وزارة العمل
Ministry of Labour
State of Qatar • دولة قطر

الإجهاد الحراري خطير ولكنّ إدارته ممكنة!

الأسئلة التي يتكرر طرحها - لأصحاب العمل

١. ما هو الإجهاد الحراري؟

عندما يقوم الشخص بعمل بَدَني شاقّ، يُفرِز الجسم كميات كبيرة من الحرارة التي يجب تحريرها في المُحيط للحفاظ على استقرار حرارة الجسم. يحصل ذلك بالدرجة الأولى من خلال إفراز العَرَق على الجلد حتّى يتبخّر، ومن خلال ضخّ كمية أكبر من الدم إلى المناطق الأكثر برودةً، مثل الجلد والذراعَيْن والساقَيْن. إذا كانَ الشخص يعملُ في بيئةٍ حارّة، يصبح من الصعب التخلّص من الحرارة التي يفرزها الجسم داخله. وإذا لم يستطع الجسم التخلّص من الحرارة المفرطة، ترتفع درجة حرارة الجسم الأساسية ويزداد معدّل نبض القلب. وفيما يستمرّ الجسم في تخزين الحرارة، تبدأ حالة التشتّت لدى الشخص ويواجه صعوبة في التركيز على العمل الذي يقوم به، وقد يصبح متوتّرًا أو متوعّكًا، وغالبًا ما يفقد الرغبة في شرب المياه. والمرحلة التالية هي الإغماء في الأغلب، أو قد يَصِل الأمر إلى الوفاة إذا لم يبرد الشخص بسرعة.

من الأوّل من يونيو حتّى ١٥ سبتمبر من الساعة العاشرة صباحًا حتّى الساعة الثالثة والنصف من بعد الظهر

لا يستطيع العمّال العمل في **الخارج** عند تعرّضهم للظروف المناخيّة (أشعّة الشمس أو الرطوبة أو الحرارة)

٢. هل يمكن تفادي الأمراض المرتبطة بالحرّ؟

نعم! ممارساتُ العمل هي إحدى أفضل الطرق للحدّ من خطر الأمراض المرتبطة بالحرّ، مثل السماح للعامل بضبط وتيرة عمله بنفسه، وشرب المياه بشكل متكرّر، وارتداء الملابس المناسبة، وتبريد بيئة العمل بواسطة التكييف والتهوئة، وتوفير مناطق مُظلّلة للاستراحة وتأمين فحوصات طبيّة سنويّة.

٣. هل صاحب العمل مسؤول عن حماية صحّة العمّال؟

نعم! من مسؤولية أصحاب العمل توفير أماكن عمل صحّية وآمنة. ينبغي على أصحاب العمل تحديد الأخطار واتّخاذ التدابير اللازمة لمعالجة المشاكل قبل أن تتسبّب بحادث أو مرض. وينبغي على أصحاب العمل إدراج كافة الإجراءات الوقائية ضمن عملية تقييم المخاطر. [قانون العمل، المواد ٩٩ إلى ١٠٧ والقرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ٤]

٤. متى يُحظَر العمل في أماكن العمل الخارجية المكشوفة؟

لا يمكن العمل في أماكن العمل الخارجية المكشوفة (حيث يتعرّض العمّال للظروف الجوّية مثل أشعّة الشمس والرطوبة والحرارة) من الأوّل من يونيو حتّى ١٥ سبتمبر من الساعة العاشرة صباحًا حتّى الساعة الثالثة والنصف من بعد الظهر. [القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ٢]

٥. ما هو تعريف "مكان العمل الخارجي المكشوف"؟

تعرّف أماكن العمل الخارجية المكشوفة بأنّها أماكن العمل التي يتعرّض فيها العمّال للظروف المناخيّة (مثل أشعّة الشمس أو الرطوبة أو الحرارة). [القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ١]

٦. هل يمكن العمل في أماكن خارجية مُظلّلة ومُزوّدة بالتهوئة؟

نعم! إذا كانَ العمل يُنفّذ حصرًا في أماكن مُظلّلة ومُزوّدة بالتهوئة، يمكن عندئذٍ العمل في الخارج، شرط أن يكون مؤشّر درجة الحرارة بمقياس ذي بُصيلة مخضّلة (WBGT)، المُستخدَم لتقييم مستوى الإجهاد الحراري في العمل، أقلّ من ٣٢,١ درجة مئوية.

