

إحمِ نفسك من الأسبستوس لدى الترميم

في معظم الحالات، يطلب القانون أن تستخدم شخصاً لديه رخصة في إزالة الأسبستوس للتعامل مع أي أسبستوس في منزلك. نوصي بشدة بأن تقوم بذلك في كل الحالات من أجل حمايتك وحماية عائلتك.

إذا كنت قادراً قانونياً على إزالة الأسبستوس بنفسك واخترت أن تقوم بذلك، إتبع التوصيات في بيان الحقائق هذا. إذا لم تكن متأكداً، اتصل ببلديتك المحلية للحصول على مشورة أو أطلب مشورة شخص محترف.

ما هي معدّات الحماية الشخصية ولماذا يجب عليّ أن أستخدمها؟

معدّات الحماية الشخصية (PPE) هي أي ثياب أو معدّات مصمّمة خصيصاً من أجل حماية الشخص الذي يضعها من خطر محتمل أو مصدر خطر محتمل. في حالة الأسبستوس، تُستخدم الـ PPE لمنع تنشّق ألياف الأسبستوس وللمنع تلوّث الثياب. وضع الـ PPE يخلق حاجزاً بينك وبين الأسبستوس، وهو ما يحميك من الألياف التي تصبح محمولة في الهواء.

من أين أحصل على الـ PPE ؟

تنوافر الـ PPE تجارياً لدى مزوّدي قطاع البناء، متاجر معدّات السلامة وبعض متاجر الخردوات.



إلبس ثياباً للحماية لدى الترميم.

أي نوع من الـ PPE أستعمل لإزالة الأسبستوس؟

- تختلف الـ PPE باختلاف العمل الذي تقوم به. لأشغال الأسبستوس، تتكوّن عادة (لكن ليس حصراً) من الأغراض التالية:
- قطعة ثياب تغطي كامل الجسم تُستخدم مرةً واحدة
 - أغطية الأحذية
 - قفازات
 - كمامة تنفّس (كمامة خاصة)
 - نظارات حماية العينين.

كيف أستعمل الـ PPE؟

- يجب أن تضع كل قطع الـ PPE كلما كنت تشتغل بالأسبستوس. ضع الـ PPE وفقاً للترتيب التالي.

1. قطعة ثياب تغطي كامل الجسم تُستخدم مرةً واحدة

- النوع 5، الفئة 3 (prEN ISO 13982-1) للحماية من اختراق ألياف الأسبستوس. معلومات التصنيف متوافرة على الرزمة.
- يجب أن تكون بقياس واحد كبيرة جداً لمنع كسرها أو تمزيقها.
- يجب أن تشمل غطاءً للرأس وأوثقة مرنة للذراع والرجل.

2. أغطية الأحذية

- تُلبس فوق الحذاء، على أن تغطيه بالكامل وتثبت بإحكام فوق الكاحل. بعد ذلك يتم سحب الطرف السفلي من قطعة الثياب التي تغطي كامل الجسم بحيث يصبح فوق أغطية الحذاء.
- إذا لم تتوفر أغطية الحذاء، لا تضع أحذية بشرائط لأنه لا يمكن تطهيرها من التلوّث بسهولة. يوصى بوضع حذاء من المطاط لأنه يمكن مسحه لتنظيفه بسهولة ويمكن استعماله بعد ذلك لأشغال لا تتعلّق بالأسبستوس.

3. القفازات

- أدخل القفاز تحت الكم الذي يغطي كامل الذراع. إذا كان رخواً، أحكم تثبيته برباط لاصق.

4. حامي التنفّس

- يجب وضع كمامة تنفّس مناسبة طوال الوقت لدى العمل بالأسبستوس.



- يوصى بكمامة تنفّس واقية من الجزيئات تغطي نصف الوجه وتستخدم لمرة واحدة، على أن يكون تصنيف الحماية الخاص بها P2. كمامة الغبار البسيطة غير مناسبة.
- لإحكام الوجه بفعالية، يجب على الشخص أن يكون حليق الذقن وأن لا يضع أبداً كمامة التنفّس فوق القبعة أو غطاء الرأس.

