

المحاضرة التاسعة: الأمراض المهنية والصحة النفسية

1-تعريف الأمراض المهنية:

بشكل عام هناك تعريف عديدة للأمراض المهنية منها:

الأمراض المهنية هي التي يتم التحقق من أنها مرتبطة ارتباطا مباشرا أو غير مباشر بالعمل، أي هي التي يكون العمل سببا مباشرا فيها وقد يظهر المرض المهني بعد مدة قصيرة أو طويلة حسب درجة حدة أو شدة التعرض اليومي لبعض الأخطار مثل استنشاق الغبار أو الضباب المسمم أو البخار أو الضجيج أو إلى الاهتزازات التي تؤثر على وتيرة القلب مثلا.

كما تعرف بأنها هي أمراض محددة؛ ناتجة عن التأثير المباشر للعمليات الإنتاجية وما تحدثه من تلوث لبيئة العمل بما يصدر عنها من مخلفات ومواد وغيرها من الآثار وكذلك نتيجة تأثير الظروف الطبيعية المتواجدة في بيئة العمل عن الأفراد (الضوضاء • الاهتزازات، الإشعاعات، الحرارة، الرطوبة ... الخ).

2-تصنيف الأمراض المهنية:

تطرق الباحثون والمختصون في مجال طب العمل والأمراض المهنية إلى عدة تصنيفات للأمراض المهنية فمنهم من صنفها حسب طبيعة العمل ومنهم من صنفها حسب طبيعة مسبباتها ومن التصنيفات الشائعة والمتداولة نذكر ما يلي:

- **أمراض مهنية ناجمة عن عوامل طبيعية فيزيقية:** إذ أن التعرض للظروف الفيزيقية غير المناسبة في بيئة العمل من شأنها أن تؤدي إلى الإصابة بأمراض مهنية، وتشمل الظروف الفيزيقية: تغيرات درجة الحرارة، التعرض لإضاءة غير مناسبة أو لضوضاء مزعجة ومضرة أو لتغيرات الضغط الجوي أو التعرض للإشعاعات أو الكهرباء أو للذبذبات والاهتزازات.





- أمراض مهنية ناتجة عن عوامل بيولوجية: وتنتج عن عدوى الميكروبات أو الفيروسات المتواجدة في جو العمل وتنتقل من إنسان لآخر.

- أمراض مهنية ناتجة عن عوامل نفسية: ومن أمثلة ذلك تقلصات العضلات عند عمال التلغراف وكذا جنون العزلة في الأماكن النائية والبعيدة عن ديناميكية الأفراد.

- أمراض مهنية ناجمة عن عوامل كيميائية: و ينتج الضرر هنا بسبب تعامل هذه المواد مع أنسجة الجسم المختلفة للعامل ودرجة الخطورة هنا تعتمد على عدة عوامل منها درجة تركيز هذه المادة، نوعها كميته وحالتها كما تعتمد درجة خطورتها على طريقة دخولها للجسم و مدة التعرض لها بالإضافة إلى الاستعداد الجسمي للعامل.

3-مداخل الأمراض المهنية:

أن الأمراض المهنية تصل إلى جسم العامل عن طريق ثلاث مداخل هي:

-**الجلد**: تدخل العوامل المسببة للأمراض المهنية عن طريق الجلد إما باختراقه مباشرة دون أن يشعر كالإشعاع أو بعض الميكروبات أو المواد الكيماوية التي ترسو على الجلد فيذيبها العرق و تتسرب إلى الجسم، و إما باختراقه في مواطن ضعف حيث يكون الخدش أو التهاب أو الجروح.

-**التنفس**: إن الهواء الذي يتم استنشاقه يصل إلى ما بين عشرة إلى ثلاثين لترا كل دقيقة، فإذا كان يحتوي مواد ضارة فإنها تترسب في الصدر وتمتص في الرئة مع الدم و تحدث أثارها الضارة في جميع أجزاء الجسم حيث تصل الدورة الدموية، فالمكان السيئ التهوية يعرض العامل للإصابة بأمراض المهنة و يعتبر التنفس مسؤولاً عن اغلب الأمراض المهنية.

