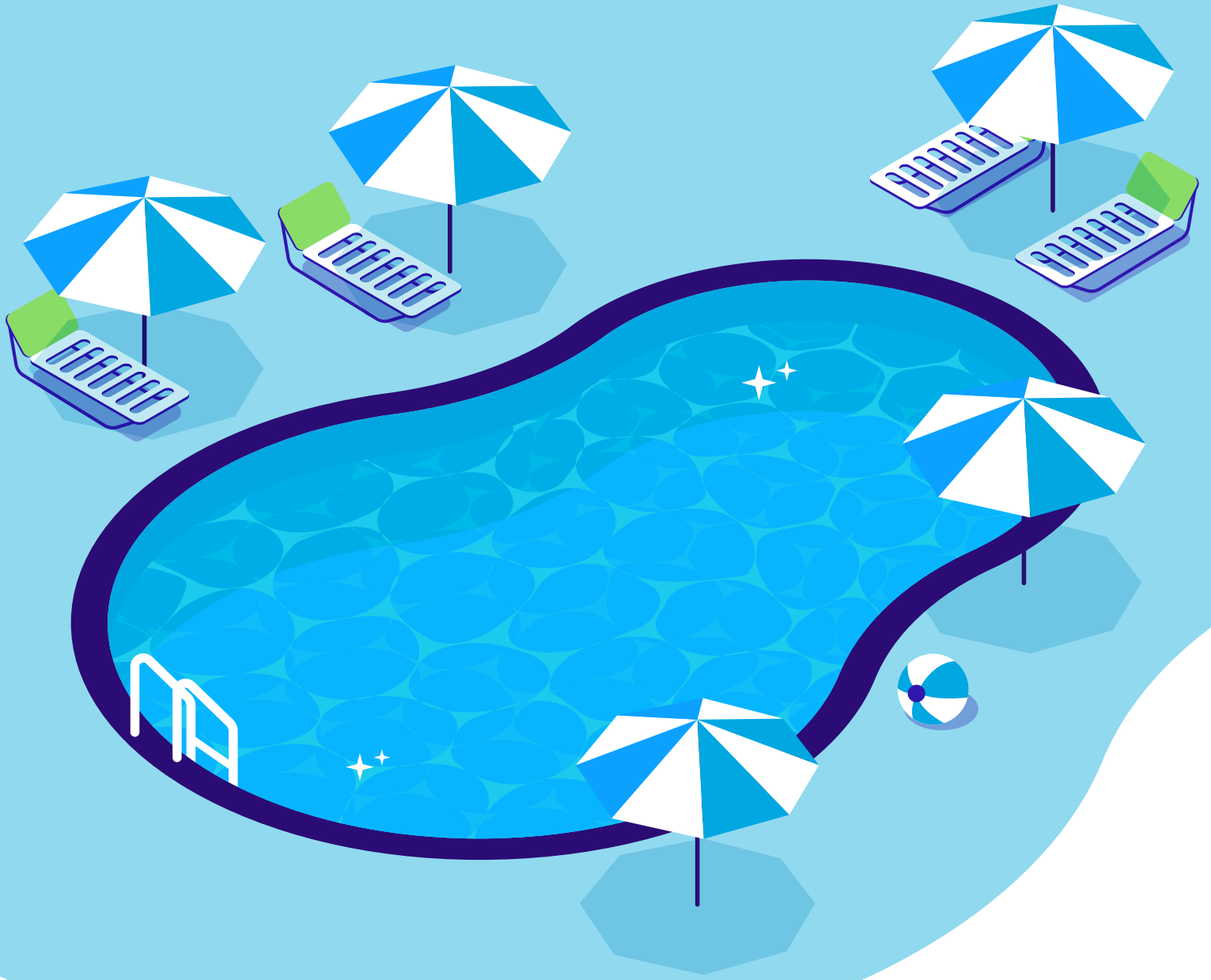


وقاية

هيئة الصحة العامة
PUBLIC HEALTH AUTHORITY

الدليل الوقائي للسلامة في المسابح

هيئة الصحة العامة - شؤون البيئات والمجتمعات الصحية



يستعرض هذا الدليل الإرشادي للمسابح العامة والخاصة
الاستخدام الآمن للسباحة ضمن أفضل الممارسات الدولية
والمحلية عن طريق توفير بيئة آمنة وصحية للسباحة.

المحتويات:

04	مقدمة عن الدليل الإرشادي
04	تصنيف المسابح:
05	الفصل الأول: الإنشاء والتصميم
10	الفصل الثاني: التشغيل والإشراف
19	الفصل الثالث: الطوارئ والإسعافات الأولية
25	الفصل الرابع: إرشادات وقائية
31	المراجع:

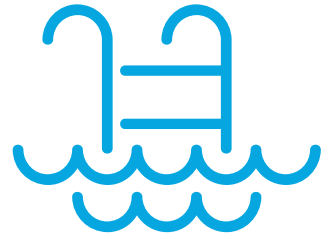
مقدمة عن الدليل الإرشادي:

يهدف هذا الدليل إلى تقديم الإرشادات والإجراءات الوقائية للاستخدام الآمن في المسابح العامة والخاصة بمختلف أنواعها وتطبيق معايير الأمن والسلامة للوقاية والحد من حالات الغرق والإصابات والمخاطر الصحية.



تصنيف المسابح:

يستعرض هذا الدليل أصناف منشآت المسابح والقواعد الإرشادية التي تنطبق على كل منشأة ويمكن تصنيفها إلى قسمين:



المسابح العامة:

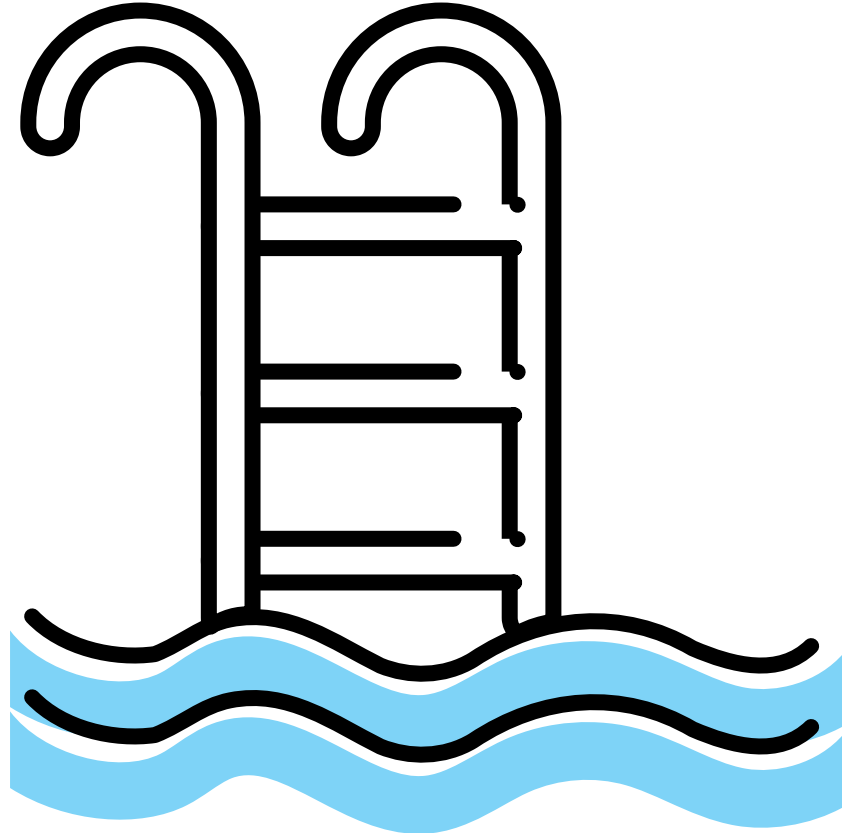
ويقصد بها أحواض السباحة التي يستخدمها عدد كبير من الأشخاص ويتوفر فيها استعمال مشترك مثل مسابح النوادي الرياضية والمراكز الترفيهية والمسابح داخل مرافق الايواء السياحي مثل الفنادق والمنتجعات والمخيمات والشاليهات.

المسابح الخاصة:

ويقصد بها تلك المسابح التي يتم تجهيزها داخل الأماكن السكنية الخاصة ولا يتوفر بها استعمال مشترك وتوجد عادة في الفلل والمنازل والمباني السكنية.

فيما يلي الإجراءات الوقائية للتشغيل الآمن للمسابح العامة والخاصة مقسمة إلى أربعة فصول رئيسية:





الفصل الأول: الإنشاء والتصميم



الفصل الأول: الإنشاء والتصميم

ينبغي الالتزام بتطبيق متطلبات كود البناء السعودي وتنفيذ المعايير والمتطلبات الفنية وجميع الأعمال والتجهيزات والمواد طبقا للمواصفات القياسية السعودية والخليجية المعتمدة وكذلك مراجعة الاشتراطات الخاصة بمتطلبات المسابح والنوادي الرياضية الصادرة من قبل الجهات المختصة مثل وزارة الشؤون البلدية والقروية والإسكان ووزارة السياحة ووزارة الرياضة.

ويستعرض هذا الدليل الإجراءات والمتطلبات الوقائية للصحة العامة في المسابح من أجل توفير بيئة آمنة للسباحة ومعززة للصحة العامة وتشمل التالي:

الحواجز:



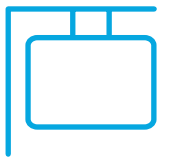
يجب أن تكون حواجز الأمان كافية وذلك لمنع الطفل دون سن 12 عام من الوصول إلى حوض السباحة. كما يجب أن تكون أجهزة فتح قفل الباب على ارتفاع 1.5 متر على الأقل من الأرض، والأبواب تكون ذاتية الإغلاق والأقفال بعيدة عن متناول الأطفال. ومن الضروري أن تكون الحواجز مغلقة بشكل محكم من أربع جهات عادة تكون من خلال شرائح عامودية أو شبكية وألا تزيد المسافة بين الشرائح عن 60 مم. كما يجب أن تكون الحواجز غير قابلة للتسلق ومتينة ويتم فحصها بانتظام.

منع حوادث الانزلاق والتعثر والسقوط:



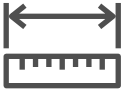
يجب أن تكون الأرضيات والأسطح المحيطة بالمسبح مانعة للانزلاق مع توفر إضاءة مناسبة ولا تعيق الرؤية تحت الماء. كما يجب أن تكون منطقة حوض السباحة خالية من مخاطر التعثر (مثل الأنابيب والمعدات). ويفضل تمييز عمق المسبح والسلالم والخطوات والمداسات بألوان متباينة وأن تكون سهلة الوصول للداخل والخارج وأن يكون المسبح خالٍ من الحواف أو النتوءات الحادة.

اللافتات:



يجب وضع حد أدنى لمتطلبات اللافتات الإرشادية لبرك السباحة والتي تشمل العلامات التحذيرية مثل (خطر، مياه ضحلة)، أو المخاطر الصحية أو لافتات للحظر والمنع مثل (ممنوع الغوص، ممنوع الجري، ممنوع الزجاج). ويجب أن تكتب اللافتات باللغتين العربية والإنجليزية. وفيما يلي تفصيل أكثر لأهم اللافتات الإرشادية للمساح العامة:

لافتة توضح علامات العمق:



- ينبغي أن تكون العلامات بالأرقام بما لا يقل ارتفاعها عن 100 مم.
- وضع العلامات في مكان يمكن رؤيتها من الماء ومن جوانب حوض السباحة.
- يجب أن تكون لافتات علامات العمق من الألوان ذات التباين الحاد مع المنطقة المحيطة. وأي تغيير حاد في التدرج يجب أن يكون ملحوظ بشكل واضح وتثبيت لافتة بذلك.
- لافتة للمياه العميقة ورمزها وعمقها.

لافتة لمنع الغوص:



توضيح الحد الأدنى للعمق المطلوب للغوص وهو 1.8 متر.

لافتة سياسة إدخال الطفل:



يجب أن يتم عرض لافتة توضح سياسة إدخال الطفل للمسبح بوضوح في جميع مداخل منطقة المسبح.

لافتة قوانين وشروط الاستخدام:



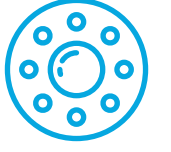
يجب أن تكون قوانين الاستخدام الآمن للمسبح واضحة كما ينبغي استخدام الرموز المناسبة بحيث تكون مرئية من خلال حوض ووسط المسبح. وهناك قواعد وشروط الاستخدام لأحواض السباحة منها: (منع الركض، منع التدخين، منع التدافع ومنع القفز في المسبح ومنع التصوير دون موافقة مسبقة من الإدارة).

لافتات أخرى: تعرض في منطقة المسبح أو حولها مثل:



- زلق عندما يكون رطباً: مناسبة لمناطق غرف التغيير وجوانب المسبح.
- البركة مغلقة: يتم عرضها عندما يكون حوض السباحة غير مستخدم.
- الاستخدام الآمن لمرافق المياه: يجب أن تتماشى هذه الإرشادات مع إرشادات الشركات المصنعة لمرافق المياه.
- لافتات أنشطة المسبح: تشير إلى الأنشطة المسموح بها ومن يُسمح له بالوصول إلى كل منطقة من مناطق المسبح.
- علامات التحذير: تقديم المشورة للسباحين بخصوص ظروف المياه المتغيرة، مثل برك الأمواج ومرافق المياه الأخرى.

