

# الحماية المدنية



## وعلاقتها بالمناولة اليدوية

من إعداد: المساعد جدال راج

الحماية المدنية الطيبات

ولاية ورقلة

## المقدمة

إن تعرض العمال لحوادث المهنية ترك اثر ملحوظ على صحتهم سواء من الجانب النفسي أو الجانب الجسدي يصعب نسيانه كما أن الشفاء المبكر لهذه الحالات أصبح شبه مستحيل و هذا لقلة الإمكانيات الطبية أو عدم العلاج المبكر للألم عند بدايته. ونظرا لاهمية هذا الموضوع الحساس أصبح من الضروري الالتفاتة إليه

و محاولة معرفة عدد الإصابات مع احصائها وإيجاد السبل الكفيلة

للحد من هذه الظاهرة

فمن هنا قمنا نحن (المساعد رابح جدال) بإعداد هذا

العدد والذي أرجو التمعن في محتواه ومدى أهميته والموافقة على إدراجه ضمن الدروس الخاصة بالإسعافات الأولية والذي يتضمن كيفية التعامل مع المناولة اليدوية نظريا وتطبيقيا.

## المناولة اليدوية

• المناولة اليدوية : هي كل عمل يقوم به الإنسان من رفع وسحب وإنزال ومسك أو كبح

• علاقة المناولة اليدوية بأعوان الحماية المدنية :

إن العمل الروتيني الذي يقوم به أعوان الحماية المدنية كبقية عمال المؤسسات الخاضعة لقطاعات حكومية أو خاصة جزء لا يتجزأ من هذا الأخير إلا وأنه يختلف حسب المهام المخولة له قانونيا .

فمن هذا المنطلق تبدأ العلاقة بين المداولة اليدوية وهذا القطاع وذلك نظرا لوجود أغلبية الأنشطة العملية أكثرها تطبيقا بنسبة تساوي 90% .

• النشاط المهني الخاص بأعوان الحماية المدنية وعلاقتها بالمناولة اليدوية :

أنا العمل المهني الروتيني الذي يقوم به هذا القطاع طيلة 24/24 لدليل واضح على وجود خلية نشطة تسهر ليلا ونهار على حماية

