



آشنایی با خدمات و برنامه های بهداشت حرفه ای در نظام سلامت کشور



تعریف سلامت

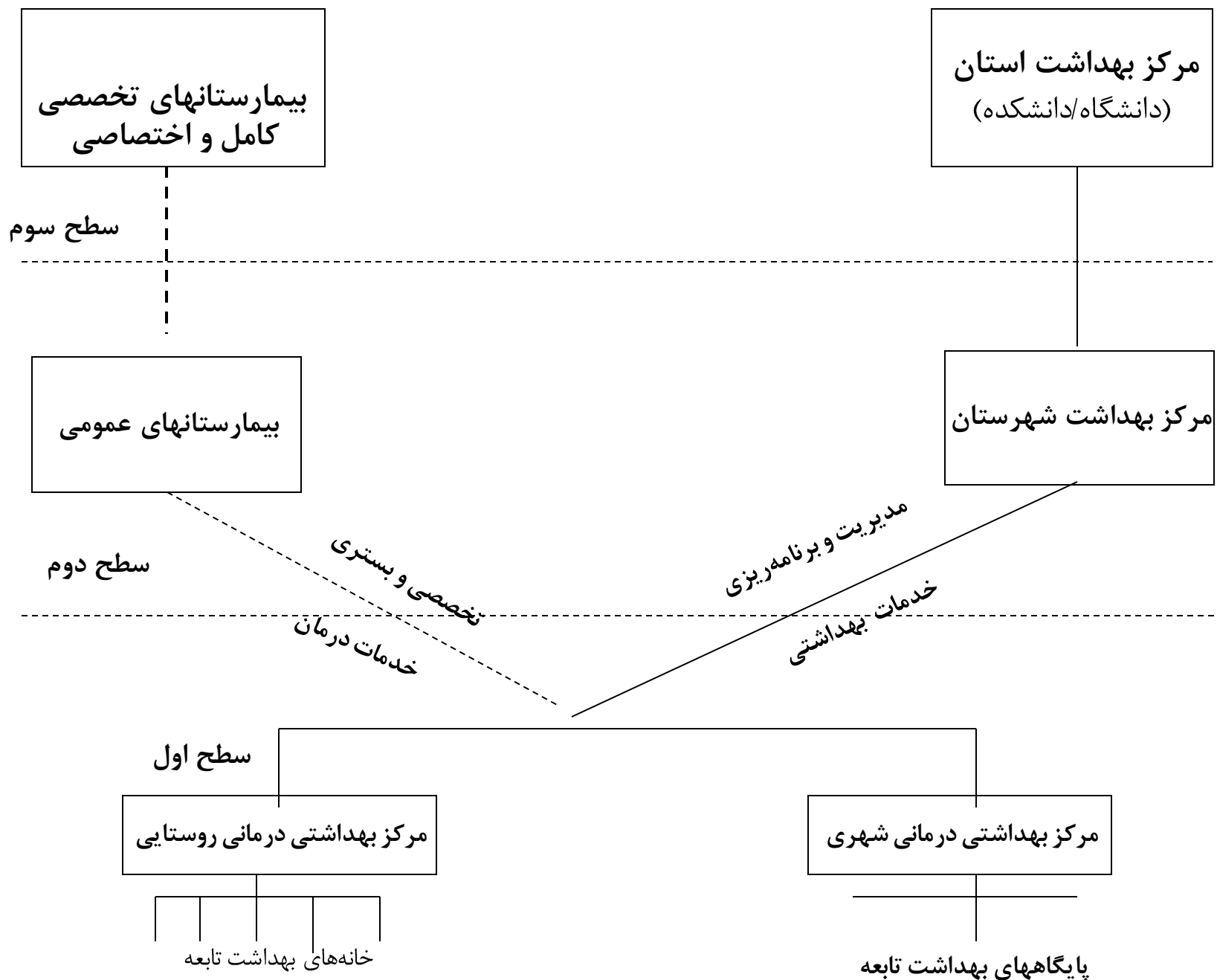
سلامت عبارتست از برخورداری از آسایش کامل
جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی و نه فقط
نداشتن بیماری و نقص عضو

آشنایی با نظام سلامت

- **نظام سلامت:** متشکل از تمام سازمان ها و مؤسسات و منابعی است که ارائه کننده خدمات در جهت حفظ و ارتقاء سلامت افراد می باشند و از این خدمات می توان به عنوان اقدام سلامت (Health action) نام برد.
- سازمان جهانی بهداشت (WHO): تمام فعالیت هایی که هدف اصلی آن حفظ، ارتقاء و بازگرداندن سلامت است را **نظام سلامت** می گوید.

