



"החזון שלנו הוא לקדם תוכנית לאומית למניעת סרטן העור"

ענבל כהן תובל, מנכ"לית העמותה הישראלית לסרטן העור, מספרת על שיתוף הפעולה עם המוסד לבטיחות ולגיהות במסגרת קמפיין להעלאת המודעות לנזקי השמש ולהשפעתה על הסיכוי לחלות בסרטן העור

מאת המוסד לבטיחות ולגיהות

הוא משרד הכלכלה והתעשייה. עובדים שעובדים בשמש, גדלים סיכוייהם לחלות בסרטן העור והם זקוקים להכוונה וגם לאכיפה בנושא."

- תוכלי להרחיב על שיתוף הפעולה עם המוסד לבטיחות ולגיהות?

"מדובר בשיתוף פעולה ראשון מסוגו עם המוסד לבטיחות ולגיהות, וזו דוגמה לאחד משיתופי הפעולה הפוריים ביותר שלנו. אין סטטיסטיקה לגבי מספר המקרים בקרב החולים בסרטן העור, כמה מהם לקו בו בעקבות עבודה בשמש. ההמלצות שלנו הן כלליות, וכל מקרה לגופו. לעובדים, אני ממליצה ללבוש ביגוד מנדף ומגן מפני השמש. ביגוד מנדף כולל סיבי ניילון. לעובדי חברת החשמל, למשל, סיבי ניילון אינם בטיחותיים. כנ"ל לגבי שעות העבודה בשמש.

בתחום הבינוי או עבודות בכביש, אנחנו ממליצים לבצע חילופי עובדים, כדי שלא אותם עובדים יעבדו 5-6 שעות רצופות בשמש הקופחת. יש אפשרות להשתמש במעין סככה ניידת ולהגדיל את ההגנה על העובדים. נחוצים גם קרם הגנה וכובע, שהם פריטי מיגון חובה. ברגע

גילוי מוקדם יכול להסתיים במשהו שהוא אפילו לא ברמה האונקולוגית, אלא פרוצדורה כירורגית וקוסמטית. אם אני נבדקת אצל רופא עור, ונמצא נגע מבעוד מועד, אני יכולה להסיר אותו בהרדמה מקומית. הנגע מועבר לביופסיה ושם זה נגמר. זו לא מחלה פולשנית כמו סוגי סרטן אחרים.

קו הסיום של כל מחלות הסרטן הוא זהה, קטלני במקרים רבים, אבל ההתחלה היא לא אותה התחלה. מכאן צמח החזון שלנו לקדם תוכנית לאומית למניעת סרטן העור, במיוחד במדינה שטופת שמש כמו שלנו, עם אוכלוסייה מעורבת ואנשים בעלי מוצא שונה וסוגי עור שונים."

- איזו תפיסה עמדה מאחורי הקמפיין?

"נקודת המוצא שלנו הייתה שאפשר לחנך את האזרחים, בדומה לקמפיין החגורה במושב האחורי. לפני 20 שנה, זה לא היה מובן מאליו כמו היום. המודעות לשמש היא עניין דומה.

לצד משרד הבריאות, אנחנו מקדמים תוכנית שנוגעת בכל תחומי החיים, ובמסגרת זאת, אחד השותפים שלנו

7 אחרונה עלה קמפיין משותף של המוסד לבטיחות ולגיהות עם העמותה הישראלית לסרטן העור. במסגרת הקמפיין, חולקו חומרי הסברה במקומות עבודה ובהם מידע להעלאת המודעות לסכנות הכרוכות בחשיפת עובדים לקרינה אולטרה סגולה (ראו מידע ותמונות בגוף הכתבה). המידע נועד למסור מידע לקוראים ואיננו תחליף לחוות דעת מקצועית לגבי מקרים פרטיים. כל בעיה או שאלה מקצועית, הקשורות במקרה פרטי - יש לבחון לגופו של עניין עם מומחה בתחום. דיברנו עם ענבל כהן תובל, מנכ"לית העמותה, ושמענו ממנה על עיקרי שיתוף הפעולה.