الإضاءة:



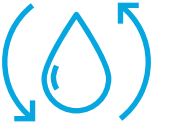
يجب اضاءة المسابح باستخدام أضواء تثبت تحت الماء أو علوية أو كليهما مع ضمان الاضاءة الجيدة لجميع مناطق قاع المسبح أو المسبح نفسه بدون احداث اي انعكاسات أو توهج أو حروق أو صدمات كهربائية أو اضرار ميكانيكية للسباحين أو عمال الانقاذ.

المورد المائي للمياه:



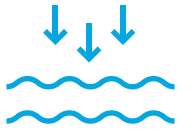
يجب الالتزام بالمواصفات القياسية السعودية لمياه الشرب بحيث يكون المورد المائي للمياه المستخدمة في المسابح العامة والخاصة من الشبكة العمومية أو من مصدر آخر صالحة للشرب وخالية من العكارة في جميع أجزاء الحوض.

نظام تدوير ومعالجة المياه:



يجب تنفيذ النظام طبقا لكود البناء السعودي بالإضافة إلى وجود نظام ميكانيكي لسحب ودفق ومعالجة المياه يشتمل على (مضخة تدوير وفلتر رملي، نقاط شفط ودفق، الإضاءة تحت الماء، أجهزة معالجة المياه كيمياويا، شبكة أنابيب ونظام فلتر ومرشحات).

تصريف مياه المسابح:



يجب تفريغها إلى المجاري العمومية حسب الأصول الفنية وبطريقة صحيحة طبقا لتعليمات البلدية. مع الالتزام بالحد الأدنى لجودة مياه الصرف الصحي المسموح بها طبقا لمتطلبات شركة المياه الوطنية

التحكم بالدخول للمسابح العامة:

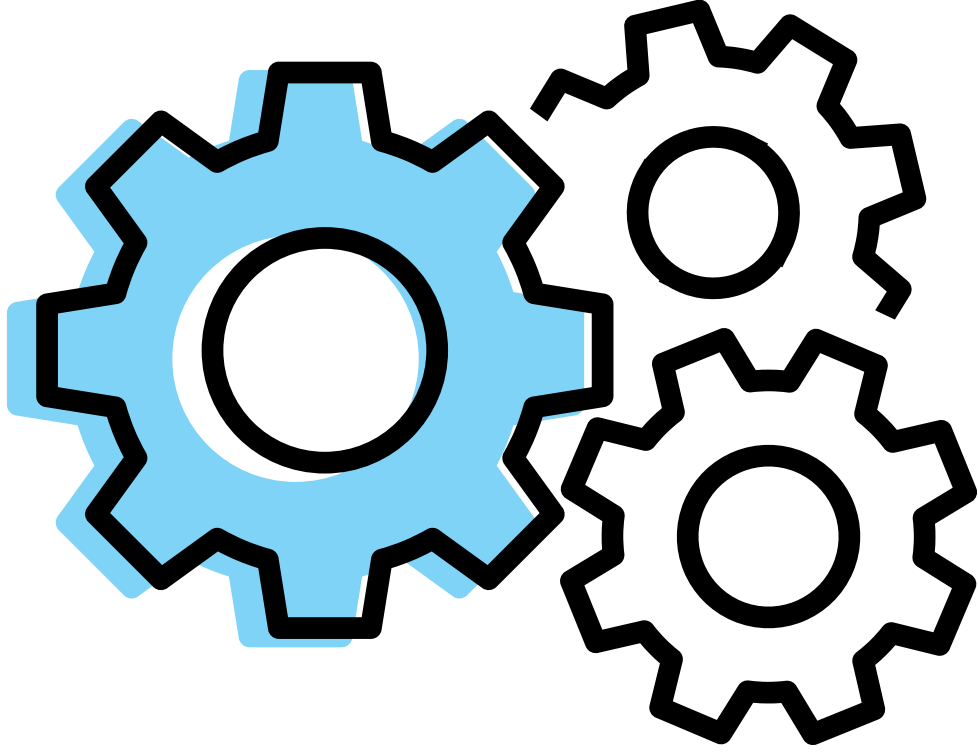
ينبغي اتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع الوصول غير المصرح به إلى المسبح. بالإضافة إلى تأمين غرف المضخات وأجهزة التنقية ومخازن المواد الكيميائية وغيرها من المناطق التي يمنع الوصول إليها بدون تصريح، ويشمل ذلك منع الموظفين الغير مدربين من دخول هذه المناطق.



منع الازدحام والتجمع للمسابح العامة:

من الممكن وضع ترخيص للحد الأقصى لعدد الأشخاص الذين يمكنهم الدخول بأمان إلى المسبح. ويتم تحديد العدد المسموح للسباحين في كل مسبح ويجب على مشغلي المسبح كجزء من تقييم المخاطر إيجاد طريقة فعالة لمراقبة الدخول وتسجيل الحضور وتدريب الموظفين على خطة عمل للطوارئ في حالة الزحام.





الفصل الثاني: التشغيل والإشراف



الفصل الثاني: التشغيل والإشراف

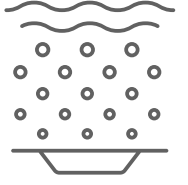
أولاً: التشغيل:



يجب التأكد من تطبيق إجراءات التشغيل وشروط الاستخدام للحد من مخاطر الغرق والإصابات في المسبح ويستعرض هذا الدليل الإجراءات والإرشادات التالية:

- تحديد مكان أجهزة إنذار المسبح، وأجهزة إنذار الحريق، ومخارج الطوارئ وطرق الخروج والإجراءات الواجب اتخاذها عند سماع الإنذار. ومعرفة استخدام معدات الطوارئ وجدول الصيانة الدورية.
- سهولة التحكم في الوصول إلى المسبح والاستخدام الآمن لأغطية المسابح.
- مراقبة جودة المياه باستمرار وجمع العينات لفحصها، ومعرفة الإجراءات التي يجب اتخاذها إذا كانت جودة المياه سيئة.
- درجات حرارة المسابح لا بد أن تكون أقل من 40 درجة مئوية.
- وجود برنامج تنظيف منتظم للمسبح يشمل الحوض وجميع الأسطح المعرضة لنمو الطحالب أو الجراثيم وإزالة القاذورات والمواد الطافية بصفة مستمرة.
- التقليل من وجود الأشياء المتحركة (الأشياء التي يمكن نقلها بالقرب من حافة المسبح وتشكل خطر التعثر).
- يجب توفير عدد كافي من الأدشاش ودورات المياه وأحواض غسل اليدين.
- يجب الاستحمام في المرافق المخصصة للغسل قبل استخدام المسبح.
- صيانة المراحيض ومنطقة الاستحمام وغرف تغيير الملابس بشكل دوري.
- الحفاظ على جودة الهواء وضمان التهوية الكافية خاصة عبر سطح المسبح، والتبادل المناسب للهواء النقي.
- التأكد من صلاحية معدات المسبح وفحصها بصفة دورية وفحص المواد الكيميائية للمياه بشكل يومي.
- يجب أن تكون ملابس الاستحمام والفضة التي يتم إمداد المستحمين بها مغسولة بالماء الساخن والصابون ومعقمة ونظيفة على الدوام.
- يجب توفير حمام قدم مزود بالمطهرات حول المسابح.
- وجود كشافات إضاءة احتياطية تعمل عند انقطاع التيار الكهربائي.
- إخلاء المسبح مباشرة بعد إطلاق الفضلات البشرية العرضية وعدم استخدام المسبح حتى يتم عمل ست دورات ترشيح كاملة يتم خلالها رفع وتركيز المطهرات.





