

## پنج پیشنهاد برای بهبود عملکرد

### مسئول بهداشت حرفه ای کارگاههای کوچک و متوسط

تهیه و تنظیم: نیلوفر احمدی - کارشناس بهداشت حرفه ای

#### پیشنهاد اول: خودتان را به مدیرتان معرفی کنید

• شرح آنکه چه تحصیلاتی، چه اطلاعاتی و از همه مهم تر چه مهارتهایی دارید برای مدیر شما بسیار مهم است.  
• همیشه و همه جا خودتان را آنگونه که شایسته شماست معرفی کنید.

#### پیشنهاد دوم: هدف خود را در محیط کار بطور واضح و روشن شرح دهید

• هرگز بدون داشتن هدف مشخص موفقیتی در انتظار شما نیست.

• هدف بلند مدت بهداشت حرفه ای ارتقا و حفظ سلامت همه کارکنان است. اهداف کوتاه مدت شما هم در محل کار باید بر این مبنا تعیین شود.

• اهداف خود را تعیین و تدوین کرده و به مدیرتان هم به وضوح و روشنی اطلاع دهید.

• نکته: اهداف شما و اهداف مدیر شما باید هماهنگ باشند.

#### یک اصل مهم:

• هرگز یک مسئول بهداشت حرفه ای در کارش موفق نمیشود مگر در تدوین اهداف خود با مدیر کارگاه به توافق برسد.

#### یک راهنمایی:

• بهتر است قبل از شروع به کار از مدیرتان خیلی واضح و روشن بپرسید: **هدف شما از ایجاد واحد ایمنی و بهداشت در**

#### **کارگاه چیست؟**

• سپس هدف مدیر را با اهداف کلاسیک بهداشت حرفه ای مقایسه کرده و در نهایت به یک نتیجه واحد برسید.

• نکته: وجود تضاد در اهداف مدیریت و اهداف بهداشت حرفه ای موفقیت شما را مختل میکند.

#### بصورت کلاسیک هدف از انجام فعالیتهای بهداشت حرفه ای در محیط کار عبارت است از:

• حصول اطمینان از سلامت نیروی کار و کنترل بیماریها و حوادث ناشی از کار.

• حصول اطمینان از سلامت محیط کار و کنترل عوامل بیماریزا و حادثه آفرین.

هدف اول: حصول اطمینان از سلامت نیروی کار و کنترل بیماریها و حوادث ناشی از کار.

ابزار کلیدی:

• آموزش بهداشت و ایمنی شغلی

• معاینات شغلی

هدف دوم: حصول اطمینان از سلامت محیط کار و کنترل عوامل بیماریزا و حادثه آفرین.

ابزار کلیدی:

• سنجش عوامل زیان آور محیط کار

• شناسایی پتانسیل های حادثه آفرین در محیط کار

#### توصیه هایی برای تازه کارها:

• برای توصیف وضعیت ایمنی و بهداشت محیط کار هرگز از جملات کلی استفاده نکنید.

• نگوئید: امسال ایمنی این کارگاه بهتر شده است.

• بگوئید: حوادث امسال در این کارگاه نسبت به سال گذشته ۲۰ درصد کاهش یافته است.

- نگوئید: کارگران باید از کفش ایمنی استفاده کنند.
- بگوئید: باتوجه به خطراتی از قبیل سطوح لغزنده - موانع متعدد و خطر سقوط اشیاء کارگران باید از کفش ایمنی با این مشخصات استفاده کنند.
- نگوئید.....

### **هرگز فراموش نکنید :**

- برای رسیدن به اهدافی که تعیین کرده اید باید بصورت گروهی فعالیت کنید.
- بهداشت حرفه ای یک شغل است ولی یک وظیفه نیست.
- بهداشت حرفه ای مجموعه ای است از وظایف متعدد که هرگز توسط یک نفر قابل انجام نیست. (مثال: شناسائی -ارزیابی و ارائه راههای کنترلی وظیفه شماست ولی اجرای کنترلهای مهندسی وظیفه شما نیست.)
- پس قبل از همکاری با هماهنگی مدیرتان یک تیم کاری تشکیل دهید .

### **خصوصیات تیم بهداشت حرفه ای در کارگاه**

- داشتن هدفی که قبلاً تدوین شده و باید به اطلاع گروه برسد.
- داشتن راهکار مشخص برای تحقق هدف.
- داشتن رهبر .
- داشتن روحیه همکاری و کار داوطلبانه.
- داشتن علم و تجربه و از همه مهمتر علاقه به فعالیت بهداشتی.