5. نظارات حماية العينين

- ضع نظارة حماية العينين كلما كنت تعمل في ظروف فيها غبار.
- ضع القلنسوة التي تغطي كامل الرأس فوق جانبي نظارة حماية العينين وأربطة كمامة التنفّس.



أداء العمل...

يجب أن تحضّر كل شيء قبل أن تبدأ العمل، لأنه عندما تصبح ملوّثاً، تحتاج إلى أن تكون قادراً على الانتقال مباشرة إلى الناحية غير الملوّثة. حتى وإن كنت لا تبدو متسخاً بعد العمل بالأسبستوس، فإنك تحتاج إلى التطهّر من التلوّث. يجب أيضاً أن تتفادى تلوّث باقي نواحي منزلك وأنت تؤدي العمل. يجب أن تفعل ذلك عن طريق عزل منطقة العمل بشكل محكم بقدر المستطاع عن باقي النواحي باستخدام صفائح البلاستيك، وإزالة أي شيء يمكن أن يصبح ملوّثاً بألياف الأسبستوس. يشمل ذلك أغطية الأرض (مثل السجاد)، طاسات الحيوانات الأليفة، أغراض المطبخ والحمام، المفروشات الناعمة، النباتات المزروعة في أوعية والثياب على حبال نشر الغسيل.

أرسل الأطفال، الحيوانات وغيرهم من أفراد المنزل ليمضوا النهار في الخارج فيما تقوم أنت بالعمل، ولا تعمل في يوم يشهد رياحاً. لا تفعل أي شيء للأسبستوس الذي يخلق الغبار.

هذا يعني أنه لا يجب أن تكسر صفائح الأسبستوس، ولا تستخدم أبداً أدوات كهربائية، مناشير، أدوات صقل، مقادح، مكانس أو فراشي.

كيف أظهر نفسي ومنطقة العمل من التلوّث؟

يجب وضع كل المواد التي تحتوي على الأسيستوس في أكياس نفايات عليها ملصقات تشير إلى الأسيستوس أو توضعها داخل نايلون/بلاستيك بسماكة 200 مايكرو متر (200um)، والتي يمكن شراؤها من المكان ذاته الذي يبيع الـ PPE. ضع صفيحة بلاستيك تحت منطقة عمل إزالة الأسيستوس لكي تلتقط المواد التي تحتوي على الأسيستوس وأي غبار. عندما تصبح واثقاً من أن الغبار والأنقاض أزيلت من منطقة العمل، وتمت إزالة الأسيستوس وتوضيبه بشكل سليم وبات جاهزاً للتخلص منه، يحين عندها وقت التطهير من التلوّث.

يرجى الملاحظة: لا تستخدم أبداً مكنسة كهربائية منزلية لإزالة الغبار من المنطقة التي جرى فيها العمل على إزالة الأسيستوس، حتى ولو كانت تحتوي على فیلتر HEPA.

للتطهير من التلوّث:

- استعمل منديلاً رطباً أو قطعة قماش رطبة لتنظيف أيّ غبار أو حطام على الصفيحة.
- استعمل منديلاً رطباً جديداً أو قطعة قماش رطبة جديدة لإزالة الغبار عن قطعة الثياب التي تغطي جسمك بالكامل والتي يجري التخلص منها بعد الاستعمال، وعن أيّ أدوات استُخدمت خلال أشغال الإزالة.
- وُصِّب صفائح البلاستيك عن طريق طيّ كل صفيحة لوحدها بلطف، مع التأكد من أن المناديل/الأقمشة الرطبة التي استُعملت في التطهير الأولي من التلوّث موضّبة داخل الصفيحة لأنها نفايات أسيستوس. أحكم إقفال صفائح البلاستيك الموضّبة أو ضعها في كيس مخصص لنفايات الأسيستوس واختمه برباط لاصق.
- يمكنك الآن أن تنزع عنك معدّات الحماية الشخصية (PPE). **يجب أن تترك كمّامة التنفّس في مكانها وأنت تنزع باقي معدّات الـ PPE.** إنزع قطعة الثياب التي تغطي الجسم الكامل بلفها من الداخل إلى الخارج ومن الأعلى إلى الأسفل. ضعها في كيس نفايات الأسيستوس الذي يحمل ملصقاً بذلك أو جهّز صفيحة بلاستيك أصغر نظيفة لتوضيب الـ PPE الخاصة بك في داخلها. إنزع أعطية حذاءك، نظّف حذاءك المطاطي بمناديل رطبة وضع المناديل الرطبة مع قطعة الثياب التي تغطي الجسم بالكامل والتي نزعته. إذا كنت قد استخدمت صفيحة بلاستيك، وُصِّبها كما هو مذكور أعلاه لكن لا تختمها بعد.
- عندما تصبح الـ PPE الخاصة بك في كيس عليه ملصق يعرّف عنها أو في صفيحة بلاستيك، يمكنك نزع كمّامة التنفّس ووضعها مع النفايات الأخرى. استعمل منديلاً رطباً أو قطعة قماش رطبة لمسح الجهة الخارجية من الأكياس أو صفائح البلاستيك قبل أن تنقلها من منطقة العمل.
- أختم صفيحة البلاستيك الموضّبة/الكيس الذي يحمل ملصقاً برباط لاصق.
- ضع ملصقاً على صفائح البلاستيك يحمل بوضوح كلمات "خطر: نفايات أسيستوس". أغسل يديك، أطافرك ووجهك جيداً بسائل الصابون.

كيف أتخلّص من الـ PPE؟

لا تقبل كل مراكز النفايات أو المكبات نفايات الأسيستوس. زر موقع هيئة حماية البيئة في نيو ساويث ويلز www.epa.nsw.gov.au للاطلاع على لائحة بالمكانة التي تقبل الأسيستوس المنزلي. تأكد من أن كل نفايات الأسيستوس مغلّقة مرتين ومختومة لمنع تمرّقها. لا تضع نفايات الأسيستوس في أيّ برميل منزلي.

تذكّر...

- تأكد من عدم دخول أحد منطقة العمل بالأسيستوس إلا إذا كان يضع الـ PPE.
- أطفئ كل أنظمة التسخين وتكييف الهواء والمراوح، وأقل كل الأبواب والنوافذ لمنع التيارات الهوائية.
- عَطِّ أو أزل أيّ شيء يمكن أن يصبح ملوّثاً بألياف الأسيستوس (بما في ذلك الأرض وغيرها من المساحات، الحيوانات التي ذُكرت سابقاً، طاسات الحيوانات، أعراض المطبخ، المفروشات الناعمة والنباتات المزروعة في أوعية) وانزع الثياب عن جبل نشر الغسيل.



