

# “प्लास्टर गर्ने र भित्री पूरा गर्ने कार्य”

सुरक्षा र स्वास्थ्यका लागि महत्वपूर्ण बुँदाहरू

## भवनहरूमा भएका एस्बेस्टस विरुद्धका उपायहरू

### (1) एस्बेस्टस भनेको के हो?

एस्बेस्टस भनेको एक प्रकारको प्राकृतिक रूपमा उत्पादित खनिज हो। एस्बेस्टस तापको प्रतिरोध र फ्रिक्सन गर्ने जस्ता सम्पत्तिहरूलाई विभिन्न उद्देश्यहरूका लागि प्रयोग गरिएको छ र यसको धेरै परिमाण विशेषगरी भवनका सामग्रीहरूका लागि गरिएको छ।

स्टिल फ्रेम अग्न निरोधक कोटको कपडा



स्टिल फ्रेम आगलागी रोकका लागि प्रयोग गरिने

एटिक



थर्मल इन्सुलेशनको लागि प्रयोग गरिने इटिकमा डिउ कन्डेनसेशन रोकछ फेल्टको बनावट

सिलिड बोर्ड



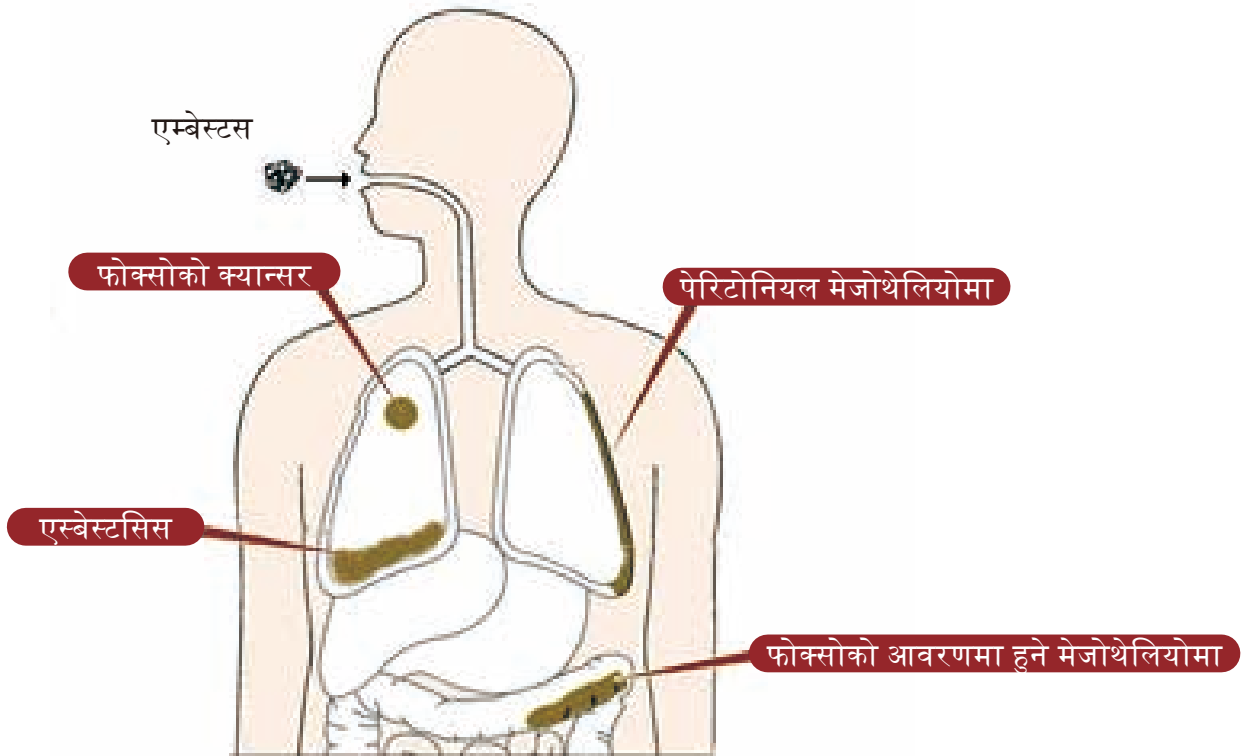
आवाज शोषणको लागि प्रयोग गरिने एस्बेस्टसहरू समावेश हुने रक वुल