### **برخی از مهمترین فعالیتهای تیم بهداشتی**

- تهیه اطلاعات آماری کارگاه بخصوص حوادث شغلی و بیماریها در سالهای گذشته.
- شناسائی خطرات و عوامل زیان آور محیط کار
- مشخص کردن نقاط پر خطر ( ازهر دوجنبه حادثه و بیماری ) روی نقشه کارگاه.
- تهیه پرونده بهداشتی کارکنان .
- تهیه گزارش کامل از وضعیت بهداشت شغلی کارگاه.
- ارائه پیشنهاد جهت رفع مشکلات بهداشت شغلی با مبنای علمی.

### **نکات کلیدی**

- در انتظار تشکیل جلسات رسمی و ارائه پیشنهادهایتان در آن جلسات نباشید .
- شاید پتانسیلهای خطر در محیط کارتان آنقدر بالاست که لازم است هرروز به مدیر گزارش دهید .
- سعی کنید همه گزارش هایتان مستند باشد .
- اهمیت وجود مسئول بهداشت حرفه ای را اینطور اثبات نمائید: با سنجش دوره ای عملکردتان و مقایسه با زمانی که شما در کارگاه نبودید .
- سعی کنید آنقدر کارهای تخصصی در برنامه داشته باشید که شما را به سمت فعالیت های غیر مرتبط سوق ندهند.

### **پیشنهاد سوم: راهکارهایی برای نیل به اهداف خود تدوین کنید**

به عنوان مثال :

- تشکیل پرونده های بهداشتی برای کلیه کارکنان ( رسمی پیمانکار ، مدیران )
- برگزاری دوره های متناوب آموزش بهداشتی- ایمنی با موضوعات مورد نیاز کارکنان ( رسمی ، پیمانکار ، مدیران )
- انجام اقدامات کنترلی مهندسی و مدیریتی
- در جهت کاهش آلاینده ها و مخاطرات

## پیشنهاد چهارم: منابع اطلاعاتی به روز و قابل دسترس درمحل کار داشته باشید

- کتابها و جزوات درسی و دانشگاهی
- قوانین و دستورالعملهای وزارت بهداشت وزارت کار وسازمان تامین اجتماعی
- دستورالعملها و مقررات کارخانه
- نشریات مختلف بخصوص با موضوعات بهداشتی - ایمنی و مدیریت
- فقط به اینها اکتفا نکنید داشتن اطلاعات به روز از مسائل سیاسی اقتصادی و اجتماعی کشور و تا حدی دنیا شما را در نظر مدیر مقبول تر میکند.

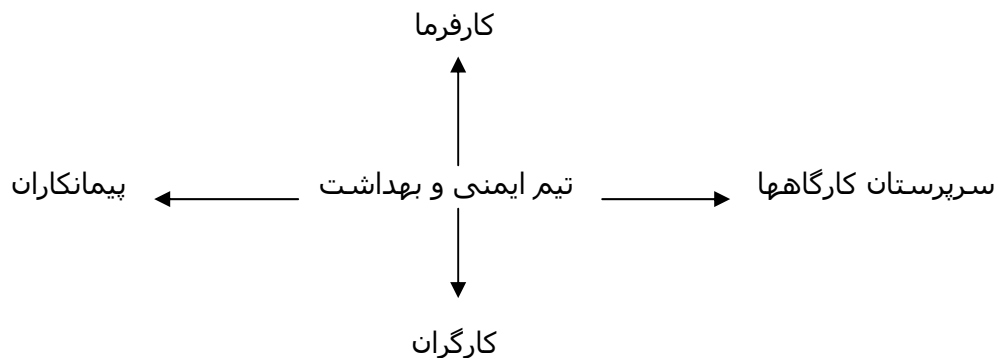
## پیشنهاد پنجم: به قلب محیط کار و میان کارکنان بروید

- آگاهی و اطلاع کامل از شرایط محیط کار و کارکنان و آنچه میان محیط کار و کارکنان میگذرد بخشی از ماهیت کار شماست.
- هرگز از عهده انجام چنین کاری بر نخواهید آمد مگر به اتفاق تیم بهداشتی که قبلا تشکیل داده اید .
- تیم بهداشت حرفه ای باید مانند رودخانه همیشه در کارگاه جاری باشد.