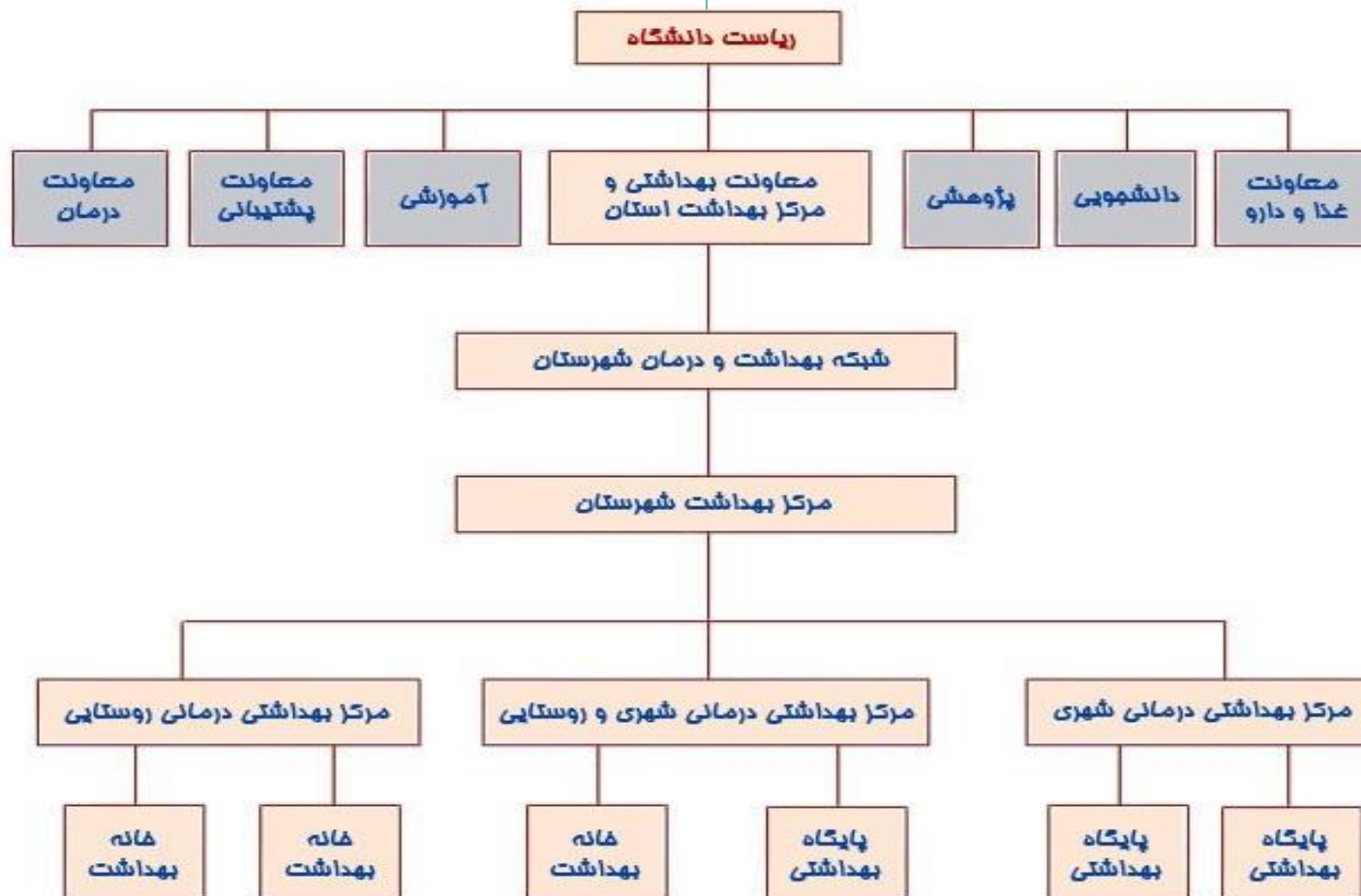
سطوح مختلف ارائه خدمت در نظام سلامت

- نظام سلامت، در قالب یک شبکه منسجم فعالیت می کند که سه سطح به شرح زیر، شبکه مذکور را تشکیل می دهند :
- **سطح اول** شامل مراکز بهداشتی درمانی روستایی و شهری (**مراکز جامع سلامت**)، خانه های بهداشت و پایگاه های بهداشت
- **سطح دوم** شامل مرکز بهداشت شهرستان و بیمارستان شهرستان
- **سطح سوم** شامل مرکز بهداشت استان یا دانشگاه علوم پزشکی و بیمارستان تخصصی



وزارت بهداشت درمان و آموزش
پزشکی

