



HSE NEWS

WORKING TOGETHER FOR A SAFER WORKPLACE

The target audience for this newsletter is PDO Staff and contractors community.

Key HSE Statistics YTD 31 th May 2019 (Same Period)	2018	2019
Lost Time Injury Frequency (LTIF)	0.14	0.06
Workplace fatalities	1	0
Non-work related fatalities	1	1
Non-accidental deaths (NADs)	6	6
Lost Time Injuries (LTIs)	13	5
All injuries (excluding first aid cases)	68	47
Motor Vehicle Incidents (MVIS)	33	35
Roll over - MVIs	8	9
Serious MVIs	8	9

Class A	42
Class B	312

Life Saving Rules Violations	
Permit (PtW)	21
Gas testing	6
Lock Out Tag Out	4
Confined Space	10
Overriding Critical Safety Device	0
Working at Heights	18
Road Safety Seatbelts	342
Journey Management	10
Suspended Load	15
Smoking	1
Drugs and alcohol	0
Speeding/GSM	351

Tip

Read More : www.epa.gov/bedbugs.

Important News..

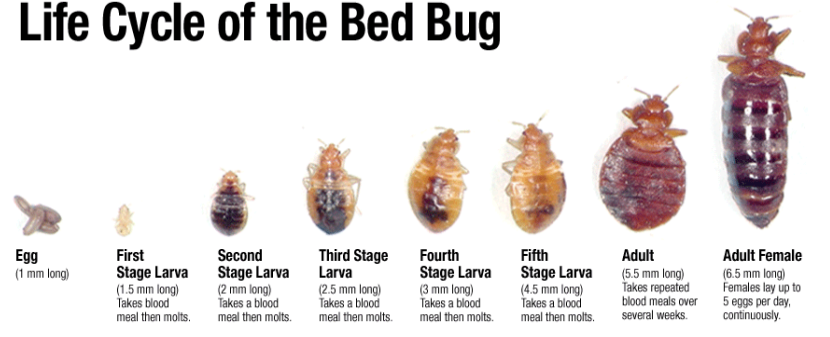
Bed Bugs

What are bed bugs?

Bed Bugs are small, flat, oval-shaped, non-flying insects that feed on human or animal blood. Adults are reddish-brown in **colour** and about the size of an apple seed.

The ideal environment for growth is high moisture and warm places, especially bedrooms.

Life Cycle of the Bed Bug



Bed bugs feed on humans, usually at night when they are resting. The insect feeds by piercing the skin with its elongated mouthpart, which consists of four stylets that normally fold under its body when at rest but fully extend during blood feeding.

A bed bug can take up to six times its weight in blood during one feeding session, which takes between 3 and 10 minutes to complete. Usually people are not aware they have been bitten until afterwards. Bites occur while people sleep, and bed bugs are known to inject a natural anesthetic while feeding. However, saliva injected during the feeding can later produce allergic dermal reactions such as large itchy swellings on the skin, which might become infected when scratched. Swelling may not develop until a day or more after feeding, and some people show no symptoms at all.

Distinguishing bed bug bites from the bites of other insects such as mosquitoes, fleas, and spiders is difficult or in some cases impossible. People often confuse itching bed bug welts with mosquito bites. The only way you can really confirm bed bugs as the cause is to find the bugs or their signs in your bed or bedroom.

In addition to direct injury to humans, bed bugs leave odours and unsightly fecal spots on bed sheets and around the insects' hiding places. These fecal spots are usually reddish brown or dark brown to black in colour and sometimes appear as yellowish streaks.



HSE NEWS

WORKING TOGETHER FOR A SAFER WORKPLACE

The target audience for this newsletter is PDO Staff and contractors community.

What you need to know about bed bugs

Transmission Mode

Luggage - This is especially true for people making international trips

People - Can be transmitted by individuals who have recently been exposed to bed bugs (visiting friends or relatives).

Used furniture - Bed bugs can be transmitted through used furniture infested with the eggs of the insect.

Signs of bed bugs

Skin bites
 Live or dead bugs.
 Black or dark spots.

What harm can bed bugs cause to humans?

Skin Rashes
 Allergic symptoms and itchiness
 Psychological effects due to itchiness and disturbed sleep, which can cause reduced concentration at work.



How to avoid bed bugs

People may bring bed bugs into their homes in luggage or their clothes. If you travel frequently, look for signs of bed bugs in your hotel room by checking behind headboards and under sheets and by inspecting mattress seams and tufts

If you suspect the presence of bedbugs, change rooms or hotels.

Inspect your luggage before leaving an infested residence or hotel and as soon as you get home.

Wash and dry all your clothes at the hottest settings the fabric permits.

Frequent travelers may opt to store their luggage away from the bedroom, such as in the garage or a hall closet.