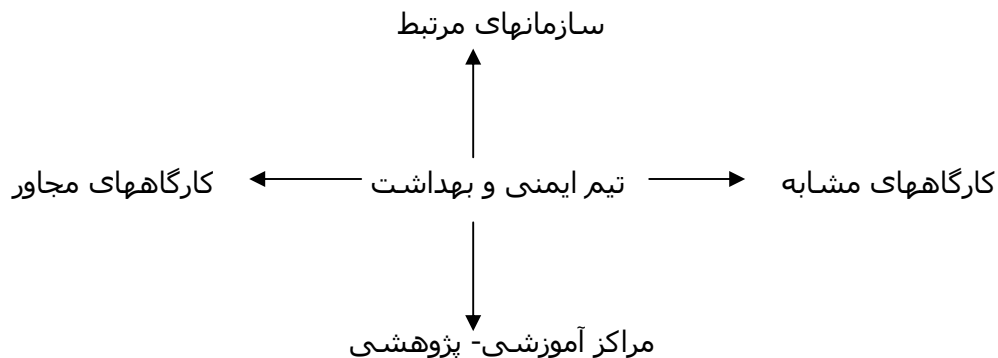
## اطلاعات - مهارت - تجارب

- **اطلاعات:** دروس کلاسیک دانشگاهی - کتابها - مقالات - سایت های اینترنتی - قوانین - مقررات - دستورالعملها - رسانه های جمعی- محیط کار - جامعه و....
- **مهارت:** کار با ابزارهای سنجش عوامل زیان آور- شناسائی خطرات - ارائه راهکار های عملی و علمی در کنترل مخاطرات- برآورد هزینه یک روش اصلاحی - آموزش به کارگران و...
- **تجارب:** بسیاری از مهارتها را بصورت تجربی میتوان کسب کرد.

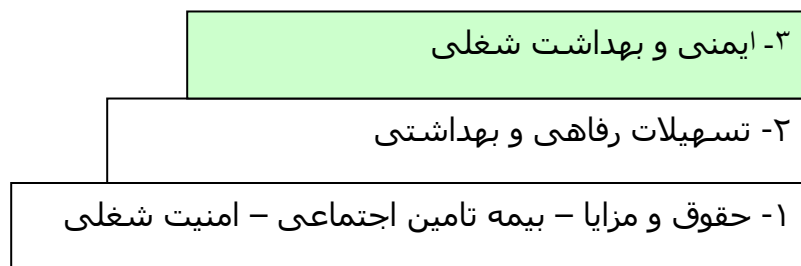
## نمودار ارتباطات کلیدی درون سازمانی تیم ایمنی و بهداشت



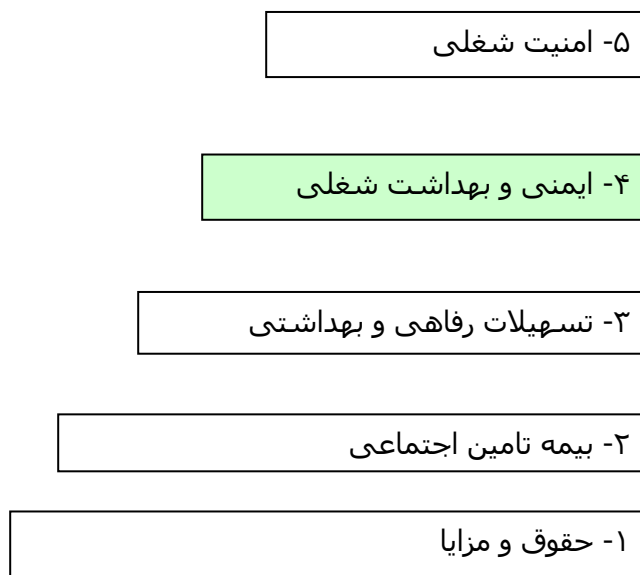
## نمودار ارتباطات کلیدی درون سازمانی تیم ایمنی و بهداشت



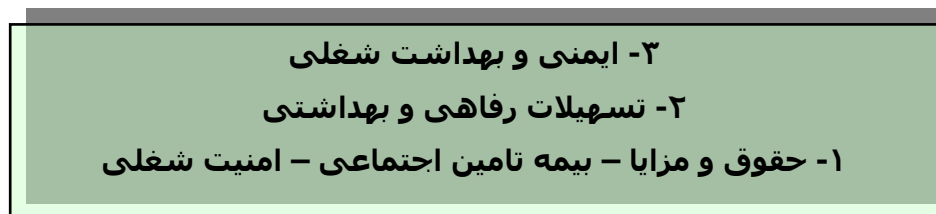
## هرم نیازهای شغلی کارگران در محیط کار



هرم برآورده شدن نیازهای شغلی کارگران در محیط کار در بهترین حالت ممکن (در سطوح مختلف با صرف زمان و گاهی وقفه در تحقق آنها)