## (2) एस्बेस्टसका कारणले हुने स्वास्थ्य असन्तुलनहरू

मानव जीवनमा हानी पुऱ्याउने सम्बन्धमा, एस्बेस्टसको धूलो निल्नाले निम्न स्वास्थ्य समस्याहरू निम्त्याउन सक्छ।

- एस्बेस्टसिस (एक प्रकारको न्यूमोकनिओसिस)  
एस्बेस्टसिस एक पल्मोनरी फाइब्रोसिस हो र खोकी लाग्ने जस्ता लक्षणहरू हुन्छन्, यदि यो बढेमा यसले घट्दो श्वासप्रश्वास सम्बन्धी प्रकार्य निम्त्याउन सक्छ।
- फोक्सोको क्यान्सर  
घातक ट्युमले फोक्सोमा प्रभाव पार्छ वा बढ्छ।
- फोक्सोको आवरण वा पेटियोनियममा मेजोथेलियोमा (एक प्रकारको क्यान्सर)  
घातक ट्युमहरू फोक्सोको आवरणमा वृद्धि हुन्छन् जसले फोक्सोलाई ढाक्छ।

एस्बेस्टसले निम्तिने मुख्य रोगहरू



### (3) हाम्रो वरपरका एस्बेस्टस

एस्बेस्टस प्रयोग गरिएका धेरै भवनहरू छन्, विशेष गरी 1980 अघि निर्माण गरिएका भवनहरूमा र खाना पकाउने कोठा, बाथरूम, सुख्खा कोठा, ब्वायलर कोठाहरू भएका भवनहरूमा प्रयोग गरिन्छ।

<भवन अवयवका उदाहरणहरू>

सिलिङ/भित्ता: भित्री सामग्रीहरू	स्लेट बोर्ड, क्याल्सियम सिलिकेट बोर्ड वर्ग 1 पल्प सिमेन्ट फ्ल्याट शिटहरू
सिलिङ/भुइँ: आवाज ग्रहण गर्ने हिट रोधक सामग्रीहरू	रक वुल आवाज ग्रहण गर्ने सिलिङ बोर्ड समावेश भएका एस्बेस्टस
भुइँका सामग्रीहरू:	पोलिभिनाइल क्लोराइड फ्लोर टाइल, भुइँका सामग्रीहरू
बाहिरी भित्ता/इभ: आवरण	निष्कासन-मोल्ड गरिएको सिमेन्ट प्यानल, सिरामिक सिडिङ, स्ल्याग जिप्सम बोर्ड, स्टेट बोर्ड, लहरिएको स्टेट प्लेट, क्याल्सियम सिलिकेट बोर्ड वर्ग 1, स्टेट बोर्ड
छतका सामग्रीहरू:	लहरिएको स्टेट प्लेट घरको छतका लागि सजावटी स्टेट शिट

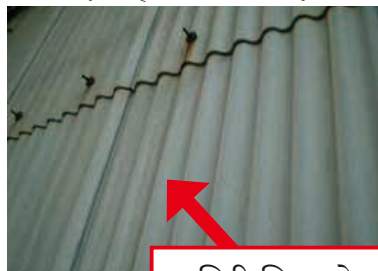
भवनमा प्रयोग गर्ने एस्बेस्टसको तस्वीरहरू

स्टिल फ्रेम अग्नि निरोधक कोटको कपडा



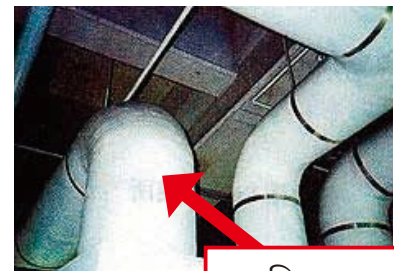
स्टिल फ्रेम आगलागी रोक्नका लागि

बाह्य भित्ते सामग्री (लहरदार शिट)