دانشگاه ها/دانشکده های علوم
پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی



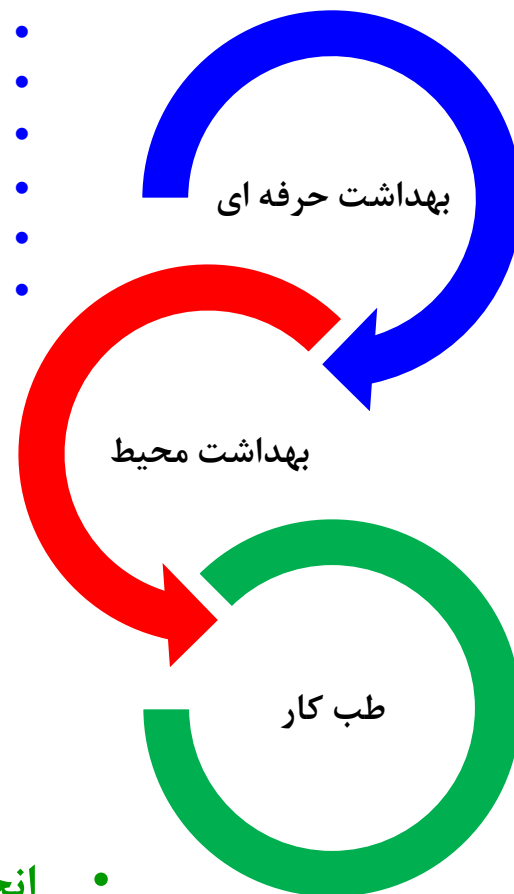


سلامت محیط و کار

- ارزیابی ریسک خطرات و عوامل زیان آور محیط کار
- ارزیابی و اصلاح ریسک فاکتورهای ارگونومیک محیط کار
- ارزیابی و اصلاح روشنایی محیط کار
- ارزیابی کیفیت هوای داخل
- ایمنی مواد شیمیایی
- ارزیابی صدا و ارتعاش، ارزیابی پرتوهای غیر یونیزان UV/IR
- ارزیابی امواج الکترو مغناطیسی
- ارزیابی عوامل شیمیایی گرد و غبار، گاز و بخار و سموم و ..

