

## الأسبستوس: متى ينبغي أن أقلق؟ Asbestos: When should I worry?

قد يستغرق الأمر عدّة سنوات قبل أن يصاب المرء بالأمراض بسبب التعرّض للأسبستوس. فوفقًا لعوامل الخطورة المذكورة أعلاه، قد يُصاب المرء بالأمراض بعد 15 إلى 30 عامًا من تعرّضه للأسبستوس.

### من المعرض للإصابة بالتعرّض للأسبستوس؟

إذا كان بيتك قد بُني قبل عام 1990، من المرجح أن يكون بيتك يحتوي على الأسبستوس. قد يكون موجودًا في مواد العزل التي تغلف قنوات أو أنابيب المبرجل (furnace). قد يكون كذلك في بلاط الأرضية في منزلك وأماكن أخرى.

يشكل الأسبستوس خطورة فقط في حالة كان متفتتًا أو مهترئًا وعندما تنتقل الألياف إلى الهواء. ألياف الأسبستوس غير المتأثرة والبعيدة عن البيئة الداخلية للمنزل أو المبنى لا تشكل خطرًا كبيرًا. مثل الأسبستوس داخل الحائط أو المنعزل في العليّات، أو المربوط جيدًا في مُنتج سليم على سبيل المثال.

جرى الإبلاغ عن وقوع التعرّض للأسبستوس والأمراض المرتبطة به في صفوف عمال الأسبستوس وعائلاتهم. كما جرى الإبلاغ عن حالات في أولئك الذين يعيشون بالقرب من مناجم الأسبستوس أو مرافق معالجته. يتعرّض عمال البناء والحرفيون الذين يشاركون في تجديد وإصلاح المباني القديمة لمخاطر أعلى جزاء التعرّض للأسبستوس إذا لم تُتَّبع تدابير السلامة.

### كيف يمكنني جعل منزلي آمنًا؟

إذا كنت تعيش في منزل قديم، افحص بصريًا جميع أنابيب المياه الساخنة وقنوات توزيع الهواء للمبرجل (furnace). إذا وجدت مادة عازلة قد تحتوي على الأسبستوس وكانت تتكسر أو تتفكك، فدعها وشأنها. تظهر الفحوصات أن إزالة الأسبستوس من المباني القديمة يمكن أن يزيد من خطر التعرّض له، كما قد تزيد عدد ألياف الأسبستوس في الهواء إذا لم تُتَّخذ التدابير الوقائية الصحيحة. تجنّب وجود الأشخاص والحيوانات الأليفة حول الأسبستوس، واستشر خبير في إزالة الأسبستوس لإزالة المادة بأمان. قد تبدو بعض أشكال العوازل مثل الأسبستوس ولكنها قد تكون في الواقع مواد عازلة من المعدن أو الفايبرغلاس. ومن غير المرجح أن تشكل خطرًا صحيًا. لا يمكنك دائمًا معرفة ما إذا كانت المادة تحتوي على الأسبستوس بالنظر إليها فقط. من الأفضل دائمًا توظيف مختصّ لجمع عينة من المادة وفحصها للتحقّق من وجود الأسبستوس.

إذا كنت تقوم بتجديد منزل قديم، فكن حذرًا من مصادر الأسبستوس غير المتوقعة. فقد يؤدي تلميع بلاط الأرضيات، بأجهزة التلميع بالرمل، أو جدران الجصّ التي تحتوي على الأسبستوس، على سبيل المثال، إلى إطلاق كميات خطيرة من الألياف في الهواء. احصل على رأي مختصّ قبل بدء عمليات التجديد. استعن بمختصّ لإجراء عملية الإزالة.

### ما الأسبستوس؟

يشير مصطلح الأسبستوس إلى مجموعة من ألياف المعدن التي تتواجد طبيعيًا في الصخور. استُخدم الأسبستوس لعشرات السنوات كمادة من مواد البناء في المنازل والمباني الأخرى. كما استُخدم أيضًا في قطع السيارات كحشوات المكابح (الفرامل).

