

الملحق (9) من تعليمات تحديد أنواع مصادر الأخطار المهنية في بيئة العمل والاحتياطات والتدابير

اللازمة للوقاية منها

التدابير الوقائية وفقا لمؤشر الحرارة

مؤشر الحرارة	مستوى المخاطر	أوقات الراحة	التدابير الوقائية
أقل من 33 درجة مئوية	أقل (تحذير)	كالعادة	<ul style="list-style-type: none"> - توفير مياه الشرب (4 أكواب في الساعة، 1 كوب = 250 مل) - ضمان توافر الخدمات الطبية الكافية. عندما لا تتوفر الخدمات الطبية (مثل الخدمات الطبية الطارئة والعيادة والمستشفى) في غضون 3-4 دقائق، يجب أن يتوفر عاملون مدربون بشكل مناسب مع وجود إمدادات طبية كافية في الموقع. يجب أن يكون لدى العاملين المدربين شهادة معتمدة في التدريب على الإسعافات الأولية من الصليب الأحمر الأمريكي أو تدريب معادل. (شهادة الإسعافات الأولية متطلب في مواقع العمل البحرية والإنشائية) - تشجيع العمال على استخدام مستحضرات حماية الجلد للوقاية من أشعة الشمس.
33 إلى 39 درجة مئوية	المعتدل	25% من ساعات العمل مقسمة على فترات راحة متساوية	<p>بالإضافة إلى الخطوات المذكورة أعلاه:</p> <ul style="list-style-type: none"> - تذكير العمال بشرب الماء في كثير من الأحيان؛ - توعية وتثقيف العاملين عن الأمراض المرتبطة بالحرارة مع العمال: <ul style="list-style-type: none"> o كيفية التعرف على الأمراض المرتبطة بالحرارة، o كيفية الوقاية منها، و o ماذا تفعل إذا مرض شخص ما، - جدولة فترات الراحة المتكررة في منطقة باردة ومظللة؛ - تأقلم العمال (تمكين العاملين من التأقلم عن طريق التدرج الزمني لفترات تعرضهم للعمل في الظروف الجوية الحارة)؛ - توجيه المشرفين لمراقبة العمال لرصد أعراض أو علامات المشاكل الصحية الناجمة عن أخطار التعرض لأشعة الشمس والإجهاد الحراري.
40 إلى 51 درجة مئوية	عال	50% من ساعات العمل مقسمة على فترات راحة متساوية	<p>عندما يكون ذلك ممكنا، أعد جدولة الأنشطة إلى وقت يكون فيه مؤشر الحرارة أقل. بالإضافة إلى الخطوات المذكورة أعلاه:</p> <ul style="list-style-type: none"> - تنبيه العمال من الظروف عالية الخطورة؛ - تشجيع العمال بفعالية على شرب الكثير من الماء (4-6 أكواب في الساعة)؛

التدابير الوقائية	أوقات الراحة	مستوى المخاطر	مؤشر الحرارة
<ul style="list-style-type: none"> - الحد من المجهود البدني (مثل استخدام المصاعد الميكانيكية) ؛ - أن يكون هناك شخص في موقع العمل لديه معرفة جيدة بالأمراض المرتبطة بالحرارة وقادر على جدولة اوقات العمل و اوقات الراحة المناسبة؛ - وضع وتنفيذ جدول لأوقات العمل و اوقات الراحة - تعديل أنشطة العمل (على سبيل المثال، إعادة جدولة العمل، وتسريع / تدوير الوظائف) - استخدام تقنيات التبريد. - مشاهدة / التواصل مع العمال في جميع الأوقات. 			
<p>أعد جدولة النشاط غير الضروري لأيام ذات مؤشر حرارة منخفض أو إلى وقت يكون فيه مؤشر الحرارة أقل.</p> <p>نقل مهام العمل الأساسية إلى أروع جزء من نوبة العمل؛ ضع في اعتبارك أوقات البدء المبكرة أو النوبات المقسمة أو النوبات المسائية والليلية.</p> <p>إذا كان يجب القيام بعمل أساسي، بالإضافة إلى الخطوات المذكورة أعلاه:</p> <ul style="list-style-type: none"> - تنبيه العمال من مخاطر الحرارة الشديدة؛ - وضع جدول زمني لشرب المياه (حوالي 4-6 أكواب / ساعة)؛ - وضع وإنفاذ جداول العمل / الراحة الوقائية؛ - إجراء مراقبة فسيولوجية (على سبيل المثال، النبض، درجة الحرارة، إلخ)؛ - توقف عن العمل إذا كانت طرق التحكم الأساسية غير كافية أو غير متوفرة والالتزام بالقرارات الصادرة عن الوزير بهذا الخصوص. 	<p>75٪ من ساعات العمل مقسمة على فترات راحة متساوية.</p>	<p>من الأعلى جدا إلى أقصى الحدود</p>	<p>أكبر من 51 درجة مئوية</p>