

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



ایمنی و بهداشت حرفه ای

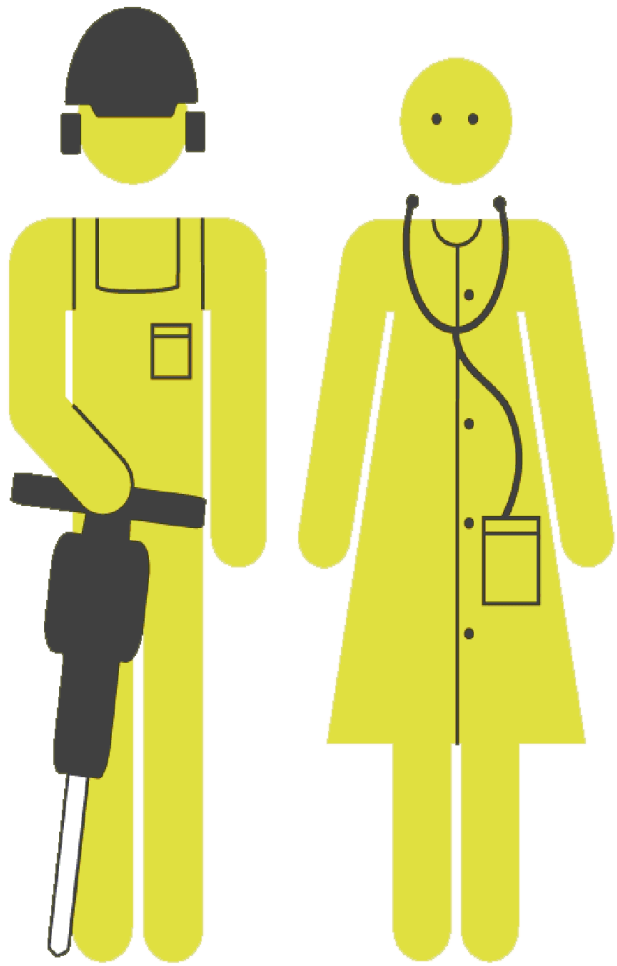
بهداشت حرفه ای

در محیط کار

تضمین سلامتی
شاغلین

محمد کیانی فر

کارشناس مسئول بهداشت حرفه ای



28 April

ILO - World Day

for Safety and Health at Work

**۸ اردیبهشت ماه
روز جهانی ایمنی و
بهداشت حرفه ای**



OCCUPATIONAL HEALTH ENGINEERING

- ◎ بهداشت حرفه ای، سلامت شغلی یا سلامت کار شاخه‌ای است از علم بهداشت و عبارتست از شناسایی، ارزیابی و کنترل عوامل زیان آور موجود در محیط کار به همراه یکسری مراقبت‌های بهداشتی درمانی به منظور سالمسازی محیط کار و حفظ سلامت نیروی کار.
- ◎ بهداشت حرفه‌ای ترکیبی از علوم پزشکی و مهندسی می‌باشد.

اهداف کلی بهداشت حرفه ای

- تأمین، حفظ و ارتقای وضعیت جسمی، روحی و روانی، فردی و اجتماعی کارکنان همه مشاغل
- پیشگیری از بروز بیماری ها و حوادث ناشی از کار
- انتخاب فرد متناسب با شغلی که قابلیت انجام آن را دارد



معاینات طب کار و انواع آن

1- معاینات بدو استخدام:

اهداف معاینات بدو استخدام عبارتند از:

- تعیین وضعیت سلامت عمومی شاغل
- به کارگیری نیروی انسانی در کار متناسب با توانمندی جسمی، روحی و روانی وی (**Fitness For Work**)
- تهیه اطلاعات پایه در زمینه سلامتی شاغل جهت بررسی های مقایسه ای بعدی در معاینات ادواری
- تهیه و نگهداری کلیه اطلاعات پزشکی شاغل به منظور ارائه به مراجع قانونی در صورت نیاز

۲- معاینات ادواری: هدف از انجام این معاینات که مطابق ماده ۹۲ قانون کار باید حداقل

سالی یکبار برای هر شاغل انجام گردد، ارزیابی مجدد سلامتی شاغل و تشخیص به موقع علایم بیماری‌های شغلی یا تعیین تناسب شغلی شاغلین می‌باشد.