الإرشادات الخاصة بالتطهير والتعقيم في المسابح:

- يجب ترشيح ومعالجة المياه المطلوبة لحمام السباحة كيميائياً لتكون مأمونة تماماً من حيث الطعم والرائحة والتأثير الضار على الصحة والجسم.
- الكلور والبرومين هما المواد الأكثر شيوعاً في الاستعمال لتعقيم والقضاء على الجراثيم وفي حالات خاصة تستخدم طرق أخرى لتعقيم مياه حمام السباحة وأهمها غاز الأوزون وهذا يتم إنتاجه بواسطة جهاز توليد غاز الأوزون.
- في حالة استخدام حمض السيانوريك أو مثبت الكلور أو منتجات الكلور التي تحتوي على حمض السيانوريك يجب أن يكون تركيز الكلور المتاح لا يقل عن 2 جزء في المليون في برك السباحة. كما يوصى بعدم استخدام حمض السيانوريك أو منتجات الكلور مع حمض السيانوريك في أحواض المياه الساخنة.
- تقل قدرة الكلور على قتل الجراثيم عند ارتفاع الرقم الهيدروجيني (PH) فوق 8.
- تزداد قدرة الكلور على قتل الجراثيم عند انخفاض الرقم الهيدروجيني (PH) لأقل من 7 وقد يؤدي إلى تآكل أو تكسر أنابيب المسبح.

- **الأشعة فوق البنفسجية:** يمكن قتل البكتريا الموجودة بمياه الحمام بتمرير المياه داخل أنبوبة طويلة (Ultraviolet Lamps) وتعتمد هذه الطريقة على قوة وعمر اللمبة والمدة التي تتعرض خلالها المياه للأشعة ويستعمل التعقيم بواسطة الأشعة فوق البنفسجية في المسابح الخاصة فقط ولا تستعمل في المسابح العامة لارتفاع التكلفة.

- **الرقم الهيدروجيني (PH):** هو الذي يحدد درجة حمضية المياه ويتدرج من 1 إلى 14 ويجب أن يكون المعدل ما بين 7.2 – 7.8 للحفاظ على راحة السباحين في الماء بمنع تهيج العين والجلد وقتل الجراثيم ومنع الأمراض وعمر الأنابيب.
- يجب فحص الكلور والرقم الهيدروجيني (PH) بانتظام وبشكل دوري مرتين على الأقل يومياً.

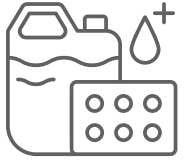
- في حالة الأحواض التي تسير على نظام المياه الجارية الدائرية تتم عملية التعقيم بوضع جهاز الكلور على ماسورة المياه الخارجة من المرشحات بعد الانتهاء من عملية الترشيح وقبل دخول الماء للحوض أو بإضافة الكلور على دفعتين قبل الترشيح وبعده.



• في حالة الأحواض التي تتبع نظام المياه الجارية غير الدائرية يركب جهاز الكلور على ماسورة المياه الداخلة للحوض ويضبط بحيث يضيف الجرعة اللازمة للتعقيم طالما أن هناك مياه تدخل للحوض. في حالة الأحواض التي تملأ وتفريغ كل يوم تتم عملية التعقيم بواسطة جهاز يركب على ماسورة المياه الداخلة إلى الحوض حيث تضاف جرعة الكلور أثناء ملء الحوض ويبطل إضافتها عند انتهاء التعبئة؛ وفي هذا النوع تكون المياه معقمة عند بدء ملء الحوض ولكن يزول التعقيم بمضي الوقت.

الاحتياطات في حالة استخدام مادة الكلور في التعقيم:

- وضع جهاز الكلور في حجرة مستقلة محكمة بها تهوية صناعية مستمرة وأن تجهز بمراوح تتركب أسفل الجدران لسحب وشفط غاز الكلور إذا ما تسرب من الأجهزة.
- أن يكون جهاز الكلور محكما لا يتسرب منه الغاز وأن تكون جميع الصمامات سليمة.
- تزويد الحجرة بالكمادات الواقية من الغازات الخانقة على أن تعلق هذه الكمادات أو الأقنعة الواقية في مكان يسهل الوصول إليها.



ثانياً: الإشراف:

يجب على مشغلي المسابح العامة التأكد من وجود مستوى كاف من الإشراف حرصاً على سلامة المستخدمين. كما يجب عمل تقييم شامل للمخاطر لتحديد المستوى المناسب من الإشراف والأخذ بعين الاعتبار العوامل المهمة مثل: حجم ومرافق وشكل المسبح، مستخدمي حمام السباحة، الحد الأقصى للمستخدمين، والأنشطة التي تتم داخل حوض السباحة. توفير الحد الأدنى المطلوب لمراقبة الأنشطة والإشراف عليها في المسابح العامة يتطلب ما يلي:



حرس الإنقاذ في المسابح:

حارس الإنقاذ في المسبح هو شخص مدرب بشكل مناسب يتم توظيفه لغرض الإشراف على مستخدمي المسبح وأنشطة حوض السباحة. ويمكن تقسيم دور حارس الإنقاذ إلى أدوار رئيسية وثانوية.



الأدوار الرئيسية للمنقذين وتشمل:

- الإشراف على المسبح والمراقبة الشاملة عن كثب لحمام السباحة والسباحين.
- تنفيذ جميع قواعد ولوائح وقوانين المنشأة مثل (منع الركض، منع التدافع، منع الغوص في المياه الضحلة - أقل من 1.8 م - ومنع إحضار الزجاج ومنع القفز في المياه)
- منع الإصابات والحوادث عن طريق التدخل المبكر بمنع السلوكيات الخطيرة التي قد تؤدي إلى وقوع الحوادث وتحذير المستخدمين من مخاطر سلوكياتهم.
- القيام بعمليات الإنقاذ وتقديم الإسعافات الأولية والانعاش القلبي الرئوي والاستجابة لحالات الطوارئ ومساعدة المنقذين الآخرين وموظفي المنشأة عند طلب المساعدة.
- التواصل مع مستخدمي المسبح والزلاء.