الأسبستوس لونه أبيض عادةً. قد تكون الألياف المتشابكة هشة وتتطاير في الهواء إذا لم تُربط أو إذا ساءت حالتها.

لم يعد الأسبستوس مستخدمًا على نطاق واسع تجاريًا، ولكنه قد يكون لا يزال موجودًا في كثير من المنازل والمباني القديمة. قد تجد الأسبستوس ملفوفًا حول أنابيب المياه الساخنة القديمة وسخانات الماء، أو مستخدمًا لوصل أجزاء من قنوات التدفئة معًا. قد تجد الأسبستوس أيضًا في الأسمت ومواد الأرضيات والسقف.

### ما المشاكل الصحية التي يسببها الأسبستوس؟

يُشكل الأسبستوس خطرًا ضئيلًا على صحتك في معظم الأحيان. فهو يشكل خطورة فقط في حال تنفست ألياف الأسبستوس التي تطلق في الهواء.

عندما تتنفس كميات كبيرة من ألياف الأسبستوس، يمكن أن تتراكم في رئتيك وتبقى داخلها. يمكن أن يؤدي ذلك إلى تندّب الرئة وإصابتها بالالتهاب. إن التعرّض المنتظم أو لفترات طويلة لمستويات عالية من الأسبستوس المتواجد في الهواء يمكن أن يشكل خطرًا لصحتك. فقد يزيد من خطر إصابتك بمجموعة من الأمراض مثل:

- داء الأسبستوس (تندّب الرئتين)
- سرطان الرئة
- ورم الظهارة المتوسطة (شكل نادر من سرطان بطانة تجويف الجسم)

### ما عوامل الخطر المرتبطة بالتعرّض للأسبستوس؟

- هناك كثير من العوامل التي تؤثر على كيفية تأثير التعرّض للأسبستوس على صحتك. وتشمل عوامل الخطر:
- تاريخك المرضي، كأن تكون مدخنًا أو تعاني من أمراض رئوية موجودة مسبقًا
  - كمية الأسبستوس في الهواء
  - مدّة تعرّضك
  - مدى تكرّر تعرّضك
  - نوع وحجم وشكل ألياف الأسبستوس التي تعرّضت لها

- WorkSafeBC - الأسئلة الشائعة لمالكي المنازل  
[www.worksafebc.com/en/resources/health-safety/information-sheets/asbestos-frequently-asked-questions?lang=en](http://www.worksafebc.com/en/resources/health-safety/information-sheets/asbestos-frequently-asked-questions?lang=en)
- WorkSafeBC - ما عليك معرفته (لمالكي المنازل)  
[www.worksafebc.com/en/resources/health-safety/information-sheets/asbestos-what-homeowners-need-to-know?lang=en](http://www.worksafebc.com/en/resources/health-safety/information-sheets/asbestos-what-homeowners-need-to-know?lang=en)

للعثور على محترف يمكنه فحص عينة من موادك للتحقق من وجود الأسبستوس، يُرجى زيارة "دليل المختبرات المعتمدة" في بريتش كولومبيا على [www.nrs.gov.bc.ca/qualified-labs](http://www.nrs.gov.bc.ca/qualified-labs).

وللعثور على مقال متخصص في تقليل إزالة الأسبستوس من منزلك، انظر دليل الصفحات الصفراء (Yellow Pages™) أو ابحث على الإنترنت عن خدمات التخلص من الأسبستوس أو إزالته.

### لمزيد من المعلومات

تفضل بزيارة الصفحات التالية:

- إدارة مخلفات الأسبستوس  
[www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/waste-management/hazardous-waste/registration-of-hazardous-waste-generators-and-facilities/managing-waste-asbestos](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/waste-management/hazardous-waste/registration-of-hazardous-waste-generators-and-facilities/managing-waste-asbestos)