

سماعت کی حفاظت کا پروگرام

شور پر مؤثر قابو پانے کے لیے، حکومت، آجر اور ملازمین لازماً مل کر کام کریں۔ شور پر قابو پانے کی موجودہ قانون سازی کا مقصد شور کے منبع اور پھیلاؤ کو کم کرنا ہے۔

(1) شور کے منبع کو کم کریں

- کم شور والی مشین استعمال کریں
- تھر تھراپٹ روکنے والے مواد کے استعمال سے تصادم یا دھچکا لگنے کے اثرات کو کم کرنا
- مفلر یا سائلنسر لگانا
- مشینوں کی باقاعدگی سے مرمت اور درستگی

(2) شور کے پھیلاؤ پر قابو پانا

- شور کے منبع کو علیحدہ کرنا
- آواز جذب کرنے والے مواد یا آواز کی رکاوٹ کا موزوں اطلاق

(3) انتظامی اقدامات کریں

لمبے وقت کے لیے شور والے ماحول میں کام کرنے سے اجتناب کے لیے، ملازمین کے لیے انتظام کرنے پر غور کریں:

- متواتر آرام کا وقفہ
- وقفوں وقفوں سے کام میں ردو بدل

(4) کان کی حفاظت کے ذاتی آلے استعمال کریں

کارخانوں اور صنعتی اقرارنامہ (کام پر شور) کے ضابطہ کے تحت، آجروں کی ذمہ داری ہے کہ اپنے ملازمین کو کان کی حفاظت کے منظور شدہ موزوں آلات فراہم کریں۔

کان کی حفاظت کے آلات اکثر کان مفل اور کان پلگ ہوتے ہیں:

کان مفل

- استعمال میں آسان اور شور کم کرنے میں انتہائی مؤثر

استعمال کرنے کی باقاعدہ ہدایات: اپنے مخالف ہاتھ کو اپنے سر کے پیچھے سے گزارتے ہوئے، اپنے کان کے اوپر والے حصہ کو اوپر اور پیچھے کی جانب کھینچیں پھر احتیاط سے کان پلگ اپنے دوسرے ہاتھ سے لگائیں۔



کان پلگ

■ دو اقسام: کئی دفعہ استعمال کے قابل اور استعمال کے بعد قابل تلاف استعمال کرنے کی باقاعدہ ہدایات: اپنے مخالف ہاتھ کو اپنے کان کے پیچھے سے گزارتے ہوئے، اپنے کان کے اوپر والے حصہ کو اوپر اور پیچھے کی جانب کھینچیں، پھر احتیاط سے کان پلگ اپنے دوسرے ہاتھ سے لگا لیں۔



یاد رکھیں: یہ ضروری ہے کہ کان مفل اور کان پلگ کا لگانا ہنگامی پیغامات سننے میں مغل نہیں ہونا چاہیے۔ کان مفل یا کان پلگ کے متبادل کے طور پر روئی یا عام اینیر فون استعمال نہ کریں۔

(5) باقاعدگی سے سماعت کے معائنہ کا انتظام کریں

- سماعت کھودینے کی ابتدائی تشخیص ہوسکتی ہے اس صورت میں بچاؤ اور علاج کے لیے مناسب اقدامات کریں



انکوائری کی سہولت

اس کتابچے یا پیشہ ورانہ صحت کے معاملات کے بارے میں مشورہ کے سلسلے میں انکوائری کے لیے، برائے مہربانی لیبر ڈیپارٹمنٹ کی پیشہ ورانہ حفاظت اور صحت برانچ سے ان ذرائع سے رابطہ کریں:

ٹیلی فون: 2582 4041

فیکس: 2581 2049

ای میل: enquiry@labour.gov.hk

لیبر ڈیپارٹمنٹ کی طرف سے پیش کی جانے والی خدمات اور اہم لیبر قانون سازی کے بارے میں معلومات ہماری ویب سائٹ: <http://www.labour.gov.hk> پر بھی تلاش کی جاسکتی ہے