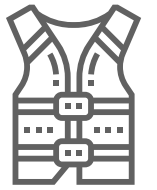
الأدوار الثانوية للمنقذين وتشمل:

- إبلاغ المستخدمين بالقواعد واللوائح.
- ومساعدة المستخدمين في تحديد موقع الشخص المفقود
- واستكمال السجلات والتقارير المطلوبة في الموعد المحدد وتقديمها إلى الشخص أو المكتب المناسب
- المتابعة والإشراف على الصيانة

متطلبات حارس الإنقاذ:

شهادات الإنقاذ والتدريب:

يجب على أي شخص يعمل في مجال حراسة الإنقاذ في المسبح أن يكون لديه شهادة حراسة إنقاذ مسابح صالحة ومعترف بها دولياً تثبت بأنه قد تم تدريبه على قواعد ومبادئ الإشراف وخدمة العملاء، ومنع الحوادث والإنقاذ المائي وإجراء الإنعاش القلبي الرئوي والإسعافات الأولية في حالات الطوارئ.



التدريب التعريفي الخاص بالمنشأة:

ينبغي لأي شخص يعمل كحارس إنقاذ أن يخضع لتدريب خاص بالمنشأة للتعريف بقوانين المسبح، ومواقع الإشراف، ومجالات الإشراف، وخطط العمل في حالات الطوارئ، وموقع معدات الإنقاذ.

العدد المطلوب لحراس الإنقاذ في المسبح:

يجب أن يكون هناك ما يكفي من حراس الإنقاذ المناوبين على العمل في حوض السباحة وذلك للإشراف الفعال على جميع المناطق المائية.

الحد الأدنى لحراس الإنقاذ (مسبح مزدحم)	الحد الأدنى لحراس الإنقاذ (مسبح غير مزدحم)	المساحة (م ²)	الحجم التقريبي للمسبح (م)
2	1	170	20.0 × 8.5
2	1	212	25.0 X 8.5
2	1	250	25.0 X 10.0
2	2	312	25.0 X 12.5
3	2	416	33.3 X 12.5
6	4	1000	50.0 X 20.0

الذي الموحد لحرس إنقاذ المسبح:

وضع معايير خاصة بالذي الرسمي لحارس الإنقاذ المسبح والتي تتضمن الألوان الخاصة بحارس إنقاذ برك السباحة المعترف بها دولياً والحذاء.

معدات الحماية الشخصية:

تشمل معدات الحماية الشخصية الأدوات مثل: (قناع الجيب، قفازات، مناديل تنظيف رطبة، قبعة أو غطاء رأس مناسب، نظارات شمسية، صفارة، جهاز لاسلكي).

الشعر والمجوهرات:

لأسباب السلامة لا يُسمح لحراس الإنقاذ لبس الحلي والمجوهرات المعلقة مثل: القلائد، وحقنات الأذن كما يجب على حراس الإنقاذ ذوي الشعر الطويلة.





الإشراف على الأنشطة المنظمة:

يعرف النشاط المنظم بأنه أي نشاط سباحة أو نشاط مائي يحتوي على منهجية واضحة ومن أنشطة المسبح مثل: دروس السباحة، دورات التدريب أو غيرها من الدروس الأخرى ذات الصلة مثل الغوص، التمارين الرياضية المائية، السباحة المتزامنة، كرة الماء أو الأنشطة التعليمية المائية للأشخاص الذين يعانون من إعاقات جسدية أو صعوبات التعلم.

مستوى الإشراف المناسب:

يتعين على مشغلي المسبح إكمال تقييم المخاطر لكل نشاط منظم في منشآتهم وينبغي أن يأخذ تقييم المخاطر ما يلي بعين الاعتبار:

- طبيعة النشاط.
- عدد الأفراد المشاركين في هذا النشاط.
- قدرة الأفراد المشاركين في هذا النشاط.
- المخاطر الكامنة المرتبطة بالنشاط.

واجب الرعاية للمستخدمين:

يلتزم مشغلو المسبح بواجب الرعاية لأي شخص يستخدم مرافق المسبح لممارسة نشاط منظم.



سياسة إدخال الأطفال:

توفير دليل إرشادي يوضح سياسة إدخال الأطفال لمنشأة السباحة وطرق الإشراف المناسب من قبل أحد الوالدين أو ولي الأمر ويتطلب ما يلي:



- **سياسة عامة:** تقع على عاتق مشغل بركة السباحة مسؤولية وضع سياسة واضحة ومحددة لإدخال الأطفال ومن الضروري أن يقوم جميع الموظفين بتنفيذ هذه السياسة ورصدها في جميع الأوقات. وينبغي كذلك عرض هذه السياسة بوضوح مع القواعد الإرشادية الخاصة باللافتات وشرحها للزوار قبل السماح بالدخول. ومن المهم أن يكون الوالدان أو الأوصياء على علم تام بسياسة الإشراف والمسئوليات الخاصة بهم.

- **إدخال الأطفال من أجل أنشطة غير منظمة:** النشاط غير المنظم هو أي نشاط مفتوح لأفراد الجمهور للسباحة الترفيهية دون مراقبة مباشرة أو تعليمات من قبل المدرب / المنظم.
- يجب أن يخضع أي طفل يبلغ من العمر 5 سنوات أو أقل للإشراف المباشر في المياه من قبل أحد الوالدين أو ولي الأمر خلال الأنشطة غير المنظمة. كما يجب على الوالد / ولي الأمر أن يكون متواجدا في الماء وفي متناول ذراع الطفل في جميع الأوقات.
- يجب أن يرافق أي طفل يبلغ أقل من عشر 10 سنوات في مرفق السباحة أحد الوالدين أو ولي. كما يجب أن يخضع الطفل للإشراف مستمر ونشط من قبل أحد الوالدين أو ولي الأمر وأن يكون في موضع واضح لرؤية الطفل من دون حواجز مادية أو هيكلية بينه وبين الطفل.
- النسبة الموصى بها لتواجد الآباء / أولياء الأمور للأطفال دون سن عشر 10 سنوات هي 1:2 ولكن يوصى ألا تتجاوز النسبة 1:3.

• **أجهزة التعويم الشخصية:** تساعد أجهزة التعويم الشخصية مثل عصابت الذراع أو سترات النجاة على الحد من خطر الغرق، ولكنها ليست بديلا عن الإشراف المباشر على الأطفال.

