



دور الصحة العامة على صعيد تدابير الوقاية من الإجهاد الحراري والأمراض المتصلة به

الدكتور محمد آل ثاني

- مدير إدارة الصحة العامة، وزارة الصحة العامة، قطر
- أستاذ مساعد – في جامعة قطر وفي جامعة ويل
كورنيل للطب

المؤتمر الدولي بشأن الإجهاد الحراري المهني:
"ممارسات التطبيق وتبادل الخبرات"

9 و10 أيار/ مايو 2023

مقدمة

- يُشكّل الإجهاد الحراري مصدر قلق كبير في قطر بسبب موقع الدولة في الشرق الأوسط، حيث **تناهز** درجات الحرارة **الخمسين** درجة مئوية في أشهر الصيف.
- عندما لا يعود الجسم قادرًا على التحكم في درجة حرارته. ترتفع درجة حرارة الجسم بسرعة إلى 41 درجة مئوية أو أكثر في غضون 10 إلى 15 دقيقة. فتتعلّل آلية التعرق، ولا يعود الجسم قادرًا على أن يبرد.
- يزداد الوضع سوءًا مع **تأثير التغير المناخي** حيث من المتوقع أن تشهد المنطقة **موجات حر أكثر حدّة وأطول مدّة في السنوات القادمة.**





مناخ قطر وطقسها

1. مناخ قطر صحراوي

2. تشهد البلاد صيفاً طويلاً من شهر أيار/ مايو إلى شهر أيلول/ سبتمبر مع درجات حرارة تتراوح بين 33 درجة مئوية و50 درجة مئوية مع رطوبة نسبية تصل إلى 100٪.
3. نتيجة هذا المناخ يجد الأشخاص المعرضين للحرارة أنفسهم أمام ظروف خطيرة.
4. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإنَّ وتيرة الحرارة الشديدة وحجمها ومدتها آخذة في الازدياد على مستوى العالم.
5. ارتفع عدد الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بالحرارة بنحو 125 مليون شخص بين عامي 2000 و2016.



Qatar

الوضع الراهن

- اضطلعت قطر بدورٍ مهمٍّ في الحدّ من الأمراض المرتبطة بالحرارة لدى العمّال
- معظم الحالات الوافدة إلى قسم الطوارئ في مؤسسة حمد الطبية وفي مراكز العاملين الصحيين التابعة للهلال الأحمر القطري والهلال الأحمر القطري غير معقدة وتجري معالجتها بسرعة. لم تُسجّل أي حالة وفاة.
- ساهم توقيع الاتفاقية بين وزارتي الصحة العامة والعمل لتبادل البيانات الخاصة بإصابات العمل في التعامل مع الموضوع
- جرى تطوير برنامج سنوي للتدريب على الوقاية من الإجهاد الحراري والعمل على تنفيذه.



مجموعات العمال المستضعفين

- العمال في الأماكن المكشوفة
- العمال في قطاع البناء
- الرياضيون
- عناصر الجيش



قطاعات العمل الأكثر عرضة للخطر

- البناء
- الزراعة
- البنية التحتية
- قطاع الخدمات



الوقاية من الإجهاد الحراري (تابع)

تدابير حكومية

• عام 2019، أعدّ كل من وزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية ومنظمة العمل الدولية واللجنة العليا للمشاريع والإرث ومختبر FAME وجامعة ثيساليا، اليونان دراسةً لمعالجة المشكلة. ثم قامت الحكومة في قطر بتنفيذ الإجراءات التالية:

- تعديل جداول العمل
- فرض فترات استراحة إلزامية للعاملين في الأماكن المكشوفة في خلال فترات اليوم الأكثر حرارةً
- توفير فترات الراحة
- استخدام معدات الحماية الشخصية
- إفساح المجال أمام العمّال لدخول الغرف المجهّزة بمكيّفات
- وضع تقنيات تبريد متطورة للمساحات الخارجية، مثل الملاعب الخارجية ومراكز التسوّق



الإطار القانوني واللوائح ذات الصلة

وضعت قطر إطاراً قانونياً شاملاً للتعامل مع الإجهاد الحراري وضمان حماية العمّال. سنّت الدولة اللوائح التالية:

قانون العمل القطري:

يلحظ قانون العمل أحكاماً تتعلق **بالصحة والسلامة المهنيّتين**، بما في ذلك الوقاية من **الإجهاد الحراري**. ينص القانون على أنّه يجب على أصحاب العمل توفير بيئة عمل آمنة واتخاذ التدابير اللازمة لحماية العمّال من الحرارة الشديدة.

