

## الضجيج

"أنا معرض للضجيج أكثر مما أظن!"

### نقطة مرجعية

قراءة 20% من العمال هم معرضون إلي ضجيج يزيد علي 85 ديسيبال(أ)، مع دمج كل فترات التعرض (بحث سومر 2010)

### علامات الخطورة

إصابة السمع خبيثة:

- ❶ فهي تظهر تدريجيا بعد 35 سنة.
- ❷ تضطرون لرفع مستوي الصوت لسماع التلفاز.
- ❸ تطلبون التكرار حين يتكلم معكم احد.
- ❹ تعانون من الصفير و من الطنين في الأذن.

### الأثار

- ❶ علي السمع: حاذري، فإن الصمم يقع بشكل تدريجي و خبيث علي مدى عدة سنوات و يمس الأذنين الاثنتين.
- ❷ علي الجسم: يسبب الإرهاق، القلق، سرعة الغضب، التوتر و اضطراب النوم، يمكن أيضا أن يسبب الضجيج ، اضطرابات القلب و الأوعية الدموية: ارتفاع دقات القلب و ارتفاع ضغط الدم. يمكن كذلك أن يسبب الضجيج صداع في الرأس.
- ❸ علي الشغل: يفسد الضجيج جودة العمل و يؤدي إلي صعوبة في التركيز، و يخل بالتواصل بين الناس، يغطي علي الإشارات الصوتية للإنذار، الممكن أن تكون مصدرا لحوادث العمل .



### كف يجب التصرف

#### علي المستخدم

- ❶ تقدير الأخطار: يجب القيام بقياس مستوي الضجيج في الورش و في مراكز العمل.
- ❷ الحماية الجماعية هي إجبارية بالنسبة لمستويات الضجيج التي تفوق عن 85 دب(أ).
- ❸ تخفيض الضجيج من منبعه بوسائل تقنية ملائمة: عزل، وضع في صندوق، امتصاص، شاشة صوتية.
- ❹ قوموا بمعالجة صوتية للمحلات (بمواد امتصاص).
- ❺ استعملوا الماكينات الأقل ضجيج ممكن.
- ❻ يجب أن يحدد المستوي الأدنى للصوت الذي لا يمكن تجاوزه في دفاتر الشروط.
- ❼ قوموا بصيانة وقائية: بصفة منتظمة للماكينات ...
- ❽ اشروا إلي المناطق التي فيها ضجيجا يزيد عن 85 دب.
- ❾ اخبروا و كونوا العمال علي المخاطر، و نتائج القياسات الصوتية و استعمال الحاميات السمعية.
- ❿ مهما كان مستوي التعرض للضجيج، يجب حذف أو تقليل الخطر. يبدأ الخطر السمعي بعد تعرض إلي ضجيج يصل إلي 80 دب لمدة 8 ساعات تعرضا في اليوم، أو طوال 40 ساعة في الأسبوع.

#### كلنا معنيون

- ❶ يتحتم علي المستخدم وضع رهن إشارة العاملين حاميات للضجيج ابتداء من مستوي 80 دب(أ). لبس الحاميات إجباري عندما يفوق مستوي الصوت 85 دب(أ).
- ❷ استشارة العمال و طبيب الشغل لاختيار أحسن حاميات سمعية.
- ❸ أحسن حماية هي التي تحمل علي الأذنين.
- ❹ اختاروا نوع من الحاميات الفردية الملائمة لمستوي الضجيج ولمركز الشغل: خوذة الرأس، سداة الأذن لاستعمال فريد، سداة الإذن ذات قلوب، عصابة الرأس...
- ❺ لبسوا إجباريا الحاميات السمعية خلال كل فترة التعرض للضجيج.
- ❻ خففوا قدر الإمكان تعرضكم للمضيقات الصوتية. حاذري من منابع الضجيج الغير مهني مثل: الملهى الموسيقي، الحفلات الموسيقية، السماعة الموسيقية المحمولة...

[www.ast67.org](http://www.ast67.org)

قانون الشغل

Code du travail:

» article R. 4431-2  
المادة

# AST<sup>67</sup>

Alsace Santé au Travail

tp tka-

[www.ast67.org](http://www.ast67.org) • 3 rue de Sarrelouis- 67080 Strasbourg • [prevention@ast67.org](mailto:prevention@ast67.org)  
• tél. 03 88 32 18 67 • février 2017 © tous droits réservés