• **مراقبة حراس الإنقاذ للمسابح:** في حالة وجود حراس إنقاذ، فإنه يتم توفيرهم لغرض مساعدة الآباء / أولياء الأمور في الإشراف الآمن على أطفالهم إلا أن الإشراف المباشر على الأطفال تبقى في نهاية المطاف مسؤولية الوالد / ولي الأمر.

• **مراقبو ألعاب الركوب:** تحديد دور القائمين بالتشغيل والمراقبة والإشراف على الزلاجات، والمجاري والقنوات الصناعية المائية وأماكن الجذب المائية الأخرى ويتطلب ما يلي:

- استخدام مراقبي ألعاب الركوب
- شهادات الإنقاذ
- التدريب التعريفي المحدد للمنشأة
- اللباس الرسمي
- معدات الحماية الشخصية



يجب على المسئول عن الإشراف على تشغيل المسبح القيام بالآتي وتدوينه في السجلات:



- متابعة النظافة العامة للموقع والمسبح
- الكشف المستمر عن الكلور الحر المتبقي بالماء وإثبات هذه القراءات أولاً بأول عدة مرات في اليوم.
- قياس درجة تركيز أيون الأيدروجين.
- إثبات مقدار ونوعية الكيماويات التي استخدمت في عمليات تنقية وتعقيم المياه.
- إثبات أعداد مستخدمي المسبح يوميا.
- إثبات أوقات غسيل المرشحات والمواد التي استخدمت في الغسيل.
- إثبات عدد مرات تغيير مياه المسبح.
- سحب عينات من مياه الحوض لفحصها جرثوميا شهريا وكيميائيا كل ثلاثة شهور.



الفصل الثالث:
الطوارئ والإسعافات
الأولية



الفصل الثالث: الطوارئ والإسعافات الأولية

من الضروري في حالة الطوارئ أن تتم إدارة الحادث بأمان وكفاءة لمنع المزيد من التصعيد أو الإصابات في جميع أنواع حمامات السباحة، ولذا فإنه يتعين على مشغلي المسابح استكمال تقييم المخاطر لتحديد جميع حالات الطوارئ المتوقعة التي يمكن أن تحدث في المسابح. وبمجرد وضع قائمة بحالات الطوارئ المحتملة، يلزم بعد ذلك تحديد الإجراءات التي يجب اتخاذها في حالة حدوث هذه الحالات الطارئة. وينبغي توثيق هذه الإجراءات كخطة عمل للطوارئ.

ولا شك أن خطة عمل الطوارئ هو أمر حيوي في المسابح العامة التي توظف حراس إنقاذ حيث يطلب من حراس الإنقاذ العمل وفقا لتدريبهم ووفقا لخطة عمل الطوارئ الموضوعة مسبقا. بالإضافة إلى ذلك، يجب على مشغلي المسابح العامة توفير معدات الإنقاذ المناسبة في حالات الطوارئ والتي تفي بالغرض لتسمح بالإنقاذ والعلاج لشخص مصاب أو في خطر الغرق.

معدات الإنقاذ لحالات الطوارئ المائية:

توفير معدات الإنقاذ اللازمة لحالات الطوارئ المائية تتطلب ما يلي:

- معدات الإنقاذ: وتشمل أنبوب الإنقاذ وعصاة الإنقاذ وحقيرة الرمي في المسابح الخاصة. وأما المسابح العامة فهناك بعض الأدوات الأخرى يتطلب وجودها مثل لوح الإنقاذ وعدة الإنعاش بالأكسجين وجهاز الصدمات الكهربائية الآلي الخارجي.
- الفحص والسجلات بحيث يتم فحص معدات الإنقاذ المائية بشكل دوري وتوثيقها بالسجلات.



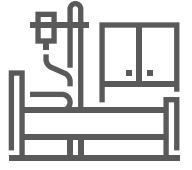
الإسعافات الأولية:

يجب على جميع مشغلي المسابح توفير المعدات الكافية والمناسبة لتمكين تقديم المساعدة في مجال الإسعافات الأولية للجميع. فيما يلي بعض القواعد الإرشادية للإسعافات الأولية في المسابح العامة:



غرفة الإسعافات الأولية والمنطقة المخصصة:

يجب على مشغلي المسابح تحديد غرفة تكون ضمن نطاق قريب من حوض السباحة (لا تتجاوز المسافة 70 متر من جميع نواحي حوض السباحة) وذلك لتوفير علاج الإسعافات الأولية. وإذا تعذر توفير غرفة مخصصة للإسعافات الأولية، ينبغي تحديد المنطقة التي قد يتلقى فيها المصابين العلاج بالإسعافات الأولية. وإذا كانت المنطقة ذات استخدام مزدوج، ضمان وصول المعدات دون عوائق تمنع التشغيل ومتوفرة في جميع الأوقات. كما يجب أن تكون غرفة أو منطقة الإسعافات الأولية ذات حجم مناسب لتمكين تقديم الإسعافات الأولية الفعالة.



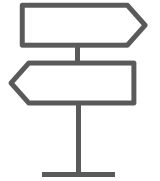
الموقع:

الموقع المثالي للغرفة الأولى هو بجوار سطح المسبح أو قريبة منه بما فيه الكفاية بحيث يمكن نقل أي شخص يحتاج إلى الإسعافات الأولية إلى هذه الغرفة دون عرقلة أو تأخير. وإذا تم فعليا تخصيص غرفة مناسبة للإسعافات الأولية في منطقة أخرى من المرفق، ينبغي الأخذ بعين الاعتبار سبل توفير المعدات التي من شأنها أن تسمح لنقل الشخص المصاب بأمان. وقد يشمل ذلك على سبيل المثال: كرسي متحرك أو نقالة أو لوحة العمود الفقري أو الإنقاذ.



اللافتات الإرشادية:

ينبغي أن تكون غرفة الإسعافات الأولية ممكن التعرف عليها بوضوح وإيجادها عن طريق وضع اللافتات المناسبة.



التجهيزات والمعدات:



- حوض مغسلة يتوفر فيه مياه باردة وساخنة.
- ماء شرب مع توفير أكواب للاستعمال مرة واحدة.
- صابون ومناديل ورقية.
- مخزن آمن لتخزين مواد الإسعافات الأولية.
- حاويات النفايات التي تعمل بالقدم، والمصنوعة من أكياس النفايات السريرية الصفراء التي يمكن التخلص منها (أو حاوية مناسبة للتخلص الآمن من النفايات السريرية).
- أريكة فحص أو أريكة طبية مع غطاء حامي ومقاوم للماء ووسائد / بطانيات نظيفة (يمكن استخدام لفة الأريكة الورقية التي يتم تغييرها بين كل إصابة وأخرى).
- كرسي.
- هاتف.
- دفتر لتسجيل الحوادث والحالات التي باشرها مختص الإسعافات الأولية أو الشخص المعين.
- حاوية للأدوات الحادة.
- تخزين طقم معدات الإسعافات الأولية الكاملة
- الوصول إلى أجهزة أكسجين ذات مستوى طبي.

