

عوامل خطر

مبانی اصلی

محل کار باید طوری طراحی شده باشد که تولید ایمن و کار آ انجام شود. عوامل زیر روی تندرستی، ایمنی و خوشنودی از کار بخصوص در صنایع چوب و مبل تأثیر می گذارند.

- چگونگی کارکرد تجهیزات فنی، بویژه ایمنی ماشین آلات
- چگونگی تنظیم برنامه کار (سازمان تشکیلاتی کار) و کارکرد مدیریت
- چگونگی سازگاری کار با انسان (شرایط ارگونومیک فشار کار) چند مثال وجود بلند کردن اجسام سنگین یا کار یکنواخت و تکراری است.
- چه آلودگی هایی در هوا وجود دارد - مثلاً گردوغبار چوب، بخارات محلول های ارگانیک، رنگ و چسب - و اینکه با این آلودگی ها چگونه برخورد می شود (مثلاً با تهویه رفع می شود).
- وضعیت هوای داخلی و تهویه
- سروصدا و لرزشها
- نور

طراحی محل کار

چهار عامل هوا، صدا، نور و طراحی محل کار برای ایجاد یک محل کار خوب لازم است. منظور از طراحی محل کار چگونگی قرار گیری محل های کار، ماشین آلات و وسایل داخلی در ارتباط با یکدیگر است طوری که روند تولید بخوبی کار کند. راه رفتن در محوطه بایستی راحت و ایمن باشد و باید بتوان مواد و مصالح را به شیوه ای موثر و ایمن حمل کرد.

بخاطر داشته باشید!

منطقه کار ماشین را روی کف زمین در اطراف ماشین علامت گذاری و مشخص کنید.

در همه اماکن کاری بایستی برای کارکنان غذاخوری یا محل استراحت و توالی وجود داشته باشد. اگر کار ایجاب می کند که لباس عوض کنید و لباس کار یا لباس ایمنی بپوشید بایستی اطاق رختکن و دوش هم وجود داشته باشد.

در مسیرها بایستی تابلوهای ترافیک وجود داشته باشد - در محل کار بایستی تابلوهای موسوم به محیط کار وجود داشته باشد. شکل تابلو ها بایستی یادآور تابلوهای موجود در ترافیک شهری باشد. بایستی

- **تابلوهای ممنوع کننده**، مثلاً ممنوعیت سیگار کشیدن و آتش روشن کردن
- **تابلوهای اخطار دهنده**، مثلاً برای مواد آتشگیر
- **تابلوهای ترغیب کننده**، مانند از حفاظ شنوایی بایستی استفاده شود
- **تابلوهای اضطراری**، مثلاً خروج اضطراری یا تخلیه مکان و کمکهای اولیه
- **تابلوهای اطلاع رسانی**، مثلاً در مورد گاز
- **تابلوهای آتشنشانی**، مثلاً آتش خاموش کن.

بخاطر داشته باشید!

به تابلوهای محل کار خود توجه کنید و موارد ممنوع، اخطار و ترغیب را رعایت کنید.

یک عامل عادی بروز حوادث در محل کار آنست که کسی پایش به چیزی گیر می کند، می لغزد و به زمین می خورد. برای جلوگیری از چنین حوادثی مهم است که کف زمین و اسکله های بارانداز طوری طراحی شوند که ریسک لیز خوردن و گیر کردن پا به جایی حتی الامکان کاهش یابد.

برای خواندن مطالب بیشتر به وبسایت www.av.se بروید و «arbetsplatsens utformning» را جستجو کنید.

تهویه

یک سیستم تهویه عمومی لازم است که جای هوای تنفس شده را هوای تازه بگیرد بی آنکه کوران شود. در صنایع چوب و مبل مراحل کاری بسیاری وجود دارد که باعث آلودگی هوا، در درجه اول با گردوغبار چوب، می شود. از اینرو یک فرآیند بخصوص تهویه لازم است.