٧. ما هو تعريف "أماكن العمل المُظلّلة والمُزوّدة بالتهوئة"؟

تشمل أماكن العمل الخارجية حيث يتوفّر نظامٌ كافٍ ومناسب للتهوئة الاصطناعية (مَراوح و/أو مكيّف للهواء)، حيث لا يتعرّض العمّال لأشعّة الشمس والأماكن التي لا يترّض فيها العمال للحرارة من المعدّات. [القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ١]

٨. ما هي درجة الحرارة بمقياس ذي بُصيلة مخضّلة (WBGT)؟

درجة الحرارة بمقياس ذي بُصيلة مخضّلة (WBGT) هو مؤشّر مُعتمَد على نطاق واسع لتقييم الإجهاد الحراري في العمل. يأخذ في الحسبان درجة الحرارة والرطوبة وسرعة الرياح وأشعّة الشمس. تماشيًا مع القرار الوزاري الجديد، ينبغي وضع جهاز لقياس هذا المؤشّر بالقرب من العمّال، من دون أن يتسبّب بالحوادث و/أو عرقلة سير عملهم الطبيعي. وهذا يضمن أن تعكس البيانات المُسجَّلة مستوى الإجهاد الحراري الفعلي لدى العمّال.

٩. ما هي التدابير المحدّدة المتعلّقة بتوفير المعلومات والتدريب، وتوفير مياه الشرب وأماكن الاستراحة المُظلَّلة ومعدّات الحماية الشخصية؟

ينبغي توفير المعلومات للعمّال والمسؤولين عن السلامة والصحّة حول كيفية الوقاية من الأمراض المرتبطة بالحرّ وتأمين التدريب اللّازم لهم. ويجب على أصحاب العمل تزويد العمّال بمياه شرب مجانية وبدرجة برودة مناسبة، وأماكن استراحة مُظلَّلة تكون متوفّرة بسهولة للعمّال وفعّالة في حمايتهم من أشعّة الشمس أثناء الاستراحات، بالإضافة إلى معدّات الحماية الشخصية الملائمة للطقس الحارّ. [القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ٤]

١٠. كيف يمكن لأصحاب العمل أن يُساعِدوا في عملية تأقلم العمّال؟

التأقلم هو تكيُّفٌ فيزيولوجي تدريجي يُحسِّن قدرة العمّال على تحمُّل الإجهاد الحراري عن طريق تعزيز الاستجابات البشرية الحرارية-الفيزيولوجية في الحرّ. ينبغي على أصحاب العمل أن يسمحوا للعمّال بالتأقلم مع الظروف من خلال زيادة عبء العمل بشكل تدريجي أو إعطاء المزيد من الاستراحات للعمّال الجُدُد وللعمّال العائدين إلى الوظيفة بعد فترة انقطاع عن العمل. واستنادًا إلى تحليلٍ للظروف السائدة خلال فصل الصيف في قطر، يوصى بتهيئة العمّال الجُدُد تدريجيًا لمدّة أسبوعَيْن قبل إسناد كامل المهام إليهم.

١١. هل العمل في الليل آمن؟

من شأن الدوام الليلي أن يُقلّل من تعرُّض العمّال للإجهاد الحراري. ولكنْ، قد يتسبَّب ذلك بآثار سلبية على سلامة العمّال وإنتاجيتهم وصحّتهم. فقد يؤدّي نقص النوم المتراكم طيلة أيّام متتالية إلى إرهاق حادّ أو مزمن، وقد يزيد من خطر الحوادث.إلّا أنّه استنادًا إلى تحليل للظروف خلال فصل الصيف في قطر، تبيّن أنّ دوام العمل الممتدّ من الساعة الرابعة عصرًا حتّى الثانية فجرًا يقدّم المزيج الأمثل الذي يجمع بين انخفاض الإجهاد الحراري في العمل ومحدودية خطر نقص النوم.

١٢. ما هي الفحوصات الطبّية اللازمة لتشخيص وإدارة الأمراض المزمنة التي قد تُساهِم في خطر الإجهاد الحراري؟

تُشير الأدلّة إلى أنّ بعض الأمراض المزمنة قد تزيد خطر الإجهاد الحراري، ومنها ارتفاع الضغط وداء السكّري. ينبغي إجراء الفحوصات سنويًا لتشخيص هذه الأمراض من أجل التمكُّن من إدارتها، ويمكن إعادة توزيع المهام وإسناد مهام مختلفة إلى العمّال المُعرَّضين للخطر في ظلّ الإجهاد الحراري.