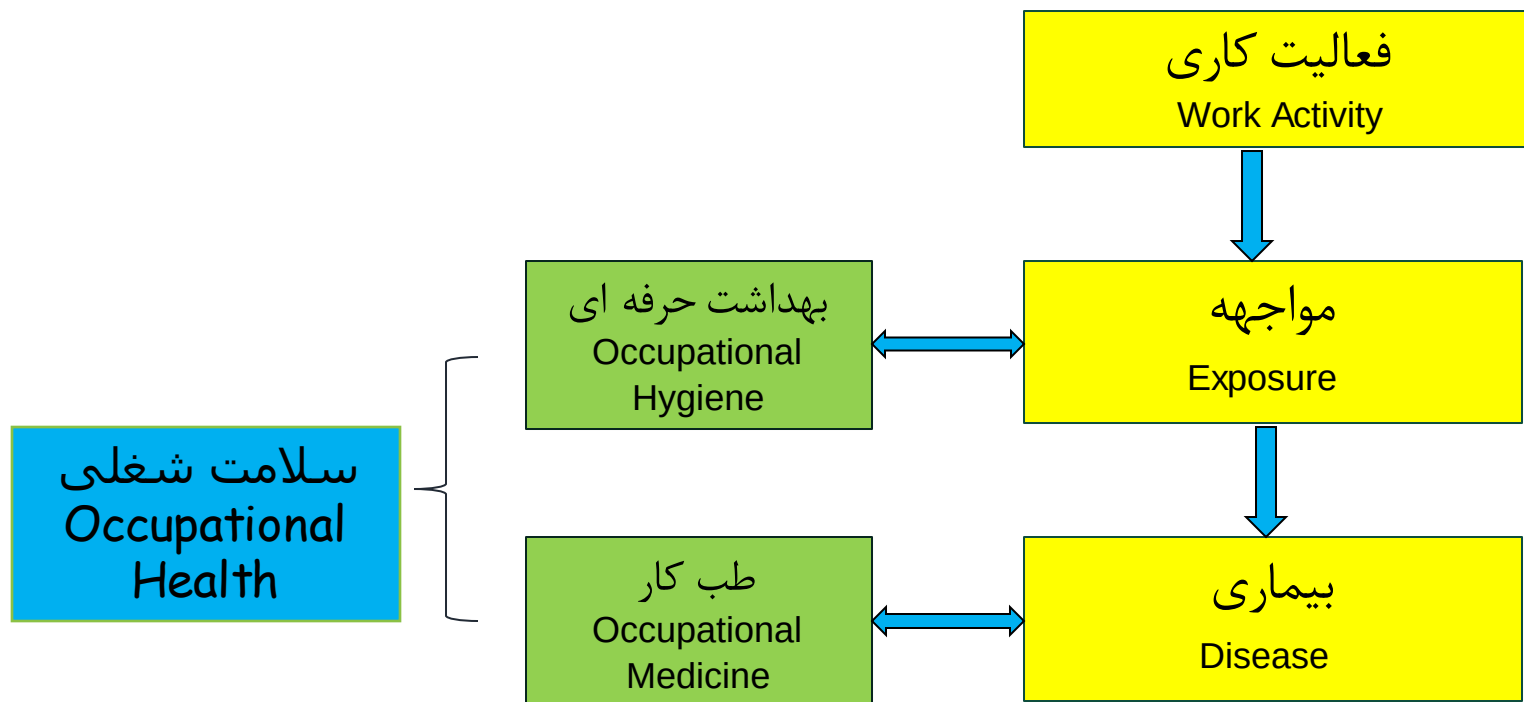
- بازرسی و نظارت بر مراکز تهیه و عرضه مواد غذایی
- بازرسی و نظارت بر اماکن عمومی
- ممیزی داخلی مراکز و اماکن
- بازرسی، نظارت و کنترل بر سامانه آبرسانی داخلی
- نظارت بر سرویس های بهداشتی و دفع فاضلاب
- بازرسی و نظارت از سیستم مدیریت پسماند