ماشین آلات فرآوری چوب باید به دهانه های مکش برده متصل به سیستم حمل خاک اره مجهز باشند که خاک اره و گردوغبار را از ماشینها دور کند. برای کار با بخارات مضر برای تندرستی مانند لاک الکل ها و مواد حلال به نوع دیگری از فرآیند تهویه، مانند جعبه های افشانی و محفظه های هواکشدار احتیاج است. ماشین های بزرگتر را می توان در محفظه های بسته دارای فرآیند هواکش مخصوص بخود قرار داد.

بخاطر داشته باشید!

ماشین ها و لباس کار را با جاروبرقی تمیز کنید، از هوای فشار قوی استفاده نکنید. هوای فشار قوی گردوغبار را بالا می کشد و پخش می کند و ممکن است استنشاق شود.

تأسیسات تهویه بایستی مرتباً کنترل و سرویس و نگهداری شده و در یک پوشه یادداشت شود. تأسیسات تهویه در محل کار بایستی به یک سیستم کنترل متصل باشد که در صورت بروز مشکل، مثلاً اگر فیلتر پاره یا کثیف شده اخطار دهد.

بخاطر داشته باشید!

هدف از فرآیند تهویه بایستی این باشد که آلودگی های هوا بطور موثر رفع شوند طوری که به استفاده از حفاظ تنفسی نیازی نباشد.

برای خواندن مطالب بیشتر

به وبسایت www.av.se رجوع کرده و واژه «ventilation» را جستجو کنید.

هوای داخلی

محدوده مشخصی برای میزان گرما یا سرمای محل کار وجود ندارد. دمای مناسب برای یک محل کار به نوع کاری که در آن باید انجام شود بستگی دارد. یک توصیه این است که

- دمای کاری که فشار جسمانی آن کم و در حالت سکون انجام شود حدود 20 درجه سانتیگراد است
- دمای کاری که فشار جسمانی آن کم و تحرک دارد حدود 14 تا 15 درجه سانتیگراد است
- دمای اتاق کارکنان باید 20 درجه سانتیگراد باشد

برای خواندن مطالب بیشتر

به وبسایت www.av.se رجوع کرده و واژه «temperatur eller klimat» را جستجو کنید.

نور

نور محل کار نسبت به وظیفه کاری بایستی به اندازه کافی قوی باشد. کارهای دقیق نور بیشتری نیاز دارند. اگر نور ضعیف باشد یا چشم را بزند برای چشم خسته کننده بوده و خطاهای بیشتری اغلب صورت می گیرد. شرایط نامساعد روشنایی همچنین ممکن است باعث شود شما برای بهتر دید خم شوید که اگر مدتی طولانی ادامه یابد می تواند به سردرد، ناراحتی گردن منجر شود.

برای تشخیص صحیح رنگها بایستی روشنایی واجد شرایط ویژه ای باشد. منابع روشنایی که مشابه نور روز باشند بهترین منعکس کننده رنگها هستند.

در اماکن کاری هم روشنایی عمومی (روشنایی سقفی) و هم روشنایی محل کار وجود دارد. خوب است روشنایی محل کار قابل تنظیم باشد چون افراد سالمند در مقایسه با جوانترها به نور بیشتری نیاز دارند.

انعکاس های نور و کنتراست های شدید دامنه دید شدیداً قدرت دید را ایجاب می کنند. چند مثال می تواند منابع نور بدو حباب که در مانیتورها منعکس می شوند یا پانل ها و اختلاف کنتراست زمانی که راننده لیفت تراک به تناوب در محیط داخلی و هوای آزاد رانندگی می کند.

همه اطاق های کار بایستی نور روزانه داشته باشند چون برای خوشنودی در محل کار و ریتم روزانه انسانها مهم است.

بخاطر داشته باشید!

سایه ها و انعکاس های نور خواند درجات مقیاس ها در ماشین آلات، مانیتورها، صفحه های نمایش، پانل ها و امثال آن را دشوار می کنند. از اینرو مهم است که روشنایی محل کار تمرکز صحیحی داشته باشد و سایر منابع روشنایی در صورت لزوم حباب داشته باشند.