١٣. ما هي العقوبات في حال عدم الامتثال للقرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١؟

في حال عدم الامتثال لأيّ من الشروط الواردة في القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، يُغلق مكان العمل جزئياً أو كلياً.. [القرار الوزاري رقم ١٧ لسنة ٢٠٢١، المادّة ٧]

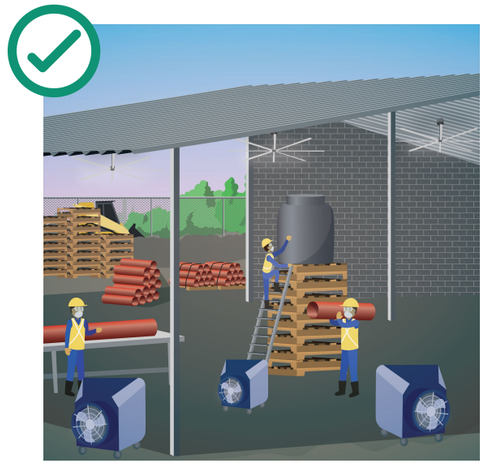
١٤. أين يمكنني التبليغ عن حالات عدم الامتثال؟

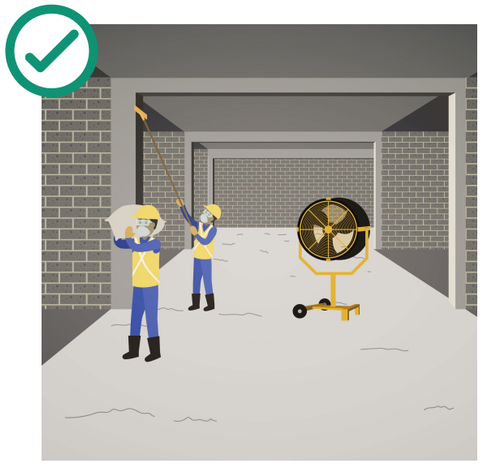
يُرجى الاتّصال بإدارة تفتيش العمل لدى وزارة العمل على الرقم التالي: ٤٠٢٨٨١٠١. مع التأكيد على أنّ الاتّصال سيُعامَل بسرّية، وهذا يعني أنّه لن يُطلَب من المتّصل أيّ من تفاصيل شخصية ولن يتمّ إبلاغ الشركة بالشكوى.

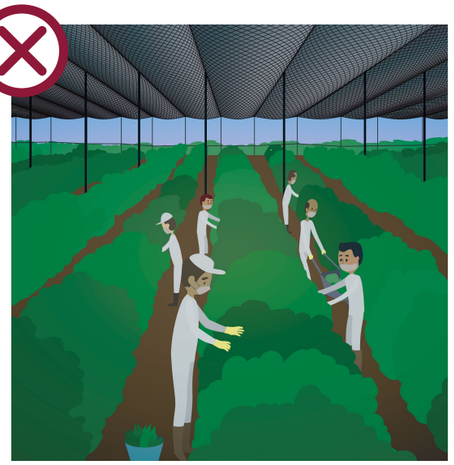
من الأوّل من يونيو حتّى ١٥ سبتمبر من الساعة العاشرة صباحًا حتّى الساعة الثالثة والنصف من بعد الظهر

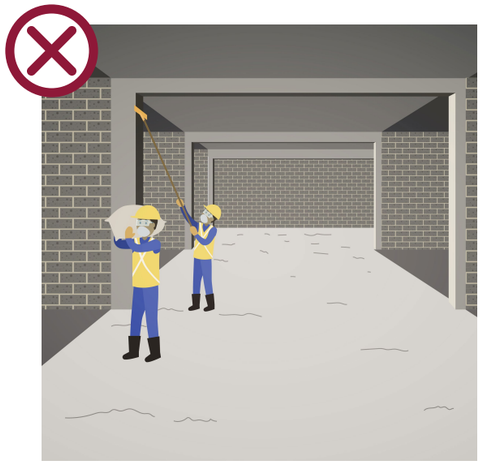
يستطيع العمّال العمل في الأماكن المكشوفة المظلّلة والمزوّدة بالتهوئة
في حال عدم تعرّضهم لحرارة إضافيّة من المعدّات المشغّلة.

لا بدّ من وقف كلّ الأعمال في حال زادت الحرارة عن ٣٢,١°C حسب مؤشر الحرارة ذو البُصيلة المخضّلة









هذا المكان مظلّل ولكنّه غير مزوّد بالتهوئة

هذا المكان مظلّل ولكنّه غير مزوّد بالتهوئة

تشغيل المعدّات يولّد حرارة إضافيّة.

هذا المكان مظلّل ولكنّه غير مزوّد بالتهوئة

تشغيل المولّد يولّد حرارة إضافيّة

هذا المكان مظلّل ولكنّه غير مزوّد بالتهوئة

هذا المكان مظلّل ولكنّه غير مزوّد بالتهوئة

جرت الاستعانة بهذه الصور لأغراض توضيحيّة.