-**الفم**: إن تناول الطعام في مكان العمل يعرض الطعام للتلوث بمواد الصناعة، كما أن الأكل بغير غسل اليدين والفم يلوث الطعام بما يعلق بها من مواد الصناعة.

ومن نتائج وانعكاسات الأمراض المهنية على منظمات الأعمال نجد:

- تأثر التزامات المؤسسة ونقص في الأيدي العاملة.

- زيادة التكلفة الطبية.

- تعويضات الإصابة والإجازات المرضية.

- انخفاض الإنتاج والجودة.

- توقف العامل عن العمل.

- عامل جديد لا يملك المهارة.
- انعكاسات على العلاقات بين المؤسسة والعمال.
- الصورة السلبية للمؤسسة.



4- وسائل الوقاية من الأمراض المهنية:

إن مخاطر الأمراض المهنية خفية ليس من السهل إدراكها في اغلب الأحيان ولهذا كانت الأمراض المهنية أصعب وأدق في طريقة مقاومتها ومكافحتها والوقاية منها وخاصة إذا لم تكن عواملها معروفة لدى صاحب العمل أو العامل. أما إذا كانت عوامل الضرر معروفة فإن من السهل على صاحب العمل أن يوفر الوسائل الملائمة لوقاية عماله، كما يكون من السهل على العامل أن يراعي تلك الوسائل ويتبع التعليمات الموضوعة لحمايته. وتتم الوقاية من الأمراض المهنية بإتباع وتنفيذ وسائل الوقاية التي تعمل على منع الخطر من مصدر انبعاثه، وأهم أسس الوقاية بصفة عامة فيما يأتي:

- مراعاة الترتيب والنظافة من خلال تحسين المستوى الصحي لجو العمل والعناية بنظافة مكان العمل وإضاءته وتهويته وسلامة مبانيه وأرضياته واستوائها، لان من شان كل ذلك إمكانية التخلص من عوامل الضرر.

- التخلص من ملوثات الجو (الأبخرة، الأدخنة، الغازات، الأتربة) من خلال إجراء العمليات الصناعية الضارة داخل أجهزة أو آلات مغلقة غلقاً تاماً بحيث لا يتسرب منها إلى جو العمل أي دخان أو غبار أو غاز. والتخلص منها بأجهزة تخرجها إلى خارج مكان العمل.

- العناية بالتهوية العامة والإضاءة الطبيعية والصناعية وإتباع الشروط الواجب توافرها في الإضاءة، وحجب الإشعاعات الضارة ومصادر الضوء القوية أو الوهج.

- إتباع وسائل الوقاية العامة وبخاصة في تداول الخامات ذات الطبيعة السامة.

- توعية العاملين بمخاطر أعمالهم وتدريبهم على الأداء السليم.

- إتباع إجراءات النظافة الشخصية بين العاملين.

- إجراء الفحوص الطبية الابتدائية والدورية في مواعيدها واتخاذ الإجراءات الوقائية عند اكتشاف تفشي مرض مهني بين العاملين وتحويل المصاب إلى الجهة العلاجية المختصة.

ويمكن حصر الإجراءات الوقائية من الأمراض المهنية في الاستراتيجيات الآتية:

-الاستراتيجية الهندسية: وتتمثل في الإجراءات التالية:

- تغيير طريقة العمل أو إحلال مادة بأخرى: وذلك باستبدال مادة خطيرة بأخرى آمنة، وتحقيق القرض المطلوب مثل استعمال حبات من الصلب بدلاً من الرمال في عملية صقل المعادن وذلك لوقاية العمال من مرض تحجر الرئة الذي ينشأ من استنشاق ذرات الرمل.

- العزل: وذلك بعزل مواقع العمل التي تسبب حالات مرضية كالمواقع التي فيها حرارة عالية، ضوضاء مرتفعة ومزعجة.

- حصر العمليات الضارة داخل إطار من الأسوار الحصينة: ويقصد بذلك وضع المواد الخطرة في أماكن محددة، ويتم التعامل معها بحذر وحيطة ويمكن استعمال الحصر والعزل مجتمعين للوقاية من بعض المخاطر المختلفة مثل الوقاية من الضوضاء.