معايير الصحة والسلامة المهنية في قطر: أصدرت وزارة العمل **معايير وإرشادات** محددة بشأن إدارة الإجهاد الحراري، والتي يجب على أصحاب العمل الالتزام بها.

-

الإطار القانوني واللوائح ذات الصلة (تابع)

عام 2021، صدر القرار الوزاري (بتاريخ 26 مايو 2021) ليُحدد ساعات العمل في الدوام الصيفي التي تُمنع في خلالها الأعمال التي تؤدي في أماكن العمل المكشوفة.

- بموجب القواعد الجديدة، تُحدد ساعات العمل خلال المدة من (1) حزيران/ يونيو وحتى (15) أيلول/سبتمبر من كل عام، بحيث لا يجوز مباشرة العمل في الفترة من الساعة العاشرة صباحاً حتى الساعة الثالثة والنصف مساءً.
- وبصرف النظر عن الوقت، يجري إيقاف العمل في أماكن العمل التي يزيد فيها مؤشر الحرارة لجهاز البُصيلمة الرطوبة الكروية على (32,1) درجة. يحتسب مؤشر الجهاز درجة الحرارة في الموقع والرطوبة وإشعاع الشمس وسرعة الهواء.
- بمناسبة **كأس العالم لكرة القدم 2022**، اتخذت قطر إجراءات متعددة ساهمت في تحسين **ظروف العمل والمعيشة** لمئات الآلاف من العمال.



تدابير إدارة الإجهاد الحراري

استحدثت قطر عددًا من الإجراءات لتحسين حماية العمال من الإجهاد الحراري. تشمل هذه التدابير:

حملات التوعية بشأن الإجهاد الحراري:

نظمت الحكومة، بالتعاون مع وزارة العمل والمنظمات الأخرى ذات الصلة، حملات توعية واسعة النطاق لتثقيف العمّال وأصحاب العمل بشأن المخاطر المرتبطة بالإجهاد الحراري. تؤكد هذه الحملات على أهميّة التدابير الوقائية وأعراض الأمراض المرتبطة بالحرارة.

التدريب على الإجهاد الحراري:

يُطلب من أصحاب العمل توفير التدريب للعمّال على إدارة الإجهاد الحراري. يتضمن هذا التدريب معلوماتٍ حول التعرّف على علامات الإجهاد الحراري، والترطيب المناسب، وفترات الراحة، واستخدام معدّات الحماية الشخصية للتخفيف من مخاطر التعرّض للحرارة.

تعديل مكان العمل:

جرى تشجيع أصحاب العمل على تعديل أماكن العمل للحدّ من التعرّض للحرارة. قد يشمل ذلك توفير مناطق استراحة مظلمة، وتحسين التهوية وتدفق الهواء، وتركيب أنظمة التبريد، واستخدام المواد العاكسة لتقليل امتصاص الحرارة.

تدابير إدارة الإجهاد الحراري (تابع)



برنامج تدريب حضوري بشأن الإجهاد الحراري

تدابير إدارة الإجهاد الحراري (تابع)

وزارة الصحة العامة
Ministry of Public Health
State of Qatar - دولة قطر

وزارة العمل
Ministry of Labour
State of Qatar - دولة قطر

മുതൽക്കൽ ഈ നിറങ്ങൾ ശരീരത്തിൽ എങ്ങനെ വെള്ളം ആവശ്യമെന്ന് പറയുന്നു

മൂത്രের রং বুঝিয়ে দেয় শরীরে কতটা জলের প্রয়োজন

पिसाबको रङले शरीरलाई कति पानी चाहिन्छ भनेर देखाउँदछ।



➔

ഉടൻ വെള്ളം കുടിക്കുക

অবিলম্বে জল পান করো

തുറുന്തെ പാനി പിടനുഹോസ്.



➔

ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക

অধিক জল পান করো

ধেরৈ পানি পিডুനുহোസ്.



