



وزارت نیرو

شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی

گروه ایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE)

**خطرات و جنبه های شغلی کارکنان**

**حوزه: مالی و پشتیبانی (دبیر خانه)**

**کارشناس مسئول / کارشناس / متصدی / مسئول**

شماره سند: 05FME050

تاریخ بازنگری: 99/02/15

شماره بازنگری: 05

تعداد صفحه: 3

| نوع خطر  | شرح خطر                                  | پیامد خطر   | پیشگیری از خطرات   |
|----------|--|---|--|
| فیزیکی   | روشنایی                                  | کاهش بینایی (فشار در چشم، سردرد، سرگیجه خستگی، بی میلی نسبت به کار ونیستاگموس حرفه ای) - کاهش دقت عمل و راندمان کار- افزایش میزان حوادث   | مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b>   |
|          | برق                                      | آتش سوزی - انفجار - برق گرفتگی - سوختگی پوست  | پمراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b> و <b>05WI25</b>  |
|          | صدا                                      | اثر بر روی دستگاه شنوایی، بینایی، اعصاب، روابط خانوادگی و اجتماعی، فیزیولوژیک بدن (افزایش ضربان قلب، فشار خون، تعداد تنفس و اکسیژن- اثر بر روی الکترولیتها) - کاهش دقت عمل و راندمان کار - افزایش میزان حوادث و ...   | کنترل در منبع صوت - کنترل در مسیر انتشار صوت -<br>مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b>   |
|          | اشعه مانیتور                             | - مشکلات بینایی (درد، سرخی و سوزش چشم، آبریزش آن، دوبینی، نزدیک بینی، احساس تاری، خستگی چشم و سردرد) -<br>عوارض مفصلی و عضلانی (درد مچ دست، بازوها، گردن، کمر -<br>مشکلات زایمانی و بارداری - مشکلات پوستی - استرس و مشکلات عصبی روانی - تنفس گازهای مضر (مانند گاز دیوکسین ناشی از گرم شدن بدنه نمایشگر - تاثیر از پرتوی اشعه ایکس و فرابنفش - تاثیر از میدانهای الکتریکی و الکترومغناطیسی - که انواع سرطان ها، ناهنجاری های کروموزومی و بیماریهای ژنتیکی، اختلال در دید چشم، ضایعات عصبی و روانی، سقط جنین و... از عوارض شناخته شده این پرتوها است. | مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b>   |
| شیمیایی  | گرد و غبار                               | مشکلات و اختلالات تنفسی   | آزمایش های پزشکی، دوزیمتری، استفاده از ماسک های حفاظتی فیلتردار، چرخش کارگری، تنظیم ساعت کار، استفاده از تهویه در محیط های بسته کاری. - مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI25</b> و <b>05WI24</b> |
|          | کارتریج                                  | حساسیتهای پوستی   | - مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b> و <b>05WI25</b>   |
| ارگونومی | گاز خانگی                                | آتش سوزی - سوختگی - انفجار - گاز گرفتگی در اثر نرسیدن اکسیژن کافی یا گرفتگی راه خروج محصولات احتراق و ایجاد گاز <b>CO</b> و بدنبال آن مسمومیت، خفگی و مرگ   | مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b> و <b>05WI16</b> و <b>05WI25</b>   |
|          | تجهیزات نامناسب نظیر میز و صندلی نامناسب | ایجاد تنش های غیر لازم یا بیش از حد بر روی استخوانها، عضلات، مفاصل، رباط ها، دستگاه تنفسی و قلبی و عروقی - نامطلوب بودن قدرت و نیروی موردنیاز در محدوده فیزیولوژیکی. عدم وجود آهنگ طبیعی در حرکات - عدم هماهنگی وضعیت بدن، فعالیت قدرتی و حرکت بدن باید با یکدیگر. - خستگی ناشی از کار- برهم خوردن وضعیت فیزیولوژیکی و روانی فرد. - التهاب تاندون ها، التهاب آرنج و مفاصل، التهاب زردپی ها، کمردرد مزمن و فشار بر اعصاب میانی مچ.   | مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b>   |
|          | انجام کار بیش از حد توان                 | خستگی زودگذر - فشارهای روحی روانی - استرس شغلی - نارضایتی شغلی - کاهش راندمان کاری - کاهش دقت و تمرکز - افزایش حوادث شغلی - اختلالات و بیماری های جسمی -  | استراحت، کاهش حجم کار و رفتن به مسافرتی کوتاه و نشاط آور- ارزیابی و اولویت بندی اهداف - سازماندهی نمودن خواسته ها برای رسیدن به اهداف فوق - شناسایی و کاهش   |



وزارت نیرو

شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی

گروه ایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE)