- التهوية: وذلك بخلق بيئة عمل آمنة وتخفيض فرص التعرض للملوثات.

- تحديد انتشار المواد الخطرة في بيئة العمل وهنا يجب التخلص من الأتربة الضارة بطريقة سليمة.

- النظافة العامة: يقصد بها التقليل من انتشار الأمراض المهنية فمثلاً عند تطاير ذرات من الزئبق فإنها سوف تلوث المكان الذي سقطت فيه بالإضافة إلى أماكن أخرى بعيدة، ولهذا فالنظافة العامة مهمة جداً خاصة في حالة التعرض للإشعاعات الذرية.

-الاستراتيجية الطبية: وتتمثل في الإجراءات التالية:

- الكشف الطبي الابتدائي ومن أهم فوائده وقاية العمال من توظيفهم في الأعمال التي تلقي بهم في مواطن الخطر، فالكشف الطبي الابتدائي يضع العامل في عمل لا يكون منه خطر على صحته، فمثلا الشخص المصاب بداء الرئة يجب ألا يعمل في الأماكن المتربة، والشخص المصاب بفقر الدم لا ينبغي أن يتعرض للبتزول حتى لا تزيد حالته سوء.

- الكشف الطبي الدوري: يقع على فترات دورية ومن فوائده أنه يجنب العامل من الأخطار التي سوف يقع فيها، إضافة إلا أنه يساعد على اكتشاف المرض المهني في أولى مراحلها قبل أن يستفحل وتكثف خطورته، بالإضافة إلى ذلك فإنه يعطي فرصة للعامل للاتصال بالطبيب قصد التدقيق الصحي في حالته.

- التنقيف العمالي: يقصد به إلمام العامل ومعرفته بطبيعة عمله ومدى خطورة المواد التي يتعرض لها وكيف تصل هذه المواد إلى جسمه والطرق الكفيلة بحمايته من المخاطر.

- الفحص الطبي العام والخاص: وهو الفحص الروتيني الذي يكون بين فترة وأخرى، ويهدف إلى الرغبة في تكليف شخص بعمل جديد يستدعي التأكد من لياقته البدنية لممارسة ذلك العمل.

- الفحص الطبي عند نهاية الخدمة، وخاصة في مهن معينة وذلك قصد التأكد من مدى تأثيرها السلبي على العامل.

- تأمين وسائل وقائية: ويعني ذلك توفير وسائل وقائية واسعافات أولية وتدريب العمال عليها لاستعمالها بكفاءة لمعالجة الحالات الطارئة قبل نقلها للمراكز الطبية.

-الاستراتيجية الشخصية: وتتمثل في ضرورة استعمال الفرد العامل لوسائل الأمن الفردية والمتمثلة في:

1-أجهزة التنفس: وتستعمل لحماية العمال من مخاطر الأتربة أو الأبخرة والتي يستنشقها العمال أثناء عملهم، ويمكن استعمال أحد الأجهزة التالية:

- أجهزة تنفس تحتوي على كمية من الهواء أو الأكسجين اللازم للجسم.

- أجهزة تنفس تمد الجسم بالأكسجين خارج المكان الذي يعمل فيه العامل.

- أجهزة تنفس تنقي المكان.

2-الملابس الواقية: تستعمل لتحفظ الجسم من الأخطار المحيطة به ويشترط فيها ما يلي:

-لا تسمح بفاذ المادة الموجودة في الجو والتي استعملت هاته الملابس للوقاية منها.

-أن تغطي أجزاء الجسم المعرضة للخطر المحيط بها وأن تكون مطابقة لكل عامل.

-أن تبقى في حالة جيدة نظيفة وجافة.

3-الأجهزة الشخصية الدالة على مقدار الخطر المحيط: وتستعمل هذه الأجهزة في حالة تعرض العمال لخطر الإشعاعات وتشمل ما يلي:

-أقلام حساسة يحملها الشخص المعرض للإشعاع، وبعد فترة من تعرضه للإشعاع تحمض هذه الأقلام،

ثم تقارن بأخرى معروف كمية تعرضها للإشعاع وبذلك يمكن معرفة مدى تعرض العامل.