"העמותה הישראלית לסרטן העור קיימת זה שבע שנים. היא הוקמה על ידי ד"ר חדוה גונן, ביוכימאית, שחלתה בסרטן העור שלב 4. למרות השלב המתקדם, הצליחה להחלים והחליטה לפתוח מקום שיהיה בית לחולים ולבני משפחותיהם. אנחנו עוסקים, מעבר לתמיכה בחולים ובמשפחות, בהעלאת המודעות למחלה. סרטן העור זו מחלה שניתן למגר ובצורה פשוטה, יחסית, בכל הנוגע לחשיפה לשמש. חשיפה לא נכונה לשמש מעלה את הסיכויים לחלות בסרטן העור. בנוסף,



צילומי אילוסטרציה: Freepik

שונים של סרטן העור, מדי חודש, והמספר רק הולך וגדל. בנוסף, יש בסך הכול 350 רופאי עור בישראל, זה מספר קטן ויש מחסור קיצוני באנשי מקצוע בתחום. בשנתיים האחרונות, בגלל הקורונה, אנשים לא יצאו מהבית ולא אובחנו, אז אנחנו צופים ירידה חדה במספרים ולאחר מכן קפיצה משמעותית."

ד"ר מיקי וינקלר, מנכ"ל המוסד לבריאות ולגיהות ומי שמוביל את שיתוף הפעולה עם העמותה הישראלית לסרטן העור: "המוסד לבריאות ולגיהות רואה חשיבות גדולה בפעילות לקידום הבריאות התעסוקתית. בכל שנה נפטרים כ-800 עובדים ממחלות מקצוע, מספר גדול שאינו מתקבל על הדעת. המוסד"ל החל לשותף פעולה עם העמותה לסרטן כדי לקדם את המודעות, ההסברה והפעילות בקרב העובדים והמעסיקים לסכנת החשיפה של העובדים לשמש, ולמחלת סרטן העור, הנגרמת כתוצאה מחשיפה ממושכת לשמש. יחד נוביל את הפעילות ונסייע להפחית את מספר הנפגעים והנפטרים ממחלת סרטן העור."



ד"ר מיקי וינקלר, מנכ"ל המוסד"ל: "שיתוף הפעולה עם העמותה לסרטן העור נועד לקדם את המודעות, ההסברה והפעילות בקרב העובדים והמעסיקים לסכנת החשיפה של העובדים לשמש ולסרטן העור"

שמחלק לעובדים כובעים וקרם הגנה, ומקום שפחות מקפיד על כך. אני חושבת שבשנים האחרונות יש עלייה במודעות. כבר לא עושים 'אמבטיות שמש'. המחלה מתפרצת לפעמים עשורים אחרי החשיפה לשמש, כך שהמצב בעוד עשרים שנה אמור להיות טוב יותר."

סרטן העור בישראל

"יש בסביבות אלף חולים חדשים בסוגים



קמפיין להעלאת המודעות, בעיקר במקומות עבודה שיש בהם הרבה עובדים בחוץ ובשמש

ששילבנו דברים אלה, הגברנו את ההגנה על העובדים."

הסברה במקומות עבודה

"חלק גדול משיתוף הפעולה עם המוסד"ל הוא קמפיין להעלאת התודעה, בעיקר במקומות עבודה שיש בהם הרבה עובדים בחוץ ובשמש. בנינו הדרכה קצרה לצד המוסד"ל. ציבור הנהגים יקבלו לומדה, אשר במסגרתה גם מי שלא מגיע להכשרה יוכל לדעת מה הסכנות ולמה לשים לב. נהגים, למשל, אינם מודעים לכך שהם חשופים באותה המידה כמו העובדים באתר הבנייה. האוטו לא שומר עלינו. נשרפים מהשמש גם בתוך הרכב, ויש מחקר שנעשה על נהגים בארצות הברית ובאוסטרליה, וראו את פגיעות העור - כל אחד בצד שבו הוא נוהג."

איך היית מגדירה את רמת המודעות של העובד הישראלי הממוצע לסכנות השמש?

"זה מאוד תלוי במקום העבודה. יש לנו פעילות ניידת, שבמסגרתה אנחנו מגיעים עם רופא עור ומבצעים בדיקות לעובדים. אני רואה את ההבדל בין מקום עבודה



« המשך מעמוד קודם



השמש היא המקור העיקרי לקרינה אולטרה סגולה (UVR).
לא ניתן לראות או לחוש בקרינת UV
אבל היא יכולה לחדור עננים ואף חומרים מסויימים.
קרינת UV היא גורם מסרטן ידוע ממש כמו אסבסט או טבק
והיא הגורם העיקרי לסרטן העור.
קרינת UV יכולה בנוסף גם לגרום נזק בלתי הפיך לעיניים ולעור,
לכן חובה עלינו לנהל את סיכוני הבטיחות והבריאות שלנו
במקום העבודה ובכך גם סיכונים הקשורים בחשיפה לקרני השמש.