البلاد والعباد هذا ما يجعل ازدواجية المناولة اليدوية عنصر دائم في مختلف

أو تقريب كل النشاطات

## صورة لبعض النشاطات المهنية

رفع ونزول الضحايا

رفع العتاد

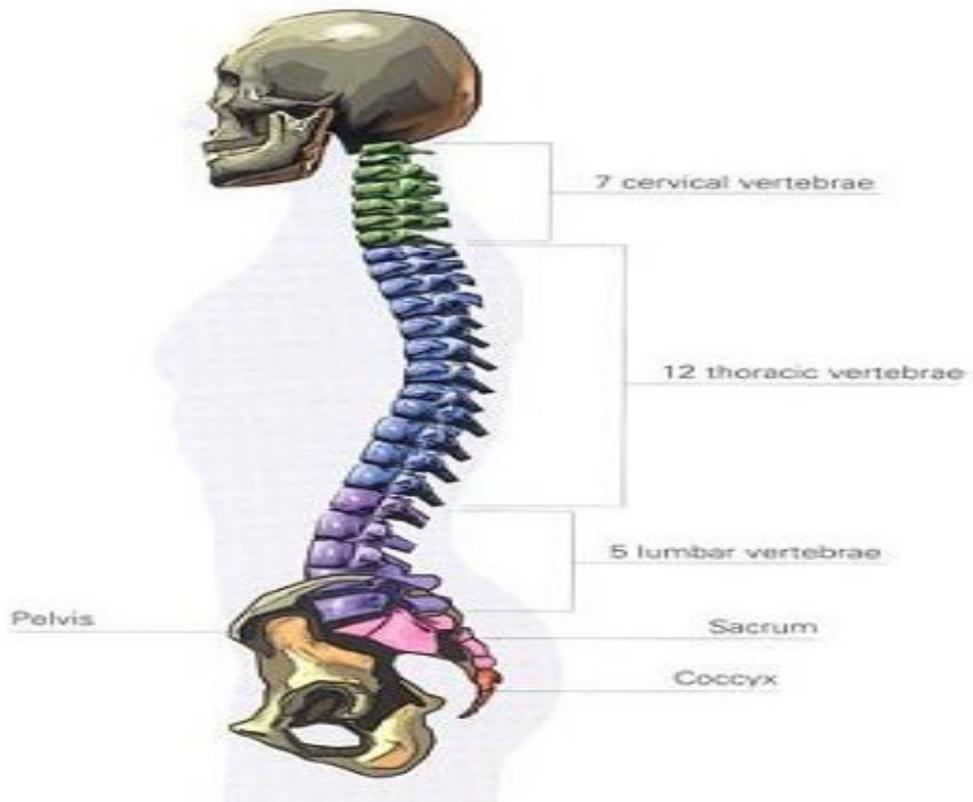
## سحب الضحية من داخل السيارة

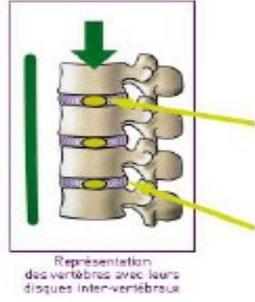


## بعض الأعمال الجماعية الخاصة بأعوان الحماية المدنية



## العمود الفقري لجسم الانسان





أجزاء الجسم التي قد تصاب أثناء عملية التداول اليدوي  
ومعدل حدوثها

الإصابات التي تنجم عن حدوث التداول اليدوي

أنواع الحوادث التي يتسبب عنها إصابات

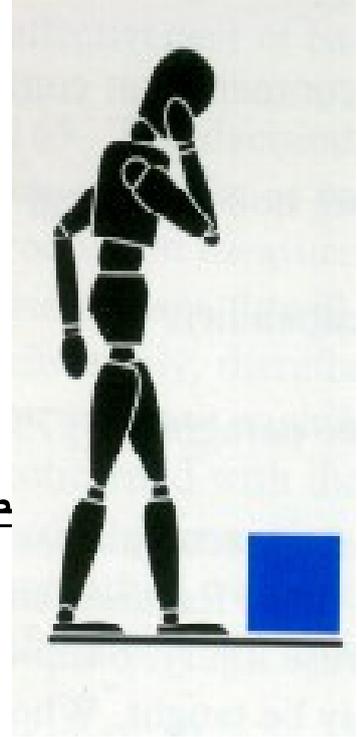
## الاحتياطات الواجب اتحدها للمحافظة على سلامة الظهر

- إن من بين وأحسن طريقة لمنع الإصابات في الظهر هي ممارسة الرياضة
- اتحاد الوضعية الصحيحة عند الجلوس
- الحفاظ على التقوسات الطبيعية للظهر وخاصة عند الرفع
- الالتزام بالشروط والقوانين المهنية
- الالتزام بالعادات الجيدة وهذا ما يساعد على تخفيف العبء
- الوقوف والجلوس وانت منتصب
- ثني الركبتين قليلا اثناء الوقوف
- جعل الابدنين والكتفين وردفيك وكاحليك في خط مستقيم اثناء الوقوف
- المساعدة الجماعية خير من العمل الفردي