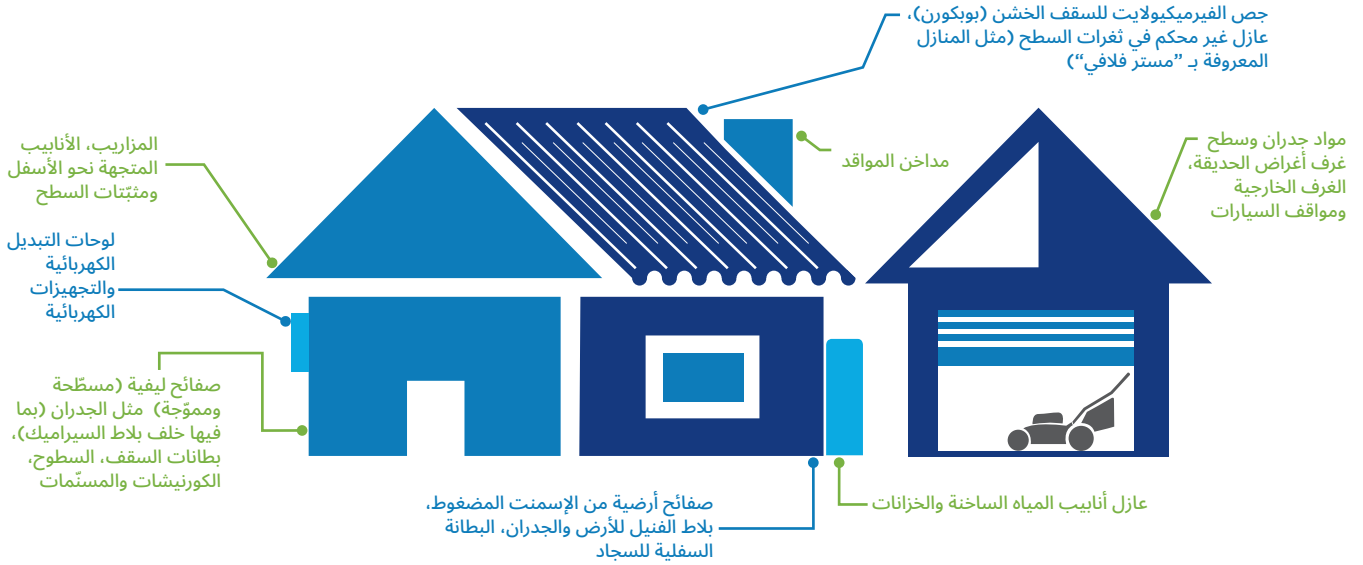
أين يُحتمل أن أجد الأسبستوس؟

بسبب شعبيته كمادة بناء، من المحتمل أن تحتوي أبنية كثيرة شُيّدت قبل أواخر الثمانينات من القرن الماضي على مادة الأسبستوس بشكل ما. يُظهر الرسم البياني أدناه بعض الأمثلة الشائعة التي يمكن أن يوجد فيها.

- مواد محبوكة - حبال النوافذ، مانع التسرب وأطواق منع التسرب
- مواد لاصقة/مواد الحشو/ مواد باسطة في المنتجات - أصماغ، وصلات التمديد، معجون النوافذ والطلاء الصناعي.
- مواد الاحتكاك - لويحات المكابح

تشمل المواد الأخرى التي يمكنها أن تحتوي على الأسبستوس:

- مواد مقاومة للحرائق - حديد الإنشاءات
- عازل الحرارة - عازل الأنابيب وعازل المسحّن
- عازل الصوت - غرف المعدّات وقطع التعامل مع التهوية (AHUs)



يمكن العثور أيضاً على بقايا الأسبستوس في الأتربة حيث تم في الماضي هدم غرف قديمة خاصة بأغراض الحديقة أو منازل قديمة.

أبداً...

- ✗ لا تخلق الغبار.
- ✗ لا تكسر مادة الأسبستوس.
- ✗ لا تعمل في ظروف فيها تيار هوائي أو رياح.
- ✗ لا تستخدم المكانس، الفراشي أو المياه العاملة بضغط شديد.
- ✗ لا تستخدم مكانس الكهراء الخاصة بالمنزل.
- ✗ لا تنزع كمّاتك الخاصة بالتنقّس وأنت لا تزال تشتغل بالأسبستوس.
- ✗ لا تغادر منطقة العمل بالأسبستوس من دون تطهيرها أولاً.

دائماً...

- ✓ خطط مسبقاً لعملك.
- ✓ غطّ منطقة العمل بصفائح من البلاستيك سماكتها 200 مايكرو متر (200um).
- ✓ ضع عليك معدّات الحماية الشخصية المصنّفة على أنها للأسبستوس.
- ✓ تأكد من عدم وجود أدوات كهربائية أو أسلاك كهراء مكشوفة في منطقة العمل.
- ✓ بلّل مادة الأسبستوس باستخدام رذاذ خفيف من المياه.
- ✓ خفّف من عدد الأشخاص في منطقة العمل.
- ✓ طهر نفسك، ومنطقة العمل والمعدّات عندما يتم الانتهاء من العمل.

زر asbestos.nsw.gov.au لمعرفة المزيد.

تم نشره من قبل هيئة حماية البيئة في نيو ساوث ويلز (EPA) نيابةً عن رؤساء هيئات تنسيق الأسبستوس في نيو ساوث ويلز.

البريد الإلكتروني: www.epa.nsw.gov.au info@epa.nsw.gov.au

ISBN 978 1 922260 35 2 | EPA 2019P1500

آذار/مارس 2019