- انجام معاینات سلامت شغلی کارکنان



بهداشت حرفه‌ای

Occupational Health/Occupational Hygiene



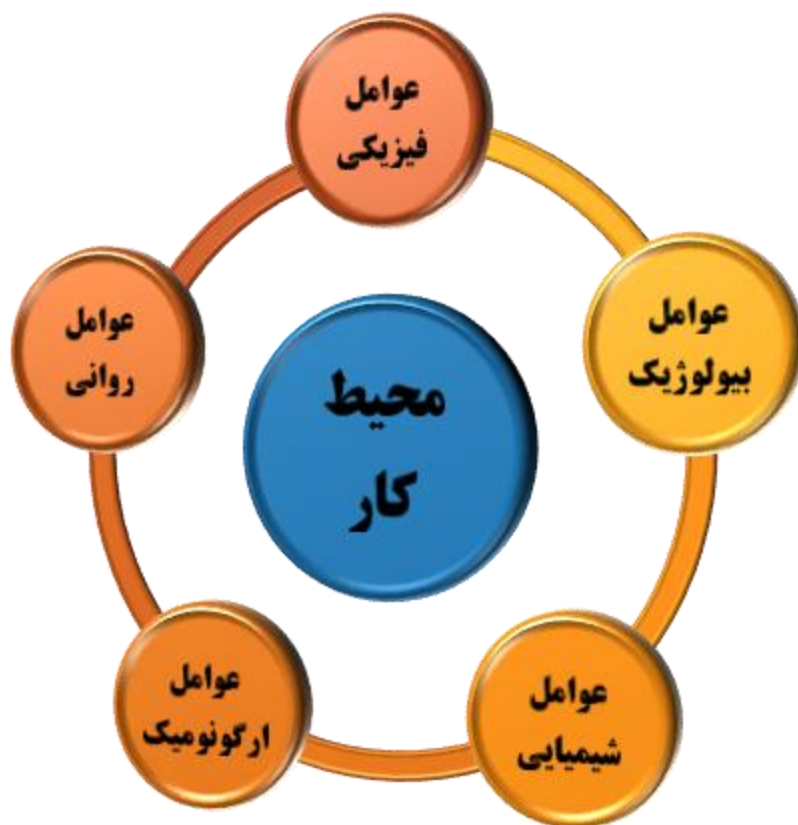
خدمات بهداشت حرفه ای

هدف کلی: حفظ و صیانت از سلامت شاغلین

استراتژی ها:

- بازدید از کارگاهها
- اجرای برنامه های بهداشت حرفه ای
- ارزیابی عوامل زیان آور محیط کار
- انجام معاینات شاغلین
- آموزش کارگران و کارفرمایان

مراحل اجرای برنامه ها و خدمات بهداشت حرفه ای



- شناسایی عوامل زیان آور
- اندازه گیری و ارزیابی عوامل زیان آور
- ارزشیابی و تعیین وضعیت خطرات
- کنترل و مدیریت میزان مواجهه با خطر
- پایش و نظارت و ارزیابی مستمر

برنامه های بهداشت حرفه ای

- بازرسی بهداشت حرفه ای
- برنامه ارگونومی
- برنامه کاهش مواجهه با سیلیس
- برنامه کاهش مواجهه با سرب
- برنامه مقابله با صدا
- برنامه بهداشت پرتوکاران
- شرکتهای خصوصی بهداشت حرفه ای
- تشکیلات بهداشت حرفه ای
- کمیته های حفاظت فنی و بهداشت کار
- بهداشت بیمارستانها
- کنترل استرس دمایی در محیط کار
- معاینات سلامت شغلی
- برنامه حذف آربست
- برنامه حذف جیوه
- مشاغل سخت و زیان آور
- برنامه بهبود روشنائی محیط کار
- برنامه سلامت عوامل اجرایی پسماند
- بهداشت کارگران ساختمانی
- بهداشت زندانیان شاغل
- مدیریت حوادث شیمیایی
- برنامه بهداشت کشاورزی
- برنامه بهداشت قالببافان
- برنامه بهداشت معادن

• برنامه توسعه ارگونومی در شبکه بهداشتی کشور

طرح توسعه ارگونومی در شبکه بهداشتی کشور

به منظور پیشگیری و کنترل آسیبهای اسکلتی - عضلانی تدوین گردیده است.
این طرح در استان همراه با سایر استانها با برگزاری کارگاه آموزشی توجیهی در
ابتدای سال ۸۷ در مرکز سلامت آغاز گردید و هم اکنون در حال اجرا می باشد.

طرح توسعه ارگونومی در شبکه بهداشتی کشور

- هدف کلی : کاربرد اصول و دانش ارگونومی در حفظ و ارتقاء سطح سلامتی کارگران در پیشگیری از اختلالات اسکلتی - عضلانی

■ عضلات

- تاندون ها
- اعصاب
- رباط ها
- لیگمانها
- غضروف
- سیستم عصبی

MSDs میتواند بر روی بسیاری از اندام های بدن از جمله اندام هایی نظیر پشت ، گردن ، شانه ها ، دستها و پاها اثر بگذارد

علائم و نشانه های MSDs

- درد ، بی حسی ، احساس سوزش و خارش
- گرفتگی عضلات
- التهاب و سفتی مفاصل
- کاهش دامنه حرکت

ریسک فاکتورهای ارگونومیکی که منجر به اختلالات اسکلتی عضلانی میشوند

- اعمال نیروی زیاد
- تکرار حرکات
- بلند کردن و حمل بار
- فشار تماسی
- پوسچر نامناسب یا استاتیک
- ارتعاش تمام بدن یا موضعی
- دمای پایین
- روشنایی نامطلوب

وضعیت نامناسب بدن حین انجام کار

وضعیت بدن یک عامل مهم می باشد ، بطوریکه انجام کار در وضعیت های بدنی نامطلوب یک ریسک فاکتور برای **MSDs** به شمار می رود.