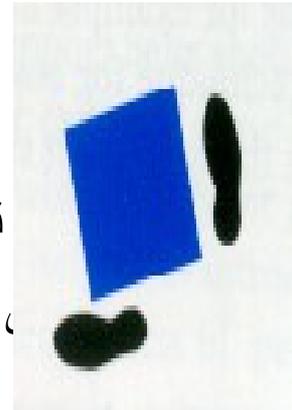
الوضعية الصحيحة للمحافظة علي الظهر

الآلية الصحيحة وأساليب العمل اثناء الرفع

طبط لعملية الوضع قبل التفكير في الرفع



قبل الرفع  
للحمولة

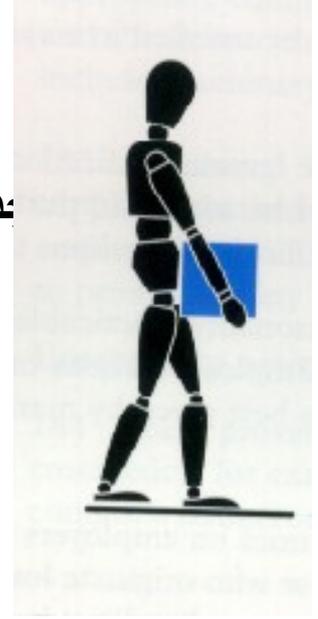


قبل الرفع  
مستقيم

لى ذراعيك ما بين ساقيك  
ازال الجسم عند الرفع



تزداد عند تغيير الاتجاه



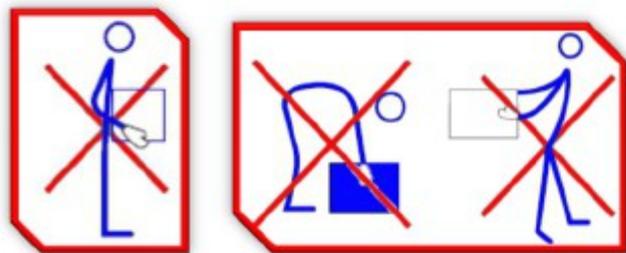
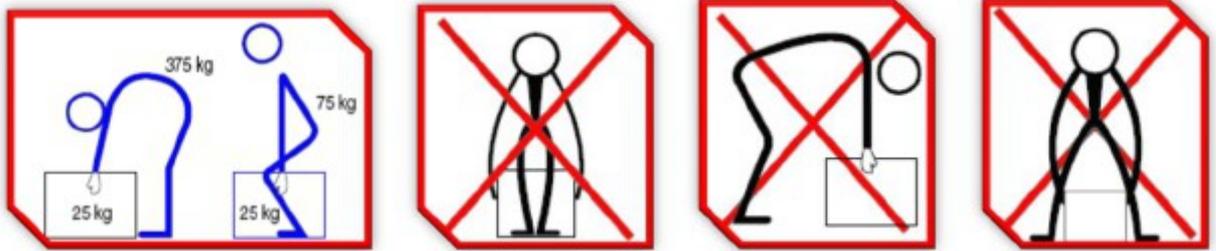
تزداد من خطر الاصابات



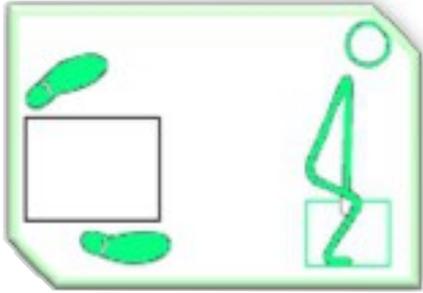
الرياضة

استعراضى لبعض النسب المنوية للاصابات الخاصة بالتداول اليدوي في العمل

## ما لا يجب فعله



## و ما يجب فعله



## الفهرس

- تعريف المناولة اليدوية
- علاقة المناولة اليدوية بأعوان الحماية المدنية.
- النشاط المهني الخاص بأعوان الحماية المدنية .
- في العجلة الندامة و في الظهر السلامة.
- العمود الفقري ووظائفه ودوره في جسم الإنسان .
- أجزاء الجسم التي قد تصاب أثناء عملية التداول اليومي ومعدل حدوثها .
- الإصابات التي تنجم عن حدوث التداول اليدوي .
- أنواع الحوادث التي يتسبب عنها الإصابات .
- الاحتياطات الواجب اتخاذها للمحافظة على سلامة الظهر .
- الحركات الصحيحة للمحافظة على الظهر .
- الألية الصحيحة و أساليب العمل أثناء الرفع
- النسب المئوية للإصابات التداول اليدوي في قطاعات العمل المختلفة

## المرجع

**لكتابة وإعداد النصوص . من طرف المساعد جدال رابح\_ا\_ /01**  
وحدة الحماية المدنية الطيبات ولاية ورقلة

-  
**2/ الاحصائيات الخاصة بي الاصابات الناتجة عن التداول اليدوي**

معهد التكوين للوقاية من الاخطار المهنية /دائرة تقرت



**take it EASY**



**take it EASY!**