برای خواندن مطالب بیشتر

به وبسایت www.av.se رجوع کرده و واژه «ljus eller belysning» را جستجو کنید.

رانند لیفت تراک

اغلب حمل و نقل مواد و مصالح در اماکن کار با لیفت تراک انجام می شود. لیفت تراک وسیله کار راحت قابل استفاده ای است، ولی خودروی سنگین و پر قدرتی نیز می باشد که اغلب در محیط های تنگ و باریک تولید در نزدیکی افراد رانده می شود. این باعث می شود که لیفت تراک در اغلب حوادث کاری در سوئد نقش دارد.

بخاطر داشته باشید!

حوادث در رابطه با لیفت تراک اغلب به صدمات شدیدی ختم می شوند. مواظب باشید - صرفنظر از اینکه لیفت تراک را می رانید یا در نزدیکی آن هستید.

همه افرادی که لیفت تراک می رانند بایستی دانش نظری و عملی مستند و برای کار تجربه داشته باشند (گواهینامه لیفت تراک یا معلومات معادل آن). مجوز رانندگی از کارفرما نیز لازم است. افرادی که در نزدیکی لیفت تراک کار می کنند بایستی از ریسک ها اطلاع داشته باشند و به دستورالعمل های ایمنی واضح نیاز دارند.

ریسک های رانندگی با لیفت تراک را از طریق موارد زیر کاهش دهید

- عبور و مرور لیفت تراک را از فعالیت های دیگر جدا کنید، مثلاً از طریق مسیر لیفت تراک
- در مسیر لیفت تراک کالا نگذارید
- جانی دید محدود است آینه نصب کنید
- لیفت تراک مناسب برای کار مربوطه انتخاب کنید و آنرا صحیح بارگیری کنید
- کفش ایمنی بپوشید - هم راننده و هم افرادی که در منطقه خطر در اطراف لیفت تراک کار می کنند
- برای کار و رانندگی با لیفت تراک مقررات تعیین کنید - و پیگیری کنید که مقررات رعایت شوند!

بخاطر داشته باشید!

اگر ریسک تأثیر دود آگروز روی افراد وجود داشته باشد، رانند لیفت تراک های بنزینی، دیزلی یا گازی در محیط سرپوشیده مجاز نیست

برای خواندن مطالب بیشتر

به این وبسایت www.av.se یا www.prevent.se مراجعه کرده و «truckar» را جستجو کنید.

کار شیفتی

انسانها طوری خلق شده اند که در روشنایی روز فعال و در تاریکی خواب هستیم. یعنی تمرکز حواس و قدرت کار ما طی شب کمتر است که باعث ریسک خطا و بروز حوادث افزایش یابد. برای افرادی که شیفتی کار می کنند مهم است

که بین شیفت های کار استراحت کامل داشته باشند. افرادی که به تناوب در شیفت های کاری مختلف کار می کنند بایستی حتی الامکان ریتم شبانه روز را بتدریج تغییر دهند.

خوب است قبل از شیفت شب یا نیمه شب یک چرت بخوابید.

گوارش غذا شب هنگام متفاوت است و از اینرو خوب است طی شیفت شب غذای سبک بخورید.

بخاطر داشته باشید!

برخی بیماری ها با کار شیفتی وخیم تر می شوند و گاهی اوقات ممکن است درمان دارویی پس تغییر ریتم شبانه روز سازگار شود. از اینرو همه افرادی که مرتباً شیفت شب کار می کنند بایستی معاینات پزشکی شوند.

برای خواندن مطالب بیشتر

به این وبسایت www.av.se یا www.prevent.se مراجعه کرده و در وبسایت های زیر جستجو کنید.

- کار شبانه یا شیفتی (پریوننت)
- معاینات پزشکی (سازمان دولتی محیط کار)