**خطرات و جنبه های شغلی کارکنان**

**حوزه: مالی و پشتیبانی (دبیر خانه)**

**کارشناس مسئول / کارشناس / متصدی / مسئول**


شماره سند: 05FME050

تاریخ بازنگری: 99/02/15

شماره بازنگری: 05

تعداد صفحه: 3

|  |  |                                |
|--|--|--------------------------------|
| <p>عوامل استرس زا - مصرف رژیم غذایی سالم و متعادل - انجام تفریحات آرامش بخش - اگر در یک مدت زمان معین، انگیزه های خود را بیش از اندازه درباره کاری که انجام می دهید از دست داده اید، یک وقفه موقتی به خودتان بدهید و برای مدتی دست از کار بکشید. اگر در مراحل آخر <b>خستگی</b> قرار دارید و بیش از پیش از پای درآمده اید و احساس بی انگیزگی شما بسیار زیاد شده است و هیچ تمایلی به کار خود ندارید، از روان شناس یا روان پزشک کمک بگیرید.</p>   | <p>بی انگیزگی به کار -</p>   |                                |
| <p>مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b></p>  | <p>در حالت نشسته فشار وارد شده بر مهره های کمر، ۴۰ درصد بیشتر از حالت ایستاده است. مخصوصا اگر بدون تغییر حالت باشد. - اختلالات اسکلتی - عضلانی در بین شاغلین (مانند کمر درد، سندروم تونل کارپال یا درد شدید در مچ دست، درد ناحیه گردن، درد ناحیه زانو یا آرنج و...) - خطر ابتلا به آمبولی و ترومبوس -</p>  | <p>نشستن مداوم</p>             |
| <p>مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b></p>  | <p>اختلالات اسکلتی عضلانی نظیر زانودرد، تحت فشار قرار گرفتن عضلات، غضروف، استخوان و رباطها - سقوط و زمین خوردن</p>   | <p>پله ها</p>                  |
| <p>طراحی مجدد شغل (کارگر خود کارش را کنترل نماید) و در غیر اینصورت گردش شغلی - هدف گذاری فعالیتها - حمایت اجتماعی (روابط اجتماعی) - مدیریت زمان - انتظارات واقع بینانه از خود، کار، شغل و مردم - رفع سیاست های نسنجیده، خط مشی های ناعادلانه و تبعیضات ناروا - ارزشیابی های عادلانه و یا با شناخت کافی از افراد و تبعیض قائل نشدن در بین کارکنان هنگام ارزیابی - رفع قوانین خشک و غیرقابل انعطاف - جلوگیری از تغییرات غیرمنطقی و جابه جایی مکرر و بدون دلیل کارکنان - بهبود شرایط فیزیکی محل کار مانند سرو صدای بیش از حد در محیط کار، گرما و سرما، وجود گازهای سمی، نور کم و ناکافی و غیره - تناسب مسولیت ها با ظرفیت و توانایی های کارکنان. - طراحی مشاغل به نحوی که هدف، انگیزش و فرصت استفاده از مهارت ها را فراهم نماید. - شفاف سازی وظایف و مسولیت های کارکنان - فراهم نمودن فرصت برای مشارکت کارکنان در تصمیم گیری ها - بهبود ارتباطات، فراهم نمودن فرصت برای تعامل اجتماعی میان کارکنان - تهیه برنامه کاری سازگار با نیازها و مسولیت های خارج از شغل -</p> <p>مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b></p> | <p>عوارض روانی: (اضطراب، حساسیت، افسردگی، نارضایتی، خستگی) عوارض جسمی: (بیماری قلبی و عروقی، اختلالات اسکلتی عضلانی و گوارشی. عوارض رفتاری فردی: (خودرداری از کار کردن و مصرف روز افزون دارو، پر خوری یا بی اشتهاپی و رفتار ستیزه جویانه در برابر خانواده. عوارض سازمانی: (غیبت، رها کردن شغل، افزایش خطا و حادثه، افزایش آسیب ها و ضایعات، کاهش کارایی، کاهش کیفیت کار)</p> | <p>روحي روانی</p> <p>استرس</p> |

|                         |   |   |
|-------------------------|---|---|
| شماره سند: 05FME050     | <p><b>خطرات و جنبه های شغلی کارکنان</b></p> <p><b>حوزه: مالی و پشتیبانی (دبیر خانه)</b></p> <p><b>کارشناس مسئول / کارشناس / متصدی / مسئول</b></p> |  <p>وزارت نیرو</p> <p>شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی</p> <p>گروه ایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE)</p> |
| تاریخ بازنگری: 99/02/15 |   |   |
| شماره بازنگری: 05       |   |   |
| تعداد صفحه: 3           |   |   |

|   |   |  |      |
|---|---|--|------|
| مراجعه شود به دستورالعمل شماره <b>05WI24</b> و <b>05WI16</b> و <b>05WI18</b> و <b>05WI125</b> و <b>05WI26</b> و <b>05WI42</b> | <p>بروز حوادث و تصادفات ( خسارت و آسیب جانی و مالی ) - تاثیر ناشی از مواجهه شدن با شرایط جوی نامناسب ( سرما ، گرما ، اشعه خورشید ، باد ، باران ، طوفان ، برف ، رطوبت زیاد و ... ) و یا ناسازگاری با آب و هوای مسیر و محل ماموریت - ایجاد خستگی های جسمی و روحی روانی - ایجاد اختلالات فیزیولوژیک نظیر اختلالات اسکلتی عضلانی ، گوارشی و ...</p> | ماموریت  | سایر |
| رعایت نکات ایمنی  | آسیب جسمانی   | تردد پرسنل در سطح واحد و لغزیدن و برخورد افراد |      |
| آموزش ایمنی / استفاده از خاموش کننده های مناسب  | صدمات جسمانی  | آتش سوزی                                       |      |