۳- معاینات بازگشت به کار: این معاینات که جزء معاینات تخصصی طب کار می‌باشد

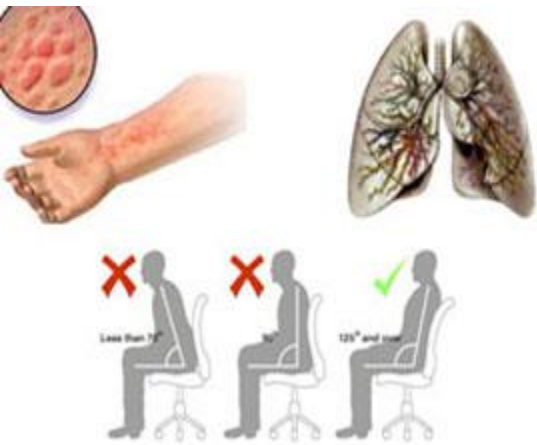
جهت بازگشت مناسب فرد آسیب دیده از حادثه یا یک بیماری (شغلی و غیر شغلی) به کار مناسب با توان جسمی و روانی وی استفاده می‌گردد.

4- معاینات حین بازنشستگی یا معاینات خروج از کار: این معاینات جهت تعیین وضعیت

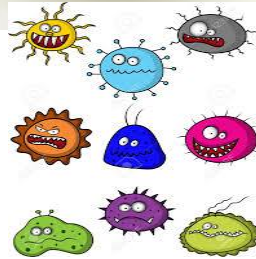
کلی سلامت شغلی فرد انجام می‌گردد که این موضوع در خصوص برخی عوامل زیان آور محیط کار که دارای عوارض دیررس یا طولانی مدت هستند (همچون آزبست، سیلیس، پرتوهای یونیزان و ...) از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

بیماریهای ناشی از کار (بیماریهای شغلی)

○ بیماریهای ناشی از کار به زبان ساده بیماری است که بعلت اشتغال به یک کار و تحت تاثیر شرایط موجود در آن تولید و یا تشدید می گردد.



○ شرایط موجود که ممکن است بیماریزا یا باعث تشدید بیماری گردند عبارتند از: وجود عوامل فیزیکی، شیمیایی، مکانیکی، بیولوژیک محیط کار و بالاخره کیفیت انجام دادن کار یا حالات و حرکاتی که فرد مجبور است برای این منظور به بدن خود بدهد که ممکن است بعلت تجاوز از حد طبیعی و یا تکرار و مداومت، نتیجه آن می تواند بیمار شغلی و عوارض ناشی از آن باشد.



SAFETY AT THE WORKPLACE



انواع بیماریهای ناشی از کار:



Lesions on person suffering from Morgellons disease



○ ناراحتی اسکلتی و عضلانی

○ افسردگی

○ مبتلا به بیماری های صعب العلاج

○ ناراحتی های پوستی

○ مشکل تنفسی

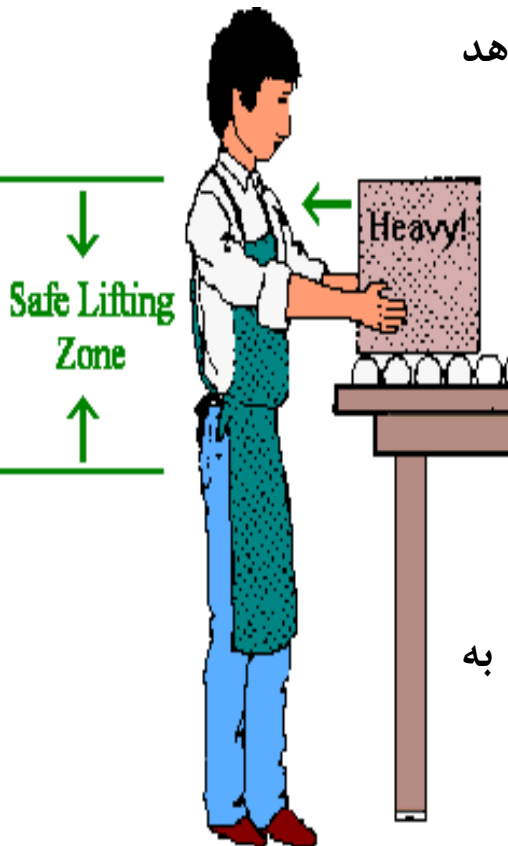
شایع ترین بیماری های شغلی :

بعد از بیماری قلبی و عروقی ، بیماری ها و صدمات ناشی از کار بیشترین میزان بیماری ها را در کشور به خود اختصاص می دهد. ۳۶ درصد از کارمندان به دلیل شکل نادرست نشستن هنگام کار در معرض ناراحتی های اسکلتی و عضلانی قرار دارند.

کمردرد، آرتروز، زانو درد و اختلالات اسکلتی، عضلانی ناشی از کار شایع ترین بیماری های شغلی هستند.

ارگونومی

○ ارگونومی عبارت است از علم اصلاح و بهینه سازی محیط، مشاغل و تجهیزات به گونه ای که متناسب با محدودیت ها و قابلیت های انسان باشد.