➔

നല്ലത് : വെള്ളം കുടി തുടരുക

বেশ : জল পান করা চালিয়ে যাও

রাম্রো: लगातार पिउने पानी पिउनुहोस्।



www.moph.gov.qa

[f](#) [@MOPH-Qatar](#)

[t](#) [@MOPH-Qatar](#)

[v](#) [@MOPH-Qatar](#)

Language: English / العربية / Malayalam / മലയാളം

منشورات صادرة بلغات مختلفة

تطبيق تدابير إدارة الإجهاد الحراري

تعديل برنامج العمل

طبّقت قطر في إطار جهود الحدّ من الإجهاد الحراري اللوائح المتعلقة **بساعات العمل** في ظروف الحرارة الشديدة. يجب على **أصحاب العمل** **جدولة العمل** بطريقة تقلل من التعرّض لدرجات حرارة الذروة، مثل إعادة جدولة العمل في الأماكن المكشوفة إلى فتراتٍ من النهار تكون أكثر برودةً أو نقل العمل إلى الداخل عندما يكون ذلك ممكناً.

فترات استراحة إلزامية لشرب الماء:

يتعيّن على **أصحاب العمل** توفير فترات راحة منتظمة للعمال للاستراحة وشرب الماء. يجب أن تكون مرافق الترطيب المناسبة، مثل الوصول إلى مياه الشرب وتجديد الإلكتروليت، متاحةً في مواقع العمل.

الرصد والتنفيذ

بهدف الامتثال **للوائح** الإجهاد الحراري، أنشأت قطر آليات **للرصد** والإنفاذ تشمل:
التفتيش:

تجري السلطات التنظيمية عمليات **تفتيش منتظمة** لمواقع العمل لتقييم **الامتثال** لتدابير إدارة الإجهاد الحراري. قد يواجه **أصحاب العمل غير الممتثلين** عقوبات وإجراءات تصحيحية.

آليات الخط الساخن والإبلاغ:

أنشأت قطر **خطوطًا ساخنة وآليات إبلاغ** للعمال لتوعيتهم بشأن الإجهاد الحراري ومؤازرتهم في التماس المساعدة. وهذا يتيح اتخاذ إجراءات فورية في حالات **عدم الامتثال أو حالات الطوارئ**.

التعاون والشراكات

تدرك قطر أهمية التعاون بين مختلف أصحاب المصلحة للتعامل بفعالية مع الإجهاد الحراري. أبرمت الحكومة شراكات مع:

- المنظمات الدولية
- جمعيات الصناعة
- ممثلي العمال
- شركاء آخرين (العام والخاص - المحلي والإقليمي)

يهدف هذا التعاون إلى:

- تطوير المبادئ التوجيهية
- تبادل أفضل الممارسات
- نشر ثقافة السلامة

الخطط الإستراتيجية المستقبلية

تسمح المقاربات الأكثر شمولاً بالحدّ من تأثير الإجهاد الحراري وهي تشمل:

1. أدوات متينة **لجمع البيانات**
2. **المراقبة** الصحيّة لبيئة العمل **لفحص** الإجهاد الحراري **ومراقبته**
3. تعديل **فترات التناوب بين العمل والراحة** وفقاً لحدود التعرّض للحرارة المقاسة
4. **جهد تعاوني وتآزر** بين وزارة الصحة العامة ووزارة العمل
5. **تحسين قنوات الاتصال** بين الشركاء الرئيسيين
6. **الاستجابة للطوارئ وإدارة الإجهاد الحراري في الوقت المناسب**

خلاصة

حققت دولة قطر **نجاحًا كبيرًا** في تحسين حماية العمّال من الإجهاد الحراري. أحرزت الدولة **تقدمًا ملموساً** في تحسين ظروف العمل وجعلها أقل خطورةً مما هي عليه في البلدان الباردة. أثبتت دولة قطر **التزامها بضمان صحّة العمّال ورفاهيّتهم** من خلال:

1. تنفيذ **أنظمة** شاملة

2. حملات **التوعية**

3. البرامج **التدريبية**

4. **تعديلات مكان العمل**

5. **آليات المراقبة**

ستساهم الجهود المستمرة في هذا المجال في توفير ظروف **عمل أكثر أمانًا وتحسين جودة حياة العمّال بشكلٍ عامٍ**. تنوي الدولة أيضًا مواصلة الاستثمار في **البحث والابتكار**.

