



دانشگاه گیلان
معاونت دانشجویی
مرکز بهداشت و درمان

شمار روز جهانی ایمنی و بهداشت حرفه ای ۲۸ آوریل مصادف با

۸ اردیبهشت ۱۴۰۲

محیط کار سالم و ایمن یک حق اولیه برای انسانها است.



مرکز بهداشت و درمان دانشگاه گیلان

نکات ایمنی در پرسنل خدماتی:

- ۱) استفاده از لباس و کفش های مناسب جهت جلوگیری از لیز خوردن و افتادن.
- ۲) حتما از وسایل حفاظت شخصی (ماسک، دستکش و روپوش مناسب) استفاده کنند.
- ۳) همه ی این افراد در زمان های تعیین شده حتما باید معاینات دوره ای را انجام و کارت بهداشتی داشته باشند.
- ۴) دوره های آموزشی مربوط به نحوه ی برخورد با وسایل گاز سوز و آتش گیر و موارد ایمنی آن ها را گذرانده باشند.
- ۵) برای تی کشی کف و گند زایی و گرد گیری سطوح، از مواد گندزدایی کننده مناسب استفاده شود.
- ۶) در آشپزخانه و سرویس ها برگه اطلاعات گند زدها نصب گردد و در خصوص مخلوط نکردن مواد شوینده همچون وایتکس و جوهر نمک و یا سایر ضد عفونی کننده ها آموزش لازم داده شود.



بسمه تعالی

هر ساله سازمان بین المللی کار، شعاری را به مناسبت روز جهانی ایمنی و بهداشت حرفه ای انتخاب و مراسم آن را در ۲۸ آوریل هر سال برگزار می کند. شعاری که سازمان برای سال ۲۰۲۳ در نظر گرفته است عبارتست از:

محیط کار سالم و ایمن یک حق اولیه برای انسانها است.

در این راستا گروه های هدف شامل: کارمندان ، پرسنل تاسیسات دانشگاه ، پرسنل شاغل در آزمایشگاه های مختلف دانشگاه ، کارگران فضای سبز، پرسنل خدماتی و دانشجویان هستند که جنبه های مختلف ایمنی در هر کدام از گروه ها شامل موارد عمومی و اختصاصی است.

نکات ایمنی و ارگونومی در هنگام کار با کامپیوتر برای کارمندان:

- ۱) مانیتور می بایست مستقیماً در جلوی صفحه کلید قرار گیرد و لبه بالایی آن باید در امتداد دید چشمها قرار گیرد تا در هنگام انجام کار آسیبی به گردن وارد نشود .
- ۲) در صورت امکان از یک هولدر (نگهدارنده) برای قرار دادن مدارک خود در نزدیکی صفحه مانیتور استفاده کنید .
- ۳) موس و دیگر تجهیزات ورودی را در مجاورت صفحه کلید قرار دهید تا فاصله دسترسی تنش های وارده به شانه های شما کاهش یابد.
- ۴) برای کاهش درخشندگی و انعکاسات صفحه مانیتور می توانید آنرا به سمت بالا پائین یا چپ و راست بچرخانید و یا از فیلترهای مخصوص استفاده کنید.
- ۵) میز کار با کامپیوتر باید به قدری بزرگ باشد که فضای کافی برای تمامی تجهیزات مورد استفاده در هنگام کار وجود داشته باشد.

نکات ایمنی در خوابگاه دانشجویی:

۱) وسایل گرمایشی و سرمایشی:

- به تعداد کافی و مناسب تعبیه شود.
- سالم و استاندارد باشد.
- اصول ایمنی رعایت شود.
- دارای حداقل سرو صدا باشد.

۲) تهویه و رطوبت :

- دارای حفاظ مناسب، سالم و به نحو صحیح نصب شده باشد.
- دارای حداقل سرو صدا باشد.

۳) وسایل نور و روشنایی و تاسیسات برق رسانی:

- از ایمنی کامل برخوردار باشد.
- قاب ها و لامپ های شکسته و سوخته به موقع تعویض شود و دارای حفاظ مناسب باشد.
- پریز های برق و تلفن دارای حفاظ کافی و مناسب باشد.
- از عبور سیم های برق از زیر و اطراف فرش و موکت و ... اجتناب شود.
- سه راهی های غیر استاندارد ، ممکن است باعث اتصال و ایجاد آتش شوند.
- وصل کردن وسایل پر مصرف به یک سه راهی برق ، امکان داغ شدن و آتش سوزی را در سه راهی تشدید می کند.



۵) هنگام کار با ماشین آلات استفاده از شال گردن، حلقه، ساعت مچی، لباسهای شل و امثالهم ممنوع بوده و موهای بلند باید با سربند پوشیده شود.

۶) محل استقرار و تردد افراد باید هموار تمیز و عاری از هرگونه مواد لغزنده باشد.

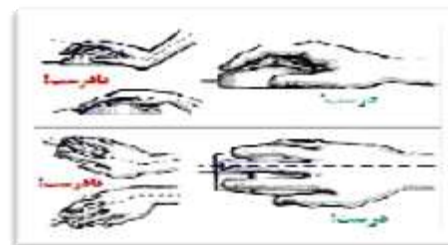
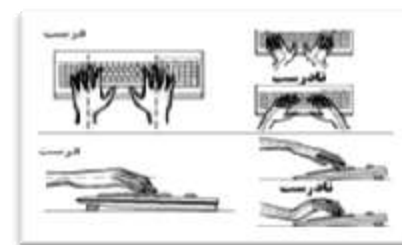
۷) استفاده از هوای فشرده برای نظافت ماشینهای آلات، لباس کار، قطعه کار و سایر قسمتها ممنوع است.

۸) برای انجام امور تعمیراتی و سرویس ماشینها آلات لازم است دستگاه به نحوی ایزوله و بی برق گردد که احتمال روشن شدن ناخواسته آنها وجود نداشته باشد.

۹) استفاده از ابزارها و تجهیزات فرسوده، معیوب و دستکاری شده ممنوع می باشد.



(۵)



نکات ایمنی برای پرسنل آزمایشگاه:

۱) لباس مناسب بپوشند.

۲) در هنگام کار غذا نخورند.

۳) توجه به علائم هشدار دهنده داشته باشند.

۴) نظارت صحیح بر نحوه انجام آزمایشها داشته باشند.

۵) محل قرار گیری تجهیزات ایمنی و شماره تماسهای ضروری را بدانند.

۶) هنگام کار با شیشه آلات داغ مراقب بوده و شیشه آلات را با دقت استفاده نمایند.

(۲)

۲) محل کار خود را مرتب تمیز نگه دارند.



نکات ایمنی در کارگران تاسیساتی:

نکات ایمنی در کارگران فضای سبز:

- ۱) حفاظت از سرو صورت
- ۲) حفاظت از سیستم بینایی
- ۳) حفاظت از سیستم شنوایی
- ۴) حفاظت از سیستم تنفسی
- ۵) حفاظت از دست ها، پاها و کل بدن

- ۱) استفاده از لوازم حفاظت فردی مناسب و متناسب با نوع کار الزامیست.
- ۲) انجام کار فقط توسط افراد صلاحیت دار و معرفی شده بلامانع است و سایر افراد بدون هماهنگی با مدیر مافوق اجازه انجام کار نخواهند داشت.
- ۳) استعمال دخانیات، خوردن، آشامیدن، شوخی کردن و سایر امور غیر مرتبط با کار که باعث حواس پرتی افراد شود ممنوع است.
- ۴) بدنه فلزی ماشین های افرار، میزهای کار فلزی و ... باید به سیستم اتصال زمین متصل گردند.