- اشیاء را در بالای سطح زمین قرار دهید با این کار فرد مجبور نخواهد شد جهت برداشتن اشیاء، دوباره به سمت پایین خم شود.
- بهترین ارتفاع برای بلند کردن بار، ارتفاع بین شانه و کمر است.
- قرار دادن اشیاء سنگین در قفسه های هم سطح با ناحیه کمر.
- قرار دادن اشیاء سبک در قفسه های بالاتر.
- وزن باری را که می خواهید بلند کنید کاهش دهید.
- هل دادن بهتر از کشیدن است.
- پایین رفتن از پله ها نسبت به بالارفتن از پله ها صدمه بیشتری به عضلات بدن وارد می کند.

بلند کردن صحیح بار

اگر کمی فکر کنید می توانید
کمرتان را نجات دهید



قبل از بلند کردن بار
در مورد نحوه بلند
کردن و جابجایی آن
فکر کنید



نزدیک به
بار
بایستید

زانوهایتان را
خم کنید (نه
کمرتان را)



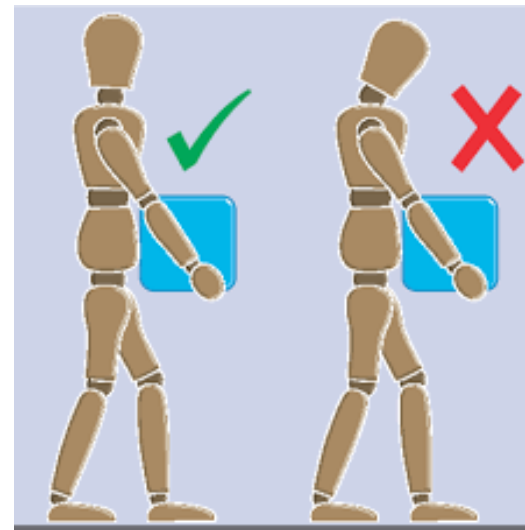
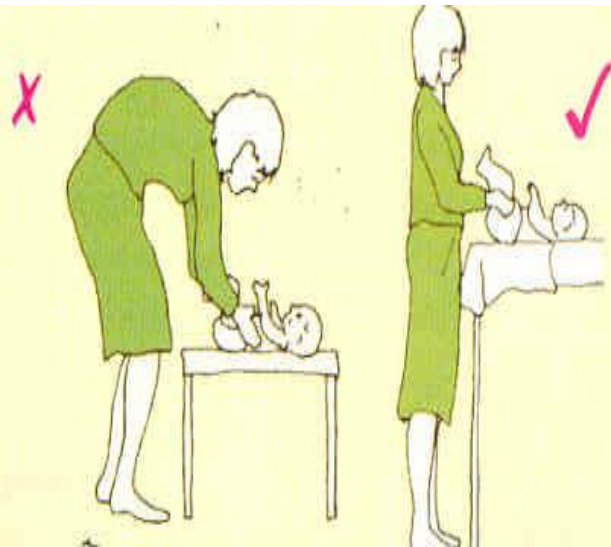
اجازه دهید
نیروی
پاهایتان، بار
را بلند کند



برای بلند کردن
اشیاء سنگین یا
اشیائی که شکل
نامناسب دارند
درخواست کمک
کنید



از تجهیزات
موجود برای
بلند کردن و
جابجایی بار
استفاده کنید



تنظیم و کار با دستگاه پایین تر از حد آرنج



طراحی قفسه های دارویی نامناسب می باشند به طوری که در حین کار در هنگام برداشت داروها و سرم ها از طبقات مختلف قفسه های دارو بدن در وضعیت نامناسب قرار می گیرد و در ناحیه بالاتر از حد شانه مکررا مجبور به جابجایی دارو و داروهای مورد نیاز می باشد و زمینه را برای دردهای شانه فراهم می نماید.



تنظیم وسایل و تجهیزات بالاتر از حد شانه خارج از محدوده دسترسی

ارگونومی کار با کامپیوتر



حوادث معمولاً بعزت اعمال ناایمن یا شرایط ناایمن فرد و محیط کار بوقوع می پیوندد:

- اعمال ناایمن محیط کار مربوط به رفتار سازمانی
ناصحیح فرد بوده مانند(حواس پرتی، بی
احتیاطی، عدم رعایت عمدی دستورالعمل ها و...).
- شرایط ناایمن محیط کار نقائصی است که در
محیط کاری وجود داشته و ارتباطی به رفتار فرد
ندارد مانند(طراحی ناصحیح محیط کار. ناایمن
بودن ماشین آلات . فقدان وسائل حفاظتی و...).