معدات الإسعافات الأولية:

- توفير الحد الأدنى من معدات الإسعافات الأولية اللازمة في المسابح مثل:
- معدات الإسعافات الأولية
- عدد أطقم الإسعافات الأولية
- محتوى عدة الإسعافات الأولية (تنطبق على المسابح العامة والخاصة)



جدول يوضح الحد الأدنى من متطلبات عدة الإسعافات الأولية علماً بأن الكمية تختلف بحسب حجم ونوع المسبب وعدد المستخدمين:

الكمية في كل حقيبة إسعافية أولية	المادة اللازمة في عدة الإسعافات الأولية
1	النشرة الإرشادية للإسعافات الأولية
1	قائمة المحتويات
4	ضمادات معقمة غير مستخدمة متوسطة
4	ضمادات معقمة كبيرة
4	ضمادات معقمة للعين
10	مناديل تطهير مرطبة خالية من الكحول
علبة واحدة	شريط لاصق (مضاد للحساسية)
اطقم 4	قفازات
1	ضمادات حروق منخفضة اللصق
1	بطانية بطبقة رقيقة من القصدير
طقم زوج واحد	مقصات (مناسبة لقطع الملابس)
1	ضمادة مطابقة
4	ضمادة ثلاثية
1	قناع الجيب أو حاجز آخر للاستخدام في التنفس الصناعي
100	ضمادات لاصقة معقمة (أحجام مختلفة)
2	محلول ملحي
4	دبابيس الأمان

الفحص والسجلات:



يجب فحص غرفة الإسعافات الأولية ومرافقها بشكل روتيني من قبل شخص مدرب بشكل مناسب على أساس أسبوعي كحد أدنى. ويجب أن يحتفظ مشغل بركة السباحة بسجلات عمليات الفحص هذه وأن تكون متاحة للفحص في جميع الأوقات.

الموظفين المدربين على الإسعافات الأولية:

توفير العدد اللازم من مختصي الإسعافات الأولية ومستوى التدريب وتشمل:



- أخصائيو الإسعافات الأولية
- اللقاء التعريفي والتدريب أثناء الخدمة
- اللافتات الإرشادية

معدات الإنعاش بالأكسجين:

توفير المتطلبات المناسبة لمعدات الإنعاش بالأكسجين، وأغراض العلاج في المنشأة المائية وتشمل:



اعتبارات عامة:

من اللازم على جميع منشآت برك السباحة التي تستخدم حراس إنقاذ للبرك، الحفاظ على معدات الأكسجين الطبي لاستخدامها من قبل الموظفين المدربين في حالات الطوارئ الطفيفة والخطيرة. يجب تخزين جميع معدات الأكسجين بأمان في مكان نظيف وجاف وجيد التهوية وخالي من الغبار والزيوت والشحوم والحرارة والرمال.

الموظفون المدربون:

يتم مباشرة استخدام الأكسجين من قبل الموظفين المدربين والمعتمدين فقط على استخدام الأكسجين ومباشرته خلال حالة الطوارئ. ويجب تدريب جميع حراس الإنقاذ في البركة على مباشرة واستخدام الأكسجين في حالة الطوارئ.





الفصل الرابع: إرشادات وقائية



الفصل الرابع: إرشادات وقائية

تقع المسؤولية على جميع مستخدمي المسابح كونهم يتشاركون في نفس المكان، لذا فإنه من المهم التأكد من صحة الإنسان لمنع من انتقال الأمراض بين الأشخاص في المسابح وفيما يلي بعض الإرشادات العامة الوقائية:

قبل البدء بالسباحة:



- التأكد من رؤية مصرف المياه الموجود في عمق المسبح بوضوح وأن تكون أغطية الصرف سليمة وفي حالة جيدة.
- التأكد من عدم وجود مواد كيميائية بجوار المسبح.

• استخدام شرائط اختبارات المسبح للتأكد من مستوى الكلور الحر ونسبة البروم ودرجة الحموضة (PH) بشكل مناسب وهي على النحو التالي:

- مستوى الكلور: جزء واحد على الأقل لكل مليون (جزء في المليون -ppm) في مياه المسبح و3 أجزاء في المليون على الأقل في أحواض المياه الساخنة.
- مستوى البروم: 3 أجزاء في المليون على الأقل في مياه المسبح و4 أجزاء في المليون على الأقل في أحواض المياه الساخنة.
- درجة الحموضة (PH): 7.2 - 7.8 في مياه المسبح وأحواض الاستحمام الساخنة.

• تتوفر شرائط الاختبار في معظم المتاجر الكبرى ومتاجر الأجهزة ومحلات توريد المسابح. فقط اتبع إرشادات الشركة المصنعة لضمان الاستخدام السليم والكشف عن مستوى وتراكيز الكلور الحر والبروم ودرجة الحموضة.

• التحقق من وجود حراس إنقاذ:

- إذا كانوا متواجدين يجب أن يركز المنقذ أو المنقذون على الأشخاص في المسبح وألا يتشتت انتباههم.
- إذا لم يكن المنقذ متواجد فمن الضروري البحث عن موقع معدات السلامة، مثل طوق الإنقاذ أو عصا الإنقاذ.

• التأكد من عدم وجود مواد كيميائية في أماكن مكشوفة.

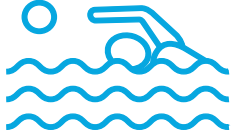


تحقق من نفسك:



- أخذ حمام جيد قبل النزول إلى بركة المسبح.
- تغطية القدمين.
- تجنب السباحة إذا كنت مريضا بالإسهال. وفي حال توقف الإسهال يجب الانتظار لمدة لا تقل عن أسبوعين قبل العودة للسباحة.
- تجنب السباحة إذا كان لديك جرح مفتوح أو جرح غير مضمّد خاصة بعد عملية جراحية. واحرص على استخدام ضمادات مقاومة للماء لتغطية الجرح بالكامل.
- ينبغي الاستحمام قبل السباحة لمدة دقيقة واحدة على الأقل لإزالة الأوساخ من الجسم. يمكن لهذه الأوساخ أن تستهلك الكلور اللازم لقتل الجراثيم.

أثناء السباحة:



- المحافظة على نظافة المسبح وعدم التبول أو التغوط في الماء.
- الحرص على عدم ابتلاع الماء.
- يجب استخدام سترات نجاة مناسبة ومعتمدة من الجهات الرسمية بدلا من الألعاب التي تعبأ بالهواء للمساعدة في الطفو.
- يجب مراقبة الأطفال في جميع الأوقات واصطحبهم إلى دورات المياه مع فحص الحفاضات كل ساعة مع ملاحظة أن تغيير الحفاضات يجب أن يكون بعيدًا عن المسبح لمنع دخول الجراثيم إلى الماء.
- القيام بتجفيف الأذنين جيدًا بعد المسبح.

