

بیمارستان محمد اسماعیل حاج امتیاز

EMTIAN
HOSPITAL

آموزش پزشکان جهت ایمنی در محیط کار

تهیه کننده : الهام حسینی

کارشناس بهداشت حرفه ای

پاییز ۱۴۰۳

عوامل زیان آور محیط کار شامل:

❖ عوامل فیزیکی

❖ عوامل شیمیایی

❖ عوامل بیولوژیکی

❖ عوامل ارگونومی

❖ عوامل مکانیکی

❖ عوامل روانی

عوامل زیان آور فیزیکی:

□ روشنائی

□ صدا

□ ارتعاش

عوامل زیان آور شیمیایی:

☐ مواد شیمیایی

☐ گرد و غبارها

☐ گازهای بی‌هوشی

روش پیشگیری:

استفاده از ماسک تنفسی مناسب

آگاهی از برگه msds (برگه اطلاعات ایمنی مواد شیمیایی که حاوی اطلاعاتی

چون: خطرات ماده ، کمک های اولیه ، اقدامات در هنگام نشت می

باشد)

عوامل زیان آور بیولوژیکی:

□ پاتوژن های خونی

□ تماس با خون

□ عفونت های بیمارستانی

□ ویروس

□ باکتری

□ قارچ

روش های پیشگیری:

□ واکسیناسیون

□ شستشوی مکرر دست ها

□ استفاده از وسایل حفاظت فردی

عوامل زیان آور ارگونومی:

□ عواملی نظیر کارهای تکراری

□ وضعیت بدنی نامناسب

□ وضعیت نامطلوب بدن هنگام کار

روش پیشگیری:

■ نرمش بین فواصل کاری منظم

■ ده دقیقه استراحت و نرمش بعد از یک ساعت کاری

■ خودداری از ایستادن طولانی مدت

عوامل زیان آور مکانیکی:

لیز خوردن✚

Needle stick✚

سقوط اشیاء☐

روش پیشگیری:

شناسایی مکانهای ناامن و مستعد افتادن و گزارش به واحد بهداشت حرفه ای و تاسیسات

عوامل زیان آور روانی:

▣ نوبت کاری

▣ استرس شغلی

▣ ترس از ابتلا به بیماریهای واگیردار و خطرناک

▣ خشونت های رفتاری از طرف کارکنان و همراهان بیمار

روش پیشگیری:

☐ خواب و استراحت کافی بعد از شیفت شب

☐ کنترل استرس

☐ تعداد شیفت های طولانی پیاپی و اضافه کاری به حداقل برسد

☐ بعد از پایان هر دوره شیفت حداقل ۲۴ ساعت استراحت در نظر گرفته شود.

با سپاس از حسن توجه شما

