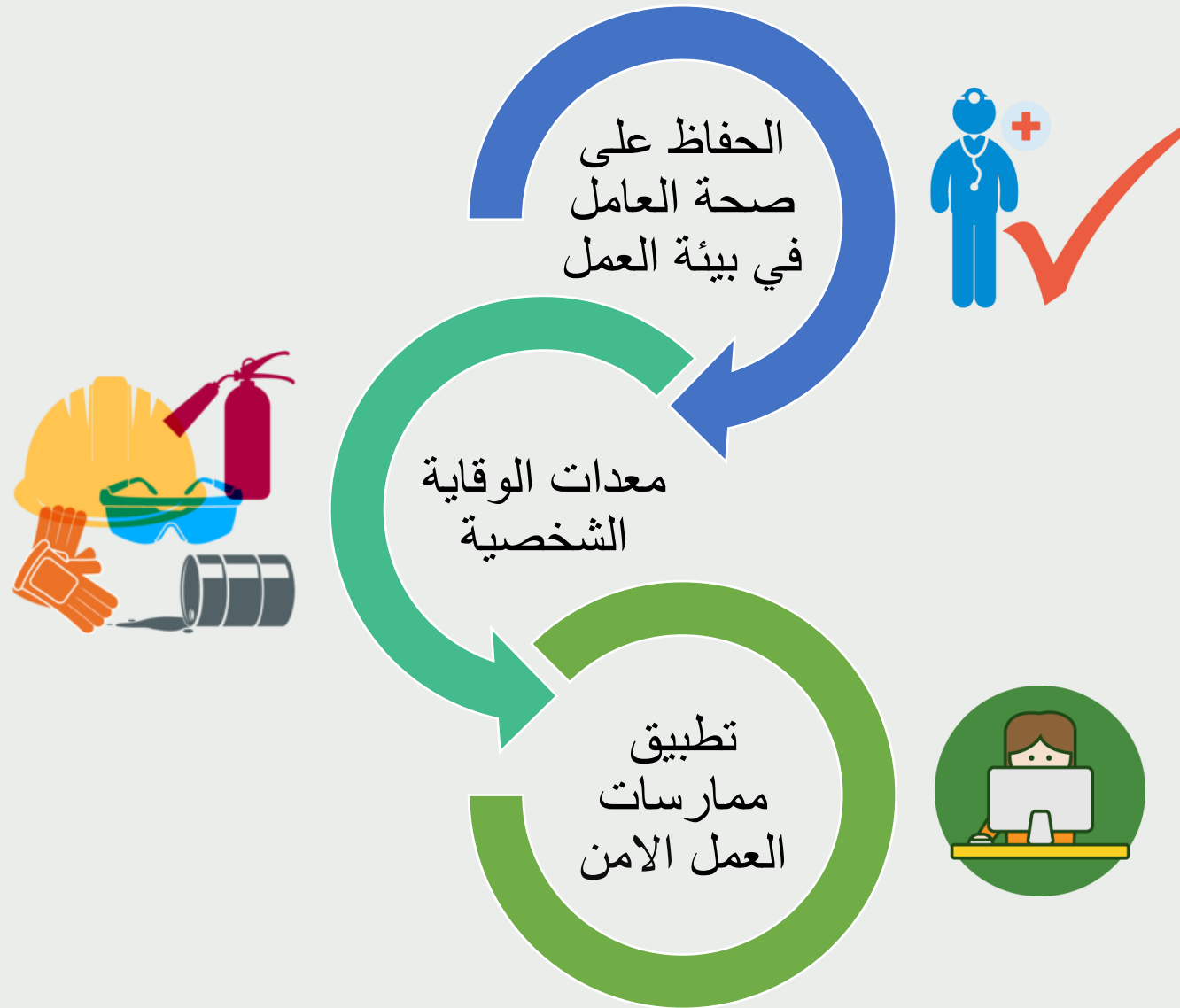
أهداف التثقيف الصحي في مجال الصحة المهنية

- معرفة أنواع الأمراض والحوادث المهنية.
- معرفة أسباب حوادث العمل وسبل الوقاية.
- معرفة كيف يمكن أن تؤثر ممارسات العمل المختلفة على صحة العمال والزملاء وغيرهم.
- معرفة العمليات المناسبة للمحافظة على بيئة عمل صحية.
- معرفة كيف يمكن أن يؤثر أسلوب الحياة والسلوك على الصحة.
- معرفة الطرق الحديثة في التثقيف الصحي.
- معرفة القيم النفسية والثقافية والدينية والأخلاقية التي يمكن أن تؤثر على قدرة العاملين في مكان العمل حول بيئة العمل والوقاية من الأمراض والحوادث المهنية والسيطرة عليها.



