

DUST HAZARDS AND CONTROL AT CONSTRUCTION SITES

Dust can cause a variety of health problems and physical risks to Labors. Therefore, certain steps should be taken to avoid health risks associated with it. But first of all we should understand the main health issues related to working in a dusty environment.

Health hazards of dust (Explained by the “WHO”):

According to a study published by “World Health Organization”: “Dust is linked to the spread of occupational lung diseases, as well as systemic poisoning such as lead poisoning, and the safety of silica dust in construction, especially at high exposure levels. There is also a growing interest in other dust-related diseases, such as Cancer, Asthma and Inflammation Allergic Alveoli and Irritation”.

Other studies had made clear the relationship between Crystalline silica saturated dust and a number of fatal lung diseases and those targeting the kidney directly. But even if no pollutants are found in dust, we must avoid inhaling it at any cost since inhaling dust can cause other problems such as:

Eye Injuries

Dust can deeply affect the eyes since they are sensitive body organs, a high exposure to dust can lead to injuries and in other cases to diseases that may cause blindness

Runny Nose

Inhaling dust will provoke defense mechanisms in our bodies, and there is no doubt that inhaling air filled with dust can affect a sensitive organ like the nose, which may lead to suffering excessive sneezing and runny nose.

Coughing

Repeated coughs are not a strange thing when people are exposed to polluted air particles, and dust is no different

Facial pressure and pain

Suffering pain in your face and head while working in a dusty environment means you inhaled a great deal of dust. You should leave the area to another one with clean air immediately.

In extreme cases always seek medical health, since first aid can alleviate the problem no solving it completely.

Practices to avoid dust injuries and diseases:

- Eliminate the source of dust through procedures such as engineering controls.
- Use tools made to collect dust such as vacuums if necessary.
- Use water to suppress dust by spraying it on sandy grounds.
- Stay away from areas with high levels of dust. Use safe equipment (masks and eye protection wears) to avoid dust hazards.
- Cover piles of sand with plastic sheets

Dust It Off: (simple ways to remove dust from your eyes)

- Flush your eyes with water: With clean hands, wash your face with clean warm water and try to blink to remove dust.
- Try a washcloth: applying a dampened washcloth on your eyes will make your eyes tear naturally, which will lead to getting rid of dust eventually.



يمكن أن يتسبب الغبار بعدد من المشاكل الصحية للعمال في مواقع البناء، لذلك ينبغي اتباع عدد من الخطوات لتجنب هذه المشاكل. ولكن، علينا بدايةً أن ندرك المخاطر الصحية الرئيسية التي ترتبط بالعمل في البيئة المغبرة.

مخاطر الغبار الصحية (وفقاً لمنظمة الصحة العالمية):

وفقاً لدراسة نشرتها منظمة الصحة العالمية فإن: "الغبار يرتبط بانتشار أمراض الرئة ذات العلاقة ببيئة العمل وكذلك بالتسمم الجهازى مثل التسمم بالرصاص. ومن هنا تتبع أهمية مراعاة منظومة السلامة في مواقع البناء لتجنب الغبار مركز السيليك، لاسيما عند التعرض له بشكل كبير. وهناك أيضاً اهتمام متزايد بالأمراض ذات العلاقة بالغبار الأخرى، مثل السرطان والربو والتهاب الحويصلات الهوائية والتهيج".

وقد أوضحت دراسات أخرى العلاقة بين الغبار المشبع بالسيليك البلورية وعدد من أمراض الرئة القاتلة، وتلك التي تستهدف الكبد بشكل مباشر. وفي حال لم يكن الغبار محملاً بالملوثات، فإن تنشقه ببساطة يمكن أن يتسبب بعدد من المشاكل. وأبرز هذه المشاكل:

إصابات العينين:

يتسبب الغبار بالعديد من الإصابات للعينين، منها خفيفة الأعراض ومنها الجسيمة، وفي بعض الحالات أيضاً، قد يقود التعرض للغبار إلى أمراض قد ينجم عنها فقدان البصر.

سيلان الأنف:

يحث استنشاق الغبار آليات الدفاع في الجسم طبيعياً، والأنف هو أول محطات الدفاع عندما يتعلق الأمر باستنشاق الهواء، وقد يؤدي استنشاق الغبار إلى معاناة العطاس المتكرر (المفرط) وسيلان الأنف.

السعال:

ليس السعال المتكرر أمراً غريباً عندما يتعرض الناس للهواء المحمل بالجزيئات السامة أو المؤذية، وكذلك هو الأمر عند التعرض المباشر للغبار.

ألم وضغط في الوجه:

تعني معاناة الآلام والضغط في الوجه ومقدمة الرأس أثناء العمل في بيئة مغبرة أنك قد تنشقت كمية كبيرة من الغبار، لذلك عليك أن تغادر تلك المنطقة إلى أخرى نظيفة الهواء على الفور.

في الحالات الشديدة، اطلب التدخل الطبي فوراً لأن الاسعافات الأولية يمكن أن تخفف من حدة المشكلة لا أن تضع حلاً نهائياً لها.

ممارسات لتجنب الإصابات والأمراض الناتجة عن الغبار:

- استخدم الأدوات الخاصة بالتخلص من الغبار مثل المكانس الكهربائية إن لزم الأمر.
- قم برش الأرض الرملية (أو تلك المغطاة بالرمال) بالماء للسيطرة على الغبار.
- ابق بعيداً عن المناطق كثيرة الغبار.
- استخدم معدات السلامة (كمامات الفم والنظارات الواقية) لتجنب خطر الغبار.
- غط أكوام الرمال بالأغطية البلاستيكية.

اطرده من عينيك: (طرق بسيطة لإزالة الغبار من العينين):

- اغسل عينيك بالماء: بيدين نظيفتين، اغسل وجهك بالماء وحاول أن ترمش قدر ما تستطيع للتخلص من الغبار.
- جرب استخدام منشفة مبتلة: إن وضعك منشفة مبتلة على عينيك لا شك سيجعلها تدمع طبيعياً، مما سيقودها إلى دفع الغبار خارجها وبالتالي إلى التخلص منه.