غرور+ بی دقتی=حادثه

برنامه وسایل حفاظت فردی:



- تجهیزات حفاظت فردی (PPE) برای محافظت کارکنان در برابر خطر یا آسیبهای موجود در محیط کار می باشد، که با ایجاد کردن سدی در مقابل خطرات، از آسیب دیدگی افراد جلوگیری بعمل می آورند.

برگه اطلاعات ایمنی مواد شیمیایی (SDS)

مشخصات محصول	بتادین شماره ثبت دارویی: 265554182 ترکیبات: ید- الکل - اتانول - اب معطر
پیکتوگرام ها	
عبارت خطر	خطر
جملات خطر	✓ محرک وزیان آور ✓ محرک تنفس، پوست، چشم، گوارش
جملات احتیاط	✓ استفاده از: دستکش، کفش، روپوش، دستکش، عینک ایمنی ✓ استفاده از شیلد محافظ در صورت احتمال خطر پاشش ✓ مواجهه چشمی: جدا کردن لنزهای تماسی از چشم شستشو به مدت 15 دقیقه ✓ مواجهه پوستی: شستشو با مقادیر زیاد آب و صابون ✓ تماس استنشاقی: رساندن فرد مسموم ب هوای تازه- وصل اکسیژن در صورت نیاز ✓ بلع: خوراندن چند لیوان آب یا شیر-مراجعه ب پزشک
مشخصات تأمین کننده	با توجه به تنوع شرکت جهت خریداری موارد مذکور در صورت سوال در مورد مخاطرات و ایمنی ماده شیمیایی مذکور به واحد بهداشت حرفه ای مراجعه نموده یا به داخلی 147 تماس بگیرید.

سدیم هیپو کلرایت (وایتکس)



تأثیر ماده بر سلامتی

تماس با چشم: تحریکات شدید در تماس با بافت آن

تماس با پوست: تحریکات پوستی شده و در موارد شدیدتر سوختگی های شدید پوستی

تنفس و خوردن: تحریکات شدید در دره و سوراخ دهان و چشم استنشاق استنشاقی هوا می تواند منجر به عفونت های تنفسی و خوراک منجر به سوختگی دستگاه تنفسی شکم می شود که در بعضی موارد منجر به مرگ است

کدام های اولیه

تماس با چشم: در صورت تماس از چشمی آن را با آب سرد و بشوید و اگر به مدت 15 دقیقه بهبودی حاصل نشود به پزشک مراجعه کنید

تماس با پوست: لباس آلوده را از تن جدا کرده و محل آلودگی را با آب ولرم و صابون شستشو دهید

تنفس و خوردن: فرد را با هوای تازه استراحت کنید هرگز به کسی که میوه می خورد چیزی ندهید سرعاً به پزشک مراجعه کنید باید آری با نوشیدن مقدار زیادی آب رقیق نمود نوشیدن مقدار کمی شیر نیز توصیه می گردد

تنفس: فرد را به هوای آزاد منتقل کرده و چنانچه تنفس فرد قطع شده به وی تنفس مصنوعی بدهید سرعاً فرد را تحت مراقبت های پزشکی قرار دهید

اطلاعات آتلی نشانی

خطر آتش گیری: قابلیت اشتعال با چیزی دارد اما در صورت جرقه گراهای نمی تولید میکند

روش مناسب خاموش کردن: در صورت فراز گرفتن مالدن آن در معرض آتش مستوی با استفاده از آب مالدن آن را خنک نگه دارید

اقدامات در زمان پاشش تصادفی ماده

پیشگیری شخصی: از تنفس فرات و به سرات آب زایل خودداری شود. لباس های که آلودگی برطرف نشده محیط را محدود و تهویه نمایند

جمع آوری و پاکسازی: اگر مقدار آب زایل بیرون ریخته شده زیاد باشد با استفاده از یک حائل آن را جمع آوری و به بیرون از محل کار منتقل کنید در صورتی که مقدار کمی باشد آن را با سونای که با این ماده و آنش نمی دهند مانند خاکستر جمع کنید و به بیرون از محل کار ببرید

وسایل احتیاطی مورد نیاز

حفاظت پوست و بدن: دستکش و لباس های مقاوم به مواد شیمیایی

حفاظت چشم: عینک ایمنی یا قاب دور چشم و یا شیلدهای صورت

حفاظت تنفسی: نصب سیستم های تهویه در محل کار زمانی که آلودگی در محیط زیاد باشد. از ماسک های کربنول تار استفاده شود

جایابی و انبارداری

شرایط انبارداری: در محیط خشک، خنک، با تهویه مناسب و به دور از اشعه مستقیم آفتاب، گرما و سایر منابع مشتعل و محسوس و همچنین در گنجه های سرد انبار شود از کوبیده مواد نامرنگ کار مانند مواد آهکی گنجه به دور باشد



Have A Nice Day