बाहिरी भित्ताको वृद्धि

प्लम्बिंग एलबो



पाइपिङ इन्सुलेशनको लागि

पानी भएका भुइँका सामग्री



भुइँको पानी शोषनको लागि



#### (4) कार्य विधिहरू (धूलो उत्सर्जनको रोकथाम)

<हातहरूले विखण्डन गर्ने>

मोल्ड गरिएका प्लेटहरू समावेश भएको एस्बेस्टस विधिद्वारा हटाइएका हुन्छन् जुन सम्भव भएसम्म विनाश हुँदैनन् वा फुट्दैनन्। सिद्धान्तमा, तिनीहरूले वास्तविक फारामलाई व्यवस्थित गरेर हातहरूले हटाएका छन्। यो सम्भव नभएमा पर्याप्त भिजाउन र उच्च कार्यसम्पादन गर्ने भ्याक्युम क्लिनरको प्रयोग गरेर धूलो नियन्त्रण गर्न आवश्यक हुन्छ।



<भिजाउने>

साधारणतया, पानीले भिजाउँदा वा केमिकलहरू छर्किदा काम पूरा भएको हुन्छ।



## (5) एम्बेस्टसको सञ्चालक प्रमुखबाट विशेष शिक्षा तथा निर्देशन लिने

<विशेष शिक्षा लिने>

मानिसहरू भवन तथा संरचनाहरू भत्काउने र नवीकरण गर्ने जस्ता निर्माण कार्यहरूमा संलग्न हुन्छन् वा एस्बेस्टस नियन्त्रण र संलग्नकहरूका कार्यहरूमा एस्बेस्टसको हानीमा हुने विशेष शिक्षा र सुरक्षात्मक उपकरणको प्रयोग हुनुपर्छ।



<एस्बेस्टसको सञ्चालन प्रमुखद्वारा दिइएको निर्देशन>

मानिसहरू भवन तथा संरचनाहरू भत्काउने र नवीकरण गर्ने जस्ता निर्माण कार्यहरूमा संलग्न हुन्छन् वा एस्बेस्टस नियन्त्रण र संलग्नकहरूका कार्यहरूमा एस्बेस्टसको सञ्चालन प्रमुखको निर्देशन अनुरूप कार्य गर्नुपर्छ, जसकारण तिनीहरू एस्बेस्टसको धूलो वा इनहेलद्वारा दूषित हुँदैनन्।