وضعیت نامناسب بدن عبارتست از وضعیتی که در آن بدن در حالت خمشی و یا پیچشی کار کند و یا دستها بالای سر قرار گرفته و بازوها بالای شانه ها قرار گرفته باشند.



حرکات تکراری

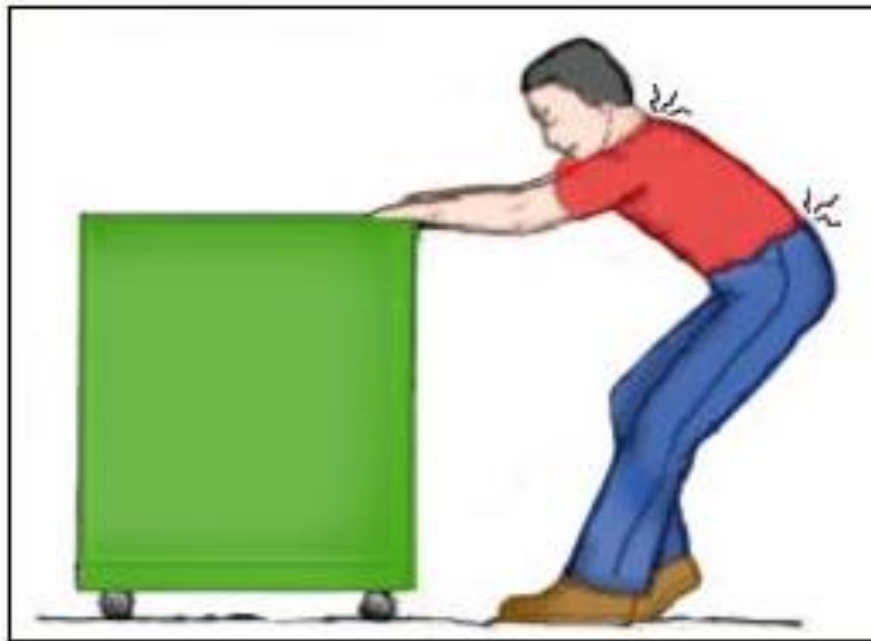
در برخی مشاغل ممکن است نیاز به انجام حرکات مشابه
در دفعات متعدد باشد، حرکات تکراری باعث تحریک تاندون
ها و افزایش فشار بر روی اعصاب می شود.



Repetitive work tasks

اعمال نیرو

نیرو عبارتست از مقداری از تلاش عضلانی که برای انجام کار صرف می شود. مصرف مقدار بیش از حد نیرو می تواند منجر به خستگی و آسیب فیزیکی به بدن شود.



استرس تماسی

استرس تماسی داخلی : این نوع استرس ، وقتی که یک تاندون ، عصب یا رگ خونی کشیده شده یا حول استخوان یا تاندون خم شده باشد اتفاق می افتد.

استرس تماسی خارجی : این نوع استرس ، وقتی که قسمتی از بدن با یک شیء سخت یا تیز مانند لبه یک میز تماس داشته باشد اتفاق می افتد.



ارتعاش

ارتعاش های بیش از حد موجب کاهش فشار خون و صدمه به اعصاب شده و خستگی عضلات را افزایش میدهد.



بلند کردن بار

یکی از متداول ترین مشکلات و بیماریهای ناشی از کار کمردردهای شغلی می باشد که در نتیجه حمل بار نامناسب ایجاد میشود.



مراحل اجرای برنامه

- شناسایی کارگاههای دارای عوامل زیان آور ارگونومیکی در محیط کار
- شناسایی شاغلین در مواجهه با عوامل ارگونومیکی محیط کار
- شناسایی ریسک فاکتورهای ارگونومیکی (عوامل زیان آور ارگونومیکی)
- ارزیابی عوامل زیان آور ارگونومیکی محیط کار
- کنترل و اصلاح عوامل ارگونومیکی محیط کار

روش های متداول ارزیابی مواجهه با WMSDS :

- روش های مشاهده ای
- روش های مستقیم
- روش های خود گزارشی
- روش های فیزیولوژیکی - روانی