العوامل المؤثرة على الصحة

- العوامل الفيزيائية Physical
- العوامل الكيميائية Chemical
- العوامل البيولوجية Biological
- العوامل الإرجونومية Ergonomics
- العوامل النفسية Psychological



أنواع التعرضات، الخطر المحتمل، وطرق الوقاية

نوع التعرض	الخطر المحتمل	طرق الوقاية
الضوضاء	<ul style="list-style-type: none"> • التهاب، ضعف أو فقدان السمع • تؤثر على بقية أعضاء الجسم مثل: (الجهاز العصبي، والقلب، والجهاز الهضمي، والدم). • تأثيرات نفسية: كالكآبة، والخوف، والأرق. • تؤثر على جودة العمل ونقص في الإنتاج الكلي. 	<ul style="list-style-type: none"> • سدادات الأذن أو أغطية الأذن • صيانة الآلات بشكل دوري • استبدال الأجزاء المعدنية بأجزاء ماصة للضوضاء
الحرارة والرطوبة	<ul style="list-style-type: none"> • الإجهاد الحراري • دوخة أو إعياء • غثيان وصداع 	<ul style="list-style-type: none"> • تخفيف نوع اللبس (لأن الأشعة تحت الحمراء تمتص بواسطة الجسم والملابس). • اشرب كمية كبيرة من السوائل لتعويض الأملاح المفقودة من الجسم. • محاولة التعرض لمناطق الظل أو المباني الباردة. • مد الجسم بالماء والترطيب لمنع جفافه.

أنواع التعرضات، الخطر المحتمل، وطرق الوقاية

نوع التعرض	الخطر المحتمل	طرق الوقاية
الإشعاعات	<ul style="list-style-type: none"> • أمراض سرطانية. • تغيرات جينية. • تؤثر على الأنسجة المحيطة بالجهاز التنفسي أو الهضمي. • لا يتسبب التعرض لمستويات منخفضة من الإشعاع في البيئة في تأثيرات صحية فورية ، وإنما على المدى البعيد. 	<ul style="list-style-type: none"> • تقليل مدة التعرض لمصادر الإشعاع • تخفض جرعة الإشعاع بشكل كبير كلما زادت المسافة من المصدر. • توفير حاجز واقى في نفس المنطقة الإشعاعية (مثل الرصاص والخرسان). • الالتزام بمستلزمات الحماية الشخصية عند التعامل مع الأدوات المشعة. • التوعية فيما يخص نظام الاستخدامات الإشعاعية.
الإضاءة	<ul style="list-style-type: none"> • دوخة أو الصداع. • ألم العين الدائم وقد يؤثر في احتقان حول القرنية، اتساع حدقة العين، وارتخاء العضلات المتصلة بالعدسة، ضعف البصر. • الشعور بالتعب و الإجهاد. 	<ul style="list-style-type: none"> • توفير الإضاءة المناسبة لنوع العمل الذي تجرى مزاولته سواء كانت إضاءة طبيعية أو صناعية. • أن تكون مصادر الإضاءة الطبيعية والصناعية متجانسة. • أن تتخذ الوسائل المناسبة لتجنب الوهج المنتشر والضوء المنعكس. • استخدام معدات ومهمات الوقاية الشخصية: مثل النظارات الخاصة بأعمال اللحام والقطع.

أنواع التعرضات، الخطر المحتمل، وطرق الوقاية

نوع التعرض	الخطر المحتمل	طرق الوقاية
مخاطر الكهرباء	<ul style="list-style-type: none"> - الصعق الكهربائي. - التماس كهربائي. - حروق. - التعرض لمخاطر السقوط. 	<ul style="list-style-type: none"> - معدات الحماية الشخصية للوقاية من المخاطر الكهربائية (عازلة للكهرباء). - التقييد بالتعليمات الواردة في النشرات الفنية المرفقة بالأجهزة الكهربائية. - التأكد من فصل التيار الكهربائي قبل إجراء عمليات الصيانة. - حزام واقٍ للكهربائيين.
مصادر الحرارة ووهج النيران	<ul style="list-style-type: none"> - التعرض للحروق (الدرجة الأولى، الثانية، الثالثة)، - التسلخات. - الإجهاد. 	<ul style="list-style-type: none"> - معدات الحماية الشخصية للوقاية من مصادر الحرارة. - تقليل مدة التعرض.
سقوط الأشياء	<ul style="list-style-type: none"> - جروح (الدرجة الأولى، الثانية، الثالثة). - كسور أو رضوض. - دوخة، نزيف في الدماغ عند سقوط الأشياء على الرأس. 	<ul style="list-style-type: none"> - معدات الحماية الشخصية للوقاية من سقوط الأشياء. - التآني عند حمل الأشياء وعدم الاستعجال - الاستعانة بعربات نقل
الأدخنة أو الأتربة	<ul style="list-style-type: none"> - التهاب الجهاز التنفسي، السعال، الربو، سرطان الرئة. - الاختناق. - الصداع والإجهاد. - الغثيان. 	<ul style="list-style-type: none"> - معدات الحماية الشخصية للوقاية من الأدخنة. - تقليل مدة التعرض.