1 זיהוי המפגע

חשיפה לקרינת UV מהווה סיכון לכל מי שעובד בחוץ. הסכנה נמצאת לא רק בחשיפה ישירה לשמש אלא גם בהשתקפות קרני השמש מחומרים מסויימים כגון מתכת, שלג, חול ודומיהם שמגבירים את רמת החשיפה לקרינה.
קרינת UV יכולה להגיע לרמות גבוהות מספיק על מנת לייצר פגיעה בעור לא מוגן ברוב חודשי השנה.
כל סוגי העור עלולים להיפגע מהחשיפה, אולם בעלי עור חיוור נמצאים בדרגת סיכון מוגברת יותר.

2 הערכת הסיכון

- ברגע שזוהו סיכוני קרינת UV אפשר לקבוע את הדברים הבאים:
- סבירות וחומרת הסיכון
 - יעילות אמצעי הבקרה
 - תכנון הפעולות על מנת להתמודד עם הסיכון ומה מידת הדחיפות של כל פעולה.

3 ניהול סיכונים

את הפעולות הנדרשות על מנת למנוע את הסיכונים הכרוכים בחשיפה לשמש יש לבצע בצורה הטובה ביותר באופן סביר.

למשל: אפשר למזער סיכונים על ידי הפניית עבודות חוץ שניתנות לבצוע תחת קורת גג במידת האפשר ועל ידי אחת או יותר מהאפשרויות הבאות:

- ביצוע עבודות חוץ בשעות הבוקר המוקדמות או בשעות אחה"צ כאשר סיכון החשיפה לקרינת UV נמוך יותר. אם זה לא אפשרי, עליך למזער את הסיכון.
- ביצוע עבודות באיזורים מוצלים
- בקרה הנדסית- התקנת צל קבוע או אמצעי צל ניידים, צביעת חלונות במפעלים ובכלי רכב, בחירת משטחי עבודה שהחזר האור שלהם נמוך.

בקרה אדמיניסטרטיבית

יש לבנות תכנית בקרה מנהלית שתספק מסגרת שיטתית התומכת בבקורות הקיימות ודואגת למזער עוד יותר את רמות החשיפה לקרינת השמש, למשל: תקנות ונהלי עבודה בטוחים, מידע, הדרכה ופיקוח לעובדים.

ציוד מגן אישי כל סיכון אפשרי ניתן למזער על ידי מתן והבטחת שימוש בציוד מגן אישי:

- ביגוד ארוך מסנן קרינה
- כובעים רחבי שוליים, או קסדות עם שוליים וכיסוי עורף
- קרם הגנה SPF 30+ מסוג עמיד למים- יש להשתמש בקרם הגנה תמיד במקביל לשימוש באמצעי הגנה נוספים.
- יש לוודא שהעובדים יודעים כיצד להשתמש בקרם הגנה בצורה אפקטיבית, יש לחדש את המריחה בכל שעתיים או יותר במידה ומזיעים.
- פיקוח, בקרה וציוד מגן אישי חשובים וחיוניים ביותר בסיוע להפחתת החשיפה לקרינת UV.

ברוב המקרים שילוב של מציאת פתרון חליפי לחשיפה יחד עם אמצעי בקרה ימזערו את הסיכון.

לדוגמה: שימוש בבקרה הנדסית- מבני צל ניידים בשילוב עם אמצעי מיגון אישיים- ביגוד סנן קרינה יחד עם בקרה מנהלית- רוטציה בין שעות העבודה.

יש לוודא של הזמן שהפתרונות הנבחרים לא גורמים לסיכונים או מפגעים חדשים **לדוגמה:** אמצעי מיגון אישיים יגנו מפני קרינת UV אבל אם החומר ממנו עשוי הביגוד המגן אינו חומר מנדף זיעה, הוא עלול לגרום לעליית טמפר' חום הגוף של העובדים וללחץ חום.

מבני צל ניידים שאינם מאובטחים כראוי יכולים ליצור סיכונים נוספים.
יש לשקול תמיד את הסיכונים והמפגעים ולהחליף במידת הצורך את אמצעי הבקרה.