

شماره سند : 05FME050	خطرات و جنبه های شغلی کارکنان حوزه : مالی و پشتیبانی (نقلیه) مسئول نقلیه	 وزارت نیرو شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی گروه ایمنی ، بهداشت و محیط زیست (HSE)
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 و نیستاگموس حرفه ای) - کاهش دقت عمل و راندمان کار - افزایش میزان حوادث	مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI24
	برق	آتش سوزی - انفجار - برق گرفتگی - سوختگی پوست	مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI25 و 05WI24
	صدای موتور	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 - مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI24
	اشعه مانیتور	- مشکلات بینایی (درد ، سرخی و سوزش چشم ، آبریزش آن ، دوبینی ، نزدیک بینی ، احساس تاری ، خستگی چشم و سردرد) - عوارض مفصلی و عضلانی (درد مچ دست ، بازوها ، گردن ، کمر - 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 05WI24
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 05WI24 و 05WI25
	بنزین، روغن	حساسیتهای پوستی	- مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI25 و 05WI24
	خروج گاز از اگزوز	ایجاد مشکل تنفسی	فعالیت وسایط نقلیه در فضای باز / معاینات دوره ای
ارگونومی	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 مورد نیاز 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 05WI42

شماره سند : 05FME050	خطرات و جنبه های شغلی کارکنان حوزه : مالی و پشتیبانی (نقلیه) مسئول نقلیه	 وزارت نیرو شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی گروه ایمنی ، بهداشت و محیط زیست (HSE)
تاریخ بازنگری : 99/02/15		
شماره بازنگری : 05		
تعداد صفحه : 3		

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 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 <u>خستگی</u> 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.	خستگی زودگذر - فشارهای روحی روانی - استرس شغلی - نارضایتی شغلی - کاهش راندمان کاری - کاهش دقت و تمرکز - افزایش حوادث شغلی - اختلالات و بیماری های جسمی - بی انگیزگی به کار	انجام کار بیش از حد توان	
مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI24	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 -	نشستن مداوم	
مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI24	اختلالات اسکلتی عضلانی نظیر زانودرد ، تحت فشار قرار گرفتن عضلات، غضروف ، استخوان و رباطها - سقوط و زمین خوردن	پله و سربالایی	
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 مسئولیت 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 مسئولیت 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 مسئولیت های خارج از شغل - مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI24	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 اشتها و رفتار سستیزه جویانه در برابر خانواده. عوارض سازمانی : (غیبت ، رها کردن شغل، افزایش خطا و حادثه ، افزایش آسیب ها و ضایعات ، کاهش کارایی ، کاهش کیفیت کار)	استرس	روحي رواني

شماره سند : 05FME050	خطرات و جنبه های شغلی کارکنان حوزه : مالی و پشتیبانی (نقلیه) مسئول نقلیه	 وزارت نیرو شرکت آب و فاضلاب استان مرکزی گروه ایمنی ، بهداشت و محیط زیست (HSE)
تاریخ بازنگری : 99/02/15		
شماره بازنگری : 05		
تعداد صفحات : 3		

مراجعه شود به دستورالعمل شماره 05WI16 و 05WI24 و 05WI118 و 05WI25 و 05WI42 و 05WI26	بروز حوادث و تصادفات (خسارت و آسیب جانی و مالی) - تاثیر ناشی از مواجهه شدن با شرایط جوی نامناسب (سرما ، گرم ، اشعه خورشید ، باد ، باران ، طوفان ، برف ، رطوبت زیاد و (...) و یا ناسازگاری با آب و هوای مسیر و محل مأموریت - ایجاد خستگی های جسمی و روحی روانی - ایجاد اختلالات فیزیولوژیک نظیر اختلالات اسکلتی عضلانی ، گوارشی و ...	مأموریت	سایر
انجام فعالیت توسط افراد آموزش دیده و انجام کار توسط دستگاههای دارای گواهی	صدمات جسمی	حمل بار توسط جرثقیل های متحرک و لیفتراک و سقوط بار	
انجام فعالیت توسط افراد آموزش دیده و انجام کار توسط دستگاههای دارای گواهی	صدمات جسمی و آسیب تجهیزات	واژگونی جرثقیل	
انجام سرویس و روغنکاری در محیط های کاری مناسب / استفاده از دستگاههای مکانیزه	ریزش روغن روی زمین و لیز خوردن افراد و صدمات جسمی	سرویس و روغنکاری خودرو	
کنترل و بازرسی جراثیقات سقفی و اخذ گواهینامه	آسیب جسمی ، مرگ	سقوط بار	