Treatment of bed bugs:

Cleaning and hygiene practice
 Remove and wash all linens
 Vacuum the area
 Use mattress covers
 Carefully treat with pesticides

Prevention of bed bugs:

Comply with housekeeping rules
 Always keep your room well ventilated and allow the sunlight to enter
 Avoid used furniture which you have obtained from an unknown source
 Check your bed and clothes for any signs of bed bugs infestation and report it
 Use bed covers and mattress to avoid infestation of bed bugs
 Maintain high hygiene standards

Recommendations if you find signs of bed bugs:

Identify the problem
 Develop a strategy for controlling
 Prevent bug infestation from expanding
 Prepare for treatment and seek support from experts
 Re-evaluate and prevent

More articles for knowledge

www.epa.gov/bedbugs.



مجلة الصحة والسلامة والبيئة

معاً نعمل من أجل بيئة عمل صحية وسليمة

هذه المجلة موجهة لموظفي شركة تنمية نفط عمان والشركات المتعاقدة

موضوعات تهكم

حشرة بق الفراش

2019

2018

آخر الإحصائيات حتى 15 مايو 2019

نفس الفترة

0.06

0.14

معدل الإصابات المضيعة للوقت

0

1

الوفيات المرتبطة بالعمل

1

1

الوفيات غير المرتبطة بالعمل

6

6

حالات الوفاة بدون حوادث

5

13

الإصابات المضيعة للوقت (LTIs)

47

68

جميع الإصابات (ما عدا حالات)

35

33

عدد حوادث السيارات

9

8

عدد حوادث التدهور

9

8

عدد الحوادث الخطيرة

مخالفات المركبات: فئة (أ) أو فئة (ب)

42

فئة (أ)

312

فئة (ب)

القواعد المنقذة للحياة

21

تصریح العمل

6

فحص الغاز

4

العزل

10

الدخول في مكان مغلق

0

تجاوز النظام

18

العمل في مكان مرتفع

342

حزام الأمان

10

خطة رحلة العمل

15

الوزن المعلق

1

التدخين

0

تناول العقارات المخدرة أو الكحول

351

استخدام الهاتف عند القيادة

نصيحة!

اقرأ المزيد:

www.epa.gov/bedbugs

بق الفراش هي حشرة صغيرة الحجم، شكلها مسطح بيضاوي، وهي لا تطير وتتغذى على دم الإنسان أو الحيوان. وتتميز البالغة منها بلونها البني الضارب إلى الحمرة وحجمها الذي يصل إلى حجم بذر التفاح. وتعتبر الرطوبة المرتفعة والأماكن الدافئة، سيما غرف النوم، بيئة مثالية لنمو هذه الحشرة.

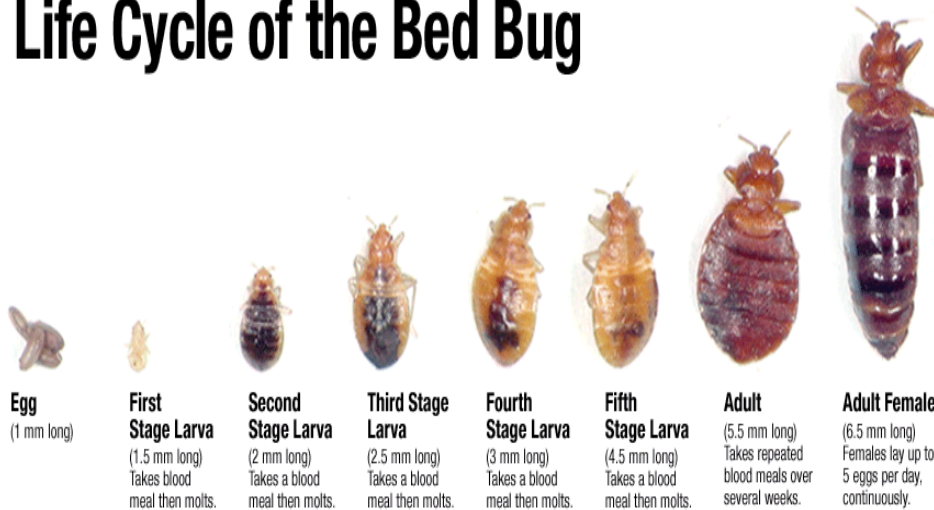
تتغذى هذه الحشرة على الإنسان، عادةً في فترات المساء، عندما يخلد إلى النوم. تجدر الإشارة إلى أن هذه الحشرة تحصل على غذاءها من خلال غرز فمها الطويل، والذي يتكون من أربعة مراود تنطوي عادةً تحت جسدها عندما تكون في سبات إلا أنه يمتد إلى آخره عندما تتغذى على الدم.