أنواع التعرضات، الخطر المحتمل، وطرق الوقاية

نوع التعرض	الخطر المحتمل	طرق الوقاية
المواد الكيميائية	بحسب نوع التعرض، يؤدي إلى: - أمراض في الجهاز التنفسي. - أمراض جلدية. - تأثر الأعضاء الداخلية للجسم.	- استخدام معدات الوقاية الشخصية المناسبة عند التعامل مع كل مادة كيميائية. - اتباع التعليمات المذكورة في ورقة السلامة للمواد الكيميائية (MSDS). - عدم تناول المأكولات والمشروبات داخل المعامل وأماكن تواجد المواد الكيميائية. - العمل داخل دولا ب شفط الغازات عند التعامل مع المواد المتطايرة وذات الروائح النفاذة بالإضافة إلى تشغيل مراوح الشفط.
مواد بيولوجية	العدوى نتيجة انتقال الفيروسات، الطفيليات أو البكتيريا.	- استخدام معدات الوقاية الشخصية المناسبة عند التعامل مع كل مادة كيميائية. - الكشف الطبي للكائنات قبل بدء العمل عليها.
عوامل أرجنومية	إصابات هيكلية أو تضرر الأعضاء الداخلية بسبب عدم توفر المستلزمات المهنية	- اتباع سياسة العمل الآمن بحسب طبيعة العمل. - استخدام معدات الوقاية الشخصية المناسبة لطبيعة العمل.

أنواع التَّعرضات المهنية

الكشف الصحي للأمراض المهنية

أنواع التعرضات المهنية

الإصابة المهنية

هي الإصابة التي تنتج عن حادث يتعرض له العامل أثناء ممارسته لمهنته، مثل: الجروح والكسور...

الأمراض المهنية

هي الأمراض التي تصيب العاملين نتيجة التعرض المستمر للمخاطر لفترة طويلة، مثل: امراض القلب، أمراض الرئة...

الكشف الصحي للأمراض المهنية



الفحص قبل التشغيل
(التاريخ المهني)

الفحص الدوري

أهمية إجراء الكشف المهني

- العلاج وتحسين صحة العامل.
- إزالة التعرض لمنع أو التقليل من حدة المرض.
- اتخاذ التدابير الوقائية.
- تشجيع الأداء لممارسة عمل منخفض الأخطار.

وسائل تعزيز مجال الصحة المهنية

- أخذ تاريخ مهني جيد والنظر في مستوى التعرض في مكان العمل والمساهمة في الوقاية.
- الإلتزام بارتداء معدات الوقاية الشخصية في بيئة العمل.
- تقييم وتحليل المخاطر في بيئة العمل أو الآلات المستخدمة.
- تأسيس وتقوية التعليم والتدريب في مجال اتقاء المخاطر الصحية المهنية.
- تعميم قواعد وإجراءات وإرشادات بشأن تطبيق سياسة العمل الآمن في بيئة العمل.

وسائل تعزيز مجال الصحة المهنية

- الاحتفاظ بنسخة من سجلات الكشف الطبي الابتدائي والدوري على العاملين المعرضين لمخاطر بيئة العمل.
- اعتماد منظومة لخدمات الصحة المهنية في بيئة العمل للإبلاغ عن الأمراض المهنية.
- التعاون في وضع شبكة للصحة المهنية بين القطاعات لتبادل الخبرات والمعلومات والبحث عن حلول لمشاكل مهنية شائعة.

شكراً

لحسن استماعكم،،،

أ.الهنوف فارس العمري

مدرّب معتمد من المكتب الاستشاري
للتدريب والتطوير بجامعة الملك عبدالعزيز

للتواصل

afmalamri0001@kau.edu.sa