برنامه توسعه ارگونومی در محیط های کاری

هدف برنامه: کاهش مواجهه شاغلین با ریسک فاکتورهای ارگونومیکی در محیط کار

شاخص های برنامه :

- درصد کارگاههای در مواجهه با ریسک فاکتور ارگونومیکی
- درصد شاغلین در مواجهه با ریسک فاکتور ارگونومیکی
- درصد کاهش مواجهه شاغلین با ریسک فاکتورهای ارگونومیکی

• فعالیت های برنامه:

- تدوین و ابلاغ برنامه عملیاتی ارگونومی
- شناسایی کارگاههای دارای ریسک فاکتور ارگونومیکی و شاغلین در مواجهه
- شناسایی ریسک فاکتورهای ارگونومیکی در کارگاههای مشمول
- نظارت بر ارزیابی ریسک فاکتورهای ارگونومیکی در کارگاههای مشمول
- نظارت بر انجام اصلاحات ریسک فاکتورهای ارگونومیک در کارگاههای مشمول

کنترل صدا و ارتعاش در محیط کار

اهداف برنامه کاهش درصد شاغلین در مواجهه با صدای مخاطره آمیز محیط کار

فعالیت برنامه

- تدوین برنامه عملیاتی صدا در محیط کار
- شناسایی کارگاههای دارای عامل زیان آور صدا و شاغلین در مواجهه
- سنجش و اندازه گیری صدا در کارگاههای مشمول
- نظارت بر کنترل و کاهش عامل صدای زیان آور در کارگاههای مشمول
- برگزاری کارگاههای آموزشی، تدوین محتوای آموزشی برای گروههای هدف (کارشناسان بهداشت حرفه ای، کارگران و کارفرمایان) در زمینه صدا در محیط کار

شاخص های برنامه

تعداد کارگاههای دارای صدای زیان آور
تعداد شاغلین در معرض صدای زیان آور
تعداد کارگاههایی که صدای زیان آور در آنها به روش مهندسی کنترل گردیده است
تعداد کارگاههایی که صدای زیان آور در آنها به روش مدیریتی کنترل گردیده است
تعداد شاغلینی که مواجهه آنها با صدا کنترل گردیده است
تعداد کارگاههایی که سنجش و ارزیابی صدا در آنها انجام گردیده است

جدول مقایسه شاخصها و گزارشات برنامه مقابله با صدا به تفکیک شهرستان در سال



ردیف	عنوان گزارش	ایرکوه	اردکان	اشکذر	یالق	پهلپاد	تفت	خاتم	مهریز	میبد	مروست	یزد	استان
۱	تعداد کارگاههای دارای صدای زیان آور												
۲	تعداد شاغلین در معرض صدای زیان آور												
۳	تعداد کارگاههایی که صدای زیان آور در آنها به روش مهندسی کنترل گردیده است												
۴	تعداد کارگاههایی که صدای زیان آور در آنها به روش مدیریتی کنترل گردیده است												
۵	تعداد شاغلینی که مواجهه آنها یا صدا کنترل گردیده است												
۶	تعداد شاغلین آموزش دیده												
۷	تعداد کارکنانی که از وسایل حفاظت قردی مناسب استفاده می کنند												
۸	تعداد کارگاههایی که سنجش و ارزیابی صدا در آنها انجام گردیده است												
۹	تعداد معاینات سلامت شغلی انجام شده												

کنترل استرس دمایی در محیط کار

اهداف برنامه

کاهش مواجهه مخاطره آمیز با آلاینده های محیط کار

فعالیت برنامه

- تدوین برنامه عملیاتی در خصوص کنترل استرس های حرارتی در محیط کار
- شناسایی و غربالگری کارگاههای مشمول برنامه
- ارزیابی عوامل زیان آور محیط کار
- نظارت بر ارزیابی ها و بهسازی های انجام شده
- آموزش بازرسان بهداشت حرفه ای

شاخص های برنامه

ردیف	عنوان / مرکز جامع خدمات سلامت
۱	تعداد کارگاههای دارای استرس گرمایی
۲	تعداد شاغلین در مواجهه با استرس گرمایی
۳	تعداد کارگاههایی که استرس گرمایی را کنترل نموده اند
۴	تعداد کارگاههایی که اندازه گیری و ارزیابی استرس گرمایی انجام داده اند