شکایات

اگر آپ غیر محفوظ کام کرنے کی جگہ اور طریقہ کار کے بارے میں شکایات کرنا چاہتے ہیں، تو برائے مہربانی لیبر ڈیپارٹمنٹ کی پیشہ ورانہ حفاظت اور صحت کی شکایات ہاٹ لائن 2542 2172 پر کال کریں۔ تمام شکایات پر مکمل رازداری سے عمل درآمد کیا جائے گا۔

شور اور آپ



پیشہ ورانہ حفاظت اور صحت برانچ
لیبر ڈیپارٹمنٹ



کام پر شور کے ذرائع

کام کی جگہ پر شور اکثر مشینوں کے چلنے اور اوزاروں کے استعمال سے پیدا ہوتا ہے۔ شور والا کام اس طرح کی صنعتوں میں سونے کو ملتا ہے جیسا کہ تعمیرات، کھدائی، دھاتوں سے متعلق کام، پلاسٹک، کپڑا سازی، بڑھنی کا کام، اشاعت، تفریحی صنعت، خنزیر ذبح کرنا، وغیرہ۔

پیشہ ورانہ بہرہ پن

شور کان کے اندرونی سماعتی اعصابی خلیوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ ایک دفعہ خراب ہو جانے کے بعد ان خلیوں کو دوبارہ درست نہیں کیا جاسکتا اور یہ مستقل سماعت کی خرابی اور حتیٰ کہ سماعت کھودینے کی طرف بھی لے جائے گا۔ شور کے ساتھ جتنی لمبی مدت کا واسطہ، سماعت کا اتنا ہی بڑا نقصان۔ پیشہ ورانہ بہرہ پن قابل علاج نہیں اور اسی لیے بچاؤ بہت ہی ضروری ہے۔

سماعت کے نقصان کے خطرہ کا اندازہ روزمرہ شور کے ساتھ واسطہ کی مقدار سے کیا جاسکتا ہے۔ سائنسی تحقیق سے ظاہر ہوتا ہے کہ ایسے ماحول کے ساتھ واسطہ جس میں آواز کی سطح (dB(A) 85 تک مسلسل اٹھ گھنٹے ہو تو سماعت کے نقصان کا باعث بننے کا خطرہ بہت زیادہ ہے۔

کارخانوں اور صنعتی اقرارنامہ (کام پر شور) کے ضابطہ کے تحت، آجروں کا فرض ہے کہ سماعت کی حفاظت کے لیے کام کی جگہ پر شور کی سطح کے مطابق اقدامات کریں۔ ملازمین اپنے آجروں کے ساتھ تعاون کریں اور سماعت کے نقصان سے بچنے کے لیے اپنی ذاتی حفاظت پر عمل پیرا ہوں۔

سماعت کھودینے کی علامات

- مسلسل یا وقفوں وقفوں سے کان بجنا
- گفتگو میں شامل لوگوں کے ساتھ یا فون پر بات کرنے میں مشکل
- ریڈیو یا ٹیلی وژن کی آواز بڑھانا
- توجہ دینے میں مشکل
- نیند نہ آنا



شور کا صحت پر اثر

عضویاتی

- کان بجنا
- سماعت کھودینا
- سر چکرانا، سر درد، نیند نہ آنا، تھکاوٹ
- دل کی دھڑکن بڑھنا، بلڈ پریشر بڑھنا
- بھوک نہ لگنا، بد ہضمی

نفسیاتی

- تنک مزاجی
- نفسیاتی دباؤ
- جذباتی خلل

روزمرہ زندگی

- زندگی میں دلچسپی پر اثر
- خاندانی اور سماجی زندگی پر اثر
- ذاتی حفاظت کو خطرہ
- کام پر حفاظت کو خطرہ