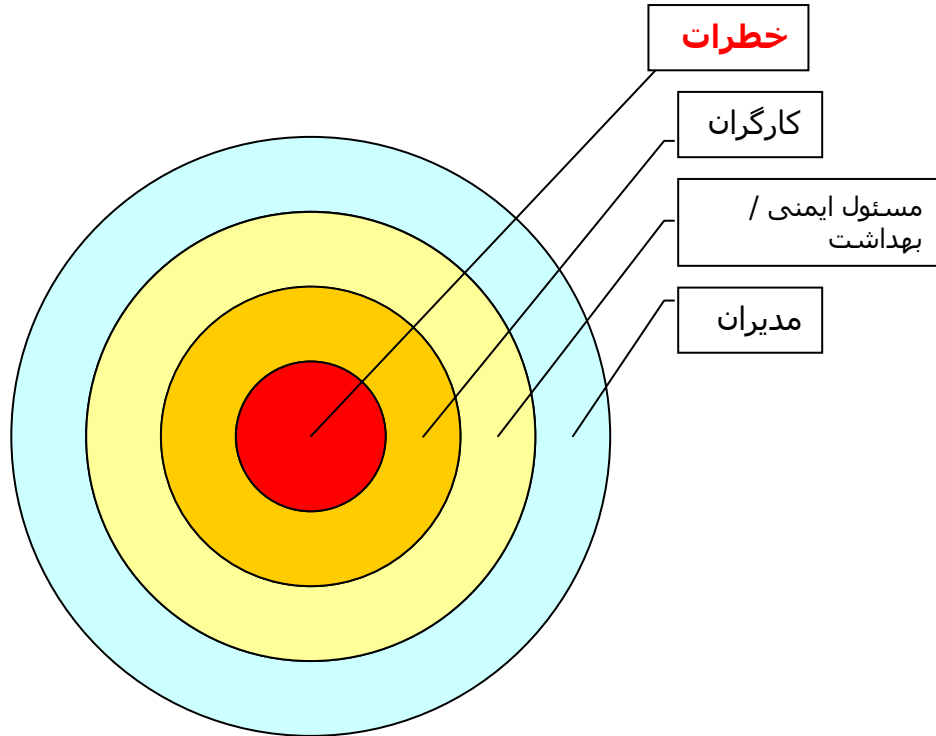


نمودار برآورده شدن نیازهای شغلی کارگران در حالت ایده آل (در یک سطح و همزمان)