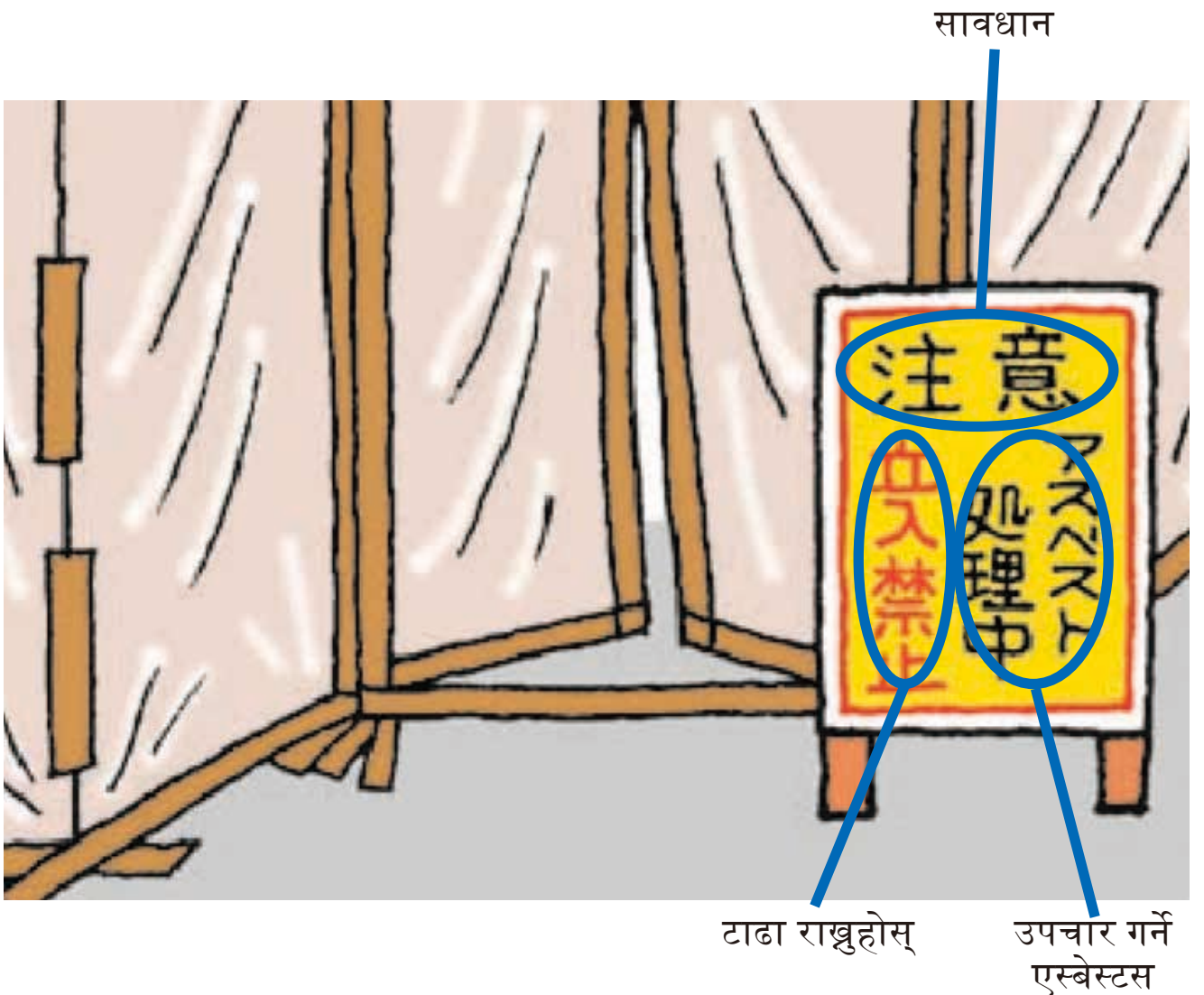
## (6) सुरक्षात्मक उपकरणको प्रयोग

भवन विखण्डन गर्ने (एस्बेस्टस हटाउने कार्य सहित) वा भर्ने वा संलग्न गर्ने कार्यहरू जस्ता कार्यहरू सम्पादन गर्दा, श्वासप्रश्वास सम्बन्धी सुरक्षात्मक उपकरण (धुलो रेस्पिरेटर, हावा खुवाउने मास्कहरू आदि), काम गर्दा लगाउने कपडाहरू वा सुरक्षात्मक कपडा प्रयोग गर्नुहोस्।  
अलग-अलग कार्य क्षेत्रमा छर्किएका एस्बेस्टस हटाउँदा, रेस्पिरेटर विद्युतीय पङ्खा भएको श्वास-प्रश्वास सम्बन्धी संरक्षक हुनुपर्नेछ वा रेस्पिरेटरले समान वा बढी कार्यसम्पादन गर्नुपर्नेछ।



## (7) अनाधिकृत व्यक्तिहरूलाई निषेध

एस्बेस्टोस ह्याण्डलिङ गर्ने कार्यस्थलमा दृश्यमान स्थानहरूमा देखा परेका संलग्न हुने र संकेत गरिएका व्यक्तिहरू बाहेक अन्य व्यक्तिहरू प्रवेश गर्नबाट निषेधित छन्



## (8) धुम्रपान आदि र चिकित्सकीय परीक्षणको निषेध

<धुम्रपान आदिमा निषेध>

एस्बेस्टस ह्याण्डल गर्ने कार्य स्थलमा धुम्रपान गर्ने, खाने र पिउने कार्य निषेध गरिएका छन्।



<स्वास्थ्य जाँचहरूको कार्यान्वयन>

एस्बेस्टसको धूलो उत्पादन गर्ने कार्यहरूमा हाल संलग्न भएका मानिसहरूले नियोजित हुँदा वा पुनर्स्थापित हुँदा ठिक प्रत्येक छ महिनापछि वा भित्रमा एस्बेस्टसको विशेष शिक्षा जाँच नियमित रूपमा प्राप्त गर्नुपर्छ।