ويمكن لهذه الحشرة أن ترتشف دماً يعادل ستة أضعاف وزنها في الجلسة الواحدة، والتي لا تستغرق سوى 3 إلى 10 دقائق لإكمالها. كما أن الناس لا يشعرون بالعضة إلا في أوقات لاحقة عندما يخلدون إلى النوم، ومن المعروف أن حشرة بق الفراش تحقن مخدر طبيعي أثناء جلسات التغذية. بيد أن اللعاب الذي تحقنه هذه الحشرة أثناء جلسات التغذية يُمكنه أن يُحدث تفاعلات حساسية بالجلد كالتورمات التي تسبب الحكة المستمرة على الجلد، والتي قد تؤدي إلى الإصابة بالعدوى عند خدشها. وقد لا يتطور التورم إلا بعد مرور أيام على التغذية، وبعض الأعراض قد لا تظهر على الإطلاق.

ومن العسير جداً بل ومن المُحال أحياناً التمييز بين لسعات بق الفراش من لسعات الحشرات الأخرى مثل البعوض والبراغيث والعنكب. وكثيراً ما يلتبس الأمر على الناس في معرفة لسعة البعوض وحشرة بق الفراش. يُذكر أن الطريقة الوحيدة التي يمكن الاستدلال عليها في التأكد من أن هذه الحشرة هي المُسبب لهذه الحكة هي التفتيش عنها أو عن علاماتها في السرير أو الغرفة.

فبالإضافة إلى ما تُحدثه هذه الحشرة من إصابات مباشرة للإنسان، تخلف وراءها الكثير من الروائح النتنة والبقع البرازية القائمة على ملاءات الأسرة وحول أماكن اختبائها. وتتميز هذه البقع البرازية بلونها البني الضارب إلى الحمرة أو لونها البني الغامق إلى اللون الأسود وأحياناً تظهر على شكل خطوط صفراء.

Life Cycle of the Bed Bug



مجلة الصحة والسلامة والبيئة

معاً نعمل من أجل بيئة عمل صحية وسليمة

هذه المجلة موجهة لموظفي شركة تنمية نفط عمان والشركات المتعاقدة

كيف تتجنب بقعة الفراش؟

قد يحمل الناس هذه الحشرة إلى منازلهم في حقائبهم أو ملابسهم. إن كنت ممن يسافرون كثيراً، ابحث عن علامات بق الفراش في غرفتك بالفندق من خلال فحص الألواح الأمامية وتحت ملاءات الأسرة وتقصي طبقات الفراش.

إذا ساورك شك في وجود بق الفراش، قم بتغيير الغرفة أو الفندق. افحص أمتعتك قبل مغادرة محل إقامتك الموبوء أو الفندق بمجرد وصولك إلى المنزل.

اغسل جميع ملابسك جيداً وجففها في درجات حرارة عالية تتناسب مع ذلك النوع من القماش.

قد ينتقي المسافرون الدائمون تخزين أمتعتهم بعيداً عن غرفة النوم، كالمرآب أو خزانة القاعة.

علاج حشرة البق

النظافة والممارسات الصحية
إزالة وغسل كافة الملابس الكتانية
كنس المنطقة
استخدم غطاء الملاءات
تعامل بعناية مع المبيدات الحشرية

الوقاية من حشرة البق

الإلتزام بقواعد نظافة المنزل
أحرص دوماً على تهوية الغرفة جيداً، واسمح لأشعة الشمس بدخول الغرفة.

تجنب استخدام الأثاث الذي حصلت عليه من مصدر غير معروف
ابحث في سريرك وملابسك عن أية علامات تدل على بق الفراش وأبلغ عنه

استخدم أغطية الأسرة والفراش منعاً لانتشار بق الفراش
التزم بأعلى معايير الصحة

توصيات في حال وجود علامات على بق الفراش:

تحديد المشكلة:
تبنى استراتيجية للسيطرة عليها
أحرص على عدم انتشارها
التحضير للمعالجة والبحث عن الدعم من المختصين
التقييم والمنع

هنا تجد المزيد من المقالات حول الموضوع:

www.epa.gov/bedbugs

ما الذي تحتاج إلى معرفته عن حشرة بق الفراش

وسائل الانتقال

الحقائب: وهذا ينطبق بشكل خاص على أولئك الذين يقومون برحلات دولية
الإنسان: يمكن أن ينتقل عن طريق الناس الذين تعرضوا مؤخراً إلى بق الفراش (زيارة الأصدقاء أو الأقارب).
الأثاث المستعمل: يمكن لبقة الفراش أن تنتقل عبر الأثاث المستعمل الذي يحتوي على بيوض هذه الحشرة.

علامات حشرة البق

اللسع على الجلد
بق حي أو ميت
بقع سوداء أو غامقة

ما الضرر الذي يمكن أن يحدثه البق للإنسان؟

الطفح الجلدي
أعراض الحساسية والحكة
الأثار النفسية التي تحدثها الحكة واضطرابات النوم التي قد تؤدي إلى انخفاض في التركيز أثناء العمل.

أين تختبئ حشرة بق الفراش؟