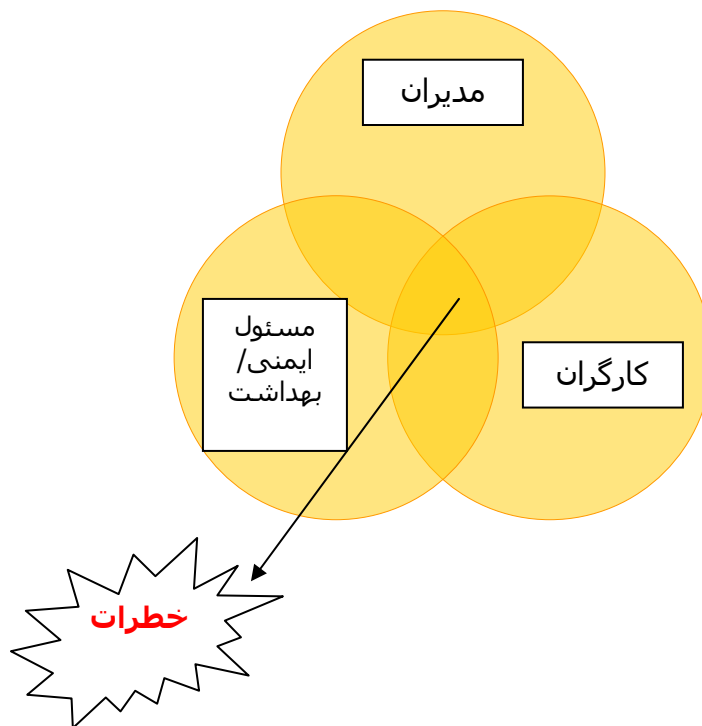


## نمودار میزان آشنائی کارکنان از مخاطرات محیط کار

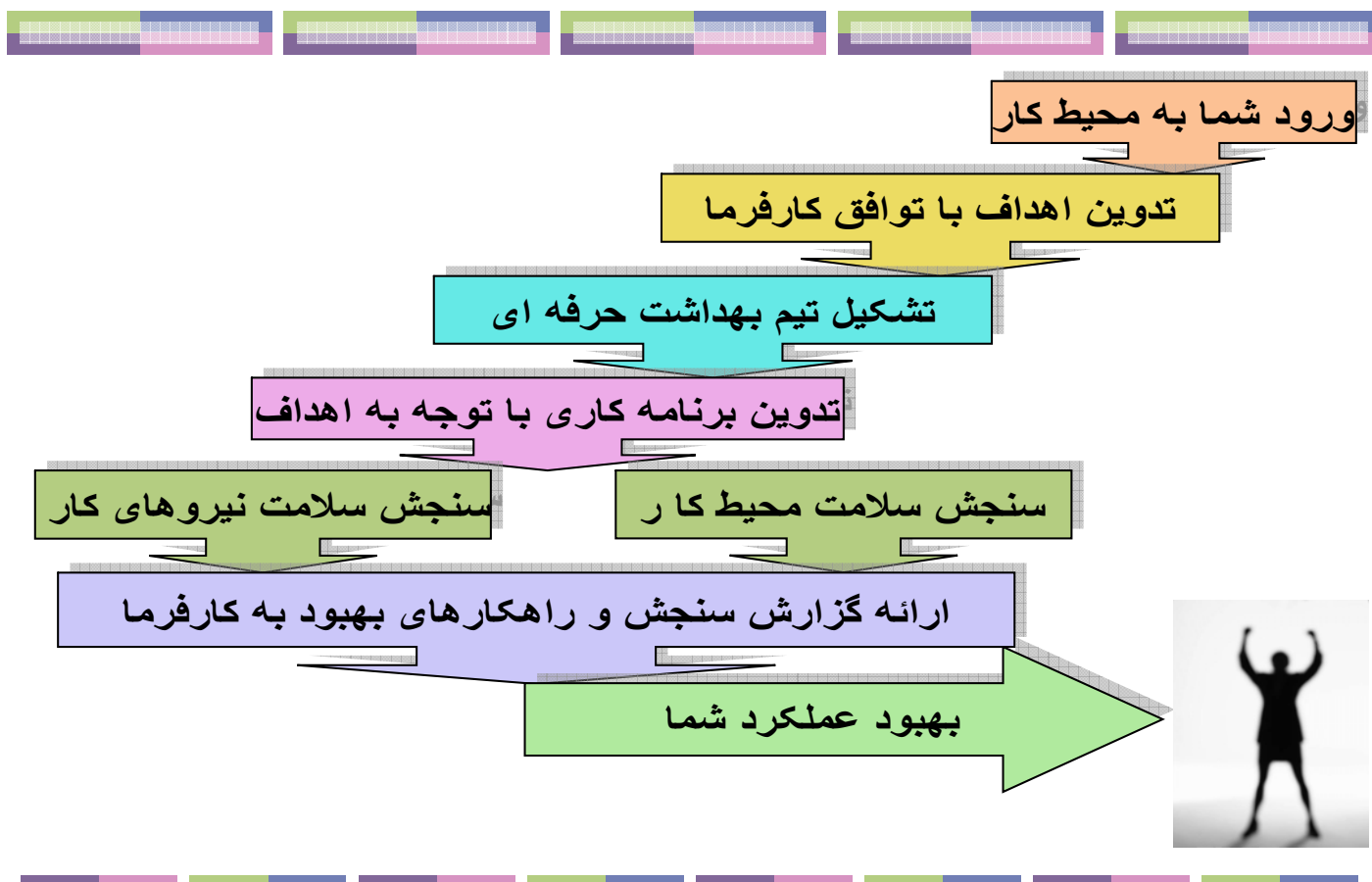
### ۱- آشنائی ضعیف



### ۲- آشنائی قوی



مراحل موفقیت شما بعنوان مسئول بهداشت حرفه ای کارگاه



بزرگترین سایت بهداشت حرفه ای و ارشد (ای نرویس)

[www.jalali-hse.blogfa.com](http://www.jalali-hse.blogfa.com)