الأمراض الأكثر شيوعا في مياه المسابح ومسبباتها:

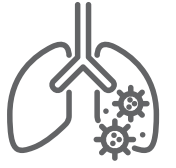


من الممكن الإصابة بأمراض المياه في المسابح إذا كانت ملوثة بالجراثيم أو من خلال ملامسة المواد الكيميائية الموجودة في الماء وتعتبر أكثر الأعراض شيوعا التي تسببها أمراض مياه المسابح هي الإسهال، الطفح الجلدي، الاحتقان والام العين والاذن. صدر تقرير من المركز الوطني للوقاية من الأمراض ومكافحتها في الولايات المتحدة الأمريكية عن وجود 493 حالة تفشي مرتبطة بمياه المسابح خلال الفترة -2014 2000. وقد نتج عن هذه الفاشيات ما لا يقل عن 27219 حالة إصابة وثمانى حالات من الوفيات.

وكشف التقرير أن نسبة (89%) من حالات التفشي سببها طفيل *Cryptosporidium*، بينما (4%) من الحالات سببها بكتيريا *Pseudomonas*، ونسبة (3%) سببها بكتيريا *Legionella*. كما بين التقرير بأن (56%) من الفاشيات حدثت خلال الأشهر يونيو وجولاي وأغسطس ونسبة (9%) حدثت في شهر مارس.

وتعتبر أكثر الأمراض شيوعاً على النحو التالي:

1. أمراض الجهاز الهضمي الحادة (مثل الإسهال أو القيء).
2. أمراض الجلد (مثل الطفح الجلدي).
3. أمراض الجهاز التنفسي الحادة (مثل السعال أو الاحتقان).



الفئة الأكثر عرضة للخطر:

يعتبر الأطفال والنساء والحوامل والأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية أو يتناولون الأدوية التي تضعف أجهزتهم المناعية مثل مرضى السرطان ومرضى الإيدز وزراعة الأعضاء هم الفئة الأكثر للإصابة بهذه الأمراض.

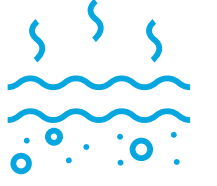


نصائح للحد من الأمراض:

- تفادي بلع أي نقطة من مياه المسابح أو دخولها إلى الفم.
- أخذ حمام جيد قبل النزول إلى بركة المسبح.
- تغطية القدمين في بركة صغيرة معقمة قبل ملامسة ماء المسبح.
- عدم المشي حفاة الأقدام في دهاليز المسابح لدرء العدوى الفطرية.
- فصل حمامات سباحة الأطفال عن الكبار.
- الامتناع عن السباحة في حالة الإصابة بالإسهال أو بأي مرض معد في الجسم.
- التخلص من الزيوت والكريمات والمرطبات في حال وجودها على الجلد لأنها تسبب تلوث للمياه.



كيفية التعامل في حالة وجود فضلات بشرية في المسبح:



- إغلاق المسبح أمام السباحين.
- لبس القفازات التي تستخدم لمرة واحدة.
- إزالة الفضلات باستخدام شبكة أو دلو.
- تنظيف أكبر قدر ممكن من الفضلات من العنصر المستخدم لإزالة الفضلات والتخلص منه بطريقة صحية.
- تطهير العنصر المستخدم لإزالة الفضلات عن طريق غمره في حمام السباحة خلال فترة التطهير والتي تبلغ 30 دقيقة.
- نزع القفازات والتخلص منها.
- غسل اليدين بالصابون والماء.
- رفع تركيز الكلور أو ابقائه عند 2 جزء في المليون مع الحفاظ على درجة الحموضة PH عند 7.5 أو أقل لمدة 30 دقيقة.
- التأكد من أن نظام الترشيح يعمل بشكل صحيح.
- بالنسبة للمساح العامة يجب على مشغلي حمام السباحة رفع تركيز الكلور لدرجة عالية جدًا لساعات علما بأن هذه التوصية لا تنطبق على المساح الخاصة.

الإجراءات الوقائية للحد من حوادث الغرق:



- التأكد من أن كل شخص لديه مهارات السباحة الأساسية.
- التأكد من ارتداء الأطفال سترات النجاة.
- الإشراف على السباحين عن كثب في جميع الأوقات.
- معرفة السباح الذي يعاني ويحتاج إلى مساعدة وكيفية إجراء الإنعاش القلبي الرئوي (CPR).
- إبعاد الأطفال الذين لا يسبحون عن منطقة المسبح.
- تركيب وصيانة الحواجز مثل السياج من أربعة جوانب.
- استخدام الأقفال وأجهزة الإنذار للنوافذ والأبواب.





الإجراءات الوقائية للحد من حوادث الانزلاق والتعثر والسقوط:

- حث الجميع على ارتداء أحذية غير قابلة للانزلاق عندما يكونون بجوار حمام السباحة.
- التأكد من خلو الممرات ومناطق المشاة من العوائق ومخاطر التعثر.
- المحافظة على نظافة المنطقة المحيطة بالمسبح من وجود أي انسكابات لتجنب الانزلاق والسقوط العرضي وفي حالة وقوع أي انسكاب يجب تنظيفه فوراً.
- وضع سياج كامل على المسبح من جميع الجوانب.
- عدم ترك الألعاب بجانب المسبح.
- التأكد من أن أثاث المسبح بعيداً بدرجة كافية بحيث يمكن لأي شخص المشي بشكل مريح بينه وبين المسبح.
- عدم السماح بالجري أو اللعب على الأسطح الزلقة.

المراجع:

التقرير الدولي للغرق منظمة الصحة العالمية 2014

[الرابط هنا](#)

التقرير الدولي لدليل الخطة التنفيذية للوقاية من الغرق لمنظمة الصحة العالمية 2017

[الرابط هنا](#)

استراتيجية منع الغرق في المملكة المتحدة

[الرابط هنا](#)

استراتيجية قطاع سلامة المياه في نيوزيلندا

[الرابط هنا](#)

الاستراتيجية الأسترالية لسلامة المياه 2016-2020

[الرابط هنا](#)

إرشادات لبيئات المياه الترفيهية الآمنة - منظمة الصحة العالمية 2006

[الرابط هنا](#)

المؤسسة الملكية للإنقاذ والسلامة المائية في البحرين - استراتيجية السلامة المائية

[الرابط هنا](#)

مراكز الوقاية من الأمراض ومكافحتها بالولايات المتحدة الأمريكية

[الرابط هنا](#)



وقاية

هيئة الصحة العامة
PUBLIC HEALTH AUTHORITY

   SaudiCDC

www.pha.gov.sa