- مقياس إشعاعي يسجل مقدار الإشعاع الذي يتعرض له العامل.



4- إستراتيجية النظافة الشخصية: إن غسل اليدين بالماء والصابون بصفة دائمة ومستمرة، من شأنه أن يقلل نسبة الإصابة بالأمراض الجلدية المهنية لذلك يجب على العمال أن يتعودوا على تنظيف أيديهم، والعناية بالنظافة الشخصية، ومما ييسر لهم ذلك إمدادهم بوسائل النظافة مثل الماء والصابون وأحواض الغسيل ودواليب لحفظ الملابس وغرف لخلعها.

إن مشكلة الأمراض المهنية وإصاباتهما مشكل يجب على المعنيين الاهتمام به والبحث عن أنجع الطرق والسبل للتقليل منها قدر الإمكان ووقاية المورد البشري الذي أصبح من الصعب إذ لم نقل من المستحيل تعويضه بعد فقدانه عملا بالقول المأثور الوقاية خير من العلاج.



5- أهمية الصحة النفسية للعامل:

للصحة النفسية للعامل صلة وثيقة بكفائته الإنتاجية وعلاقاته الاجتماعية بزملائه في العمل ورؤسائه ومرؤوسيه، فهي ترتبط ارتباطا وثيقا وقويا بمتابرتة على عمله وتحمسه له واستقراره فيه وتعرضه للحوادث، فذوو الصحة النفسية المعتلة نواة الاضطراب والقلق والصراع النفسي والصناعي كما أن شكواهم

لا نهاية لها، إن الصحة النفسية ليست مجرد خلو الفرد من الاعتلال النفسي بل هي حالة تتميز بعلامات ايجابية ومن أهمها:

- **التوافق الاجتماعي:** ويقصد به قدرة الفرد على عقد علاقات اجتماعية راضية مرضية أي يرضى عنها ويرضى عنها الآخرون، علاقات تتسم بالتسامح. والشرط الأساسي لهذا التوافق هو الاتزان الانفعالي للعامل، فاضطراب الحياة الاجتماعية والعلاقات الإنسانية مرهون في المقام الأول باضطراب الحياة الانفعالية.

- **التوافق الذاتي:** ويقصد به قدرة العامل على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزنًا غير أن هذا لا يفيد أن الصحة النفسية تعني خلو الفرد من الصراعات النفسية.

- **ارتفاع مستوى الاحتمال النفسي:** ويقصد بذلك قدرة الفرد على تحمل الإحباط والصمود حيال الأزمات والشدائد وضروب الحرمان المختلفة دون أن يختل اتزانه فينهار، وارتفاع مستوى الاحتمال النفسي يجعل الفرد قادراً على تأجيل إرضاء ذاته وحاجاته العاجلة ابتغاء الوصول إلى لذات آجلة أعلى قيمة منها.

- **الإنتاج الملائم:** ويقصد به قدرة العامل على الإنتاج المعقول في حدود ذكائه وحيويته واستعداداته.
- **الشعور بالرضا:** ومن علاماته استمتاع العامل بالحياة، بعمله وأسرته وشعوره بالطمأنينة والسعادة، وكل عامل معرض لضيق عابر أو توتر نفسي. أما معتل الشخصية فلا يجد للحياة طعماً ولا يعيش حياته بل يكابدها وذلك من فرط ما يعانيه من توترات نفسية مستمرة.

كما أن للصحة النفسية السليمة شروطاً أهمها:

- وراثية غير معيبة وسلامة الجهاز العصبي والغدد الصماء.
- خلو الشخصية من الصراعات النفسية الشعورية واللاشعورية، ويقصد بالصراع النفسي حالة من القلق والتوتر تنشأ من تعارض دافعين قويين لا يمكن إرضاءهما في آن واحد.
- اعتدال البيئة الاجتماعية التي تحيط بالعامل في مطالبها منه وإرضائها حاجاته الجسمية والنفسية الأساسية إرضاءً كافياً ومعقولاً.