

به نام خدا

موضوع:

**8 پیشنهاد برای بهبود عملکرد  
مسئولان بهداشت حرفه ای کارخانجات و صنایع**

تهیه کننده:

علیرضا جلالی

کارشناس بهداشت حرفه ای

2	.....	پیشنهاد اول : خودتان را به مدیرتان معرفی کنید
3	.....	شرح وظایف مسئول بهداشت حرفه ای در کارخانه
3	.....	شرح حقوق مسئول بهداشت حرفه ای در کارخانه
4	.....	پیشنهاد دوم : هدف خود را در محیط کار بطور واضح و روشن شرح دهید
6	.....	پیشنهاد سوم: راهکارهایی برای نیل به اهداف خود تدوین کنید
6	.....	پیشنهاد چهارم :منابع اطلاعاتی بروز و قابل دسترس در محل کار داشته باشید
7	.....	پیشنهاد پنجم: به قلب محیط کار و کارکنان بروید
8	.....	پیشنهاد ششم: خودتان را عادت دهید به مستندسازی
8	.....	پیشنهاد هفتم: ممیزی و بازنگری را فراموش نکنید
9	.....	پیشنهاد هشتم : از ALARP کمک بگیرید
10	.....	مراحل موفقیت شما به عنوان مسئول بهداشت حرفه ای شرکت
10	.....	پیشنهاداتی طلایی در راستای مدیریت بهتر شما در محیط کار
11	.....	منابع

## 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.

### مهندس بهداشت حرفه ای بر اساس تعریف ILO کسی است که بتواند:

- حوادث محیط کار و عوامل شیمیایی فیزیکی و بیولوژیکی و سایر استرس زا ها در محیط کار را شناسایی کند
- خطرات بهداشتی حاصل از فرایندهای کاری را پیش بینی کرده و راهکارهای کنترلی را ارائه دهد.
- راههای ورود عوامل مضر به بدن و تاثیراتیکه این قبیل عوامل و فاکتورها روی سلامتی دارند را تشخیص دهد
- توانایی اندازه گیری میزان تماس کارگران با عوامل زیان آور و ارزیابی نتایج حاصله را داشته باشد
- روشها و فرایندهای کاری را از نظر امکان تولید و انتشار عوامل زیان آور و با نگرش حذف تماس یا کاهش آنها به حد قابل قبول ارزیابی کند
- آنالیز ریسک کلی فرایند یا محل کار و همکاری در اولویت بندی خطرات را انجام دهد ( ارزیابی و مدیریت ریسک )
- چارچوب قانونی بهداشت حرفه ای در کشور را بداند
- پرسنل را در تمامی سطوح درباره تمامی جنبه های مواجهه با خطرات آموزش دهد
- دارای روحیه تیمی باشد و توانایی کار موثر در یک تیم با تخصصهای گوناگون را دارا باشد

### داشتن روحیه تیمی چیست ؟

برای مثال در استفاده از تجهیزات حفاظ فردی مناسب وظیفه مسئول بهداشت حرفه ای مطالعه در زمینه استانداردهای PPE و تعیین وسیله مناسب جهت مقابله با خطرات است در حالیکه وظیفه کارفرما اختصاص بودجه لازم به منظور تهیه وسایل مورد نظر مسئول بهداشت حرفه ای و وظیفه کارگر استفاده صحیح و به موقع از وسایل حفاظت فردی تهیه شده می باشد .

شرح وظایف مسئول بهداشت حرفه ای در کارخانه

- 1- تشکیل کمیته حفاظت فنی و طرح مسائل بهداشتی و ایمنی در جلسات و ارائه پیشنهاد لازم به کارفرما
- 2- شناسایی مشاغل موجود و تعداد پرسنل هر شغل بر اساس عوامل زیان آور و ارائه راه حل جهت کنترل تماس به منظور پیشگیری از بیماریهای ناشی از عوامل فیزیکی ، شیمیایی ، ارگونومیکی ، بیولوژیکی ، و روانی محیط کار
- 3- برنامه ریزی جهت اندازه گیری حداقل سالی یکبار عوامل زیان آور و اقدامات کنترلی و ارسال نتایج به مرکز بهداشت مربوطه
- 4- برگزاری دوره های آموزشی برای کارگران و آشنا سازی آنها نسبت به مقررات بهداشتی و ایمنی
- 5- ثبت آمار حوادث و بیماریهای ناشی از کار و تعیین ضریب تکرار و شدت سالانه حوادث و ارسال به مراکز بهداشت مربوطه
- 6- نظارت بر تهیه و استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی و همچنین نصب پوستره های آموزشی بهداشتی و حفاظتی در محیط کار
- 7- شرکت در دوره های بازآموزی و گردهمائیهای مربوطه در جهت افزایش اطلاعات و به روز بودن
- 8- بازدید مستمر از سیستمهای حفاظتی موجود در کارخانه از قبیل سیستم اطفای حریق ، دربهای خروج اضطراری ، پلکان ، نرده ها و ...  
و بسیاری وظایف دیگر ....

### شرح حقوق مسئول بهداشت حرفه ای در کارخانه

بر طبق ماده 4 آیین نامه استقرار سیستم مدیریت سلامت کار، کارگر و محیط کار کارفرمایان موظفند آخرین اطلاعات در زمینه استانداردها، آیین نامه و قوانین جدید مرتبط با ایمنی و بهداشت و همچنین بخش نامه های مختلف از وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی و وزارت کار و امور اجتماعی را اخذ و در دسترس کارکنان و بالاخص مسئول ایمنی و بهداشت قرار دهند .

بر طبق ماده 7 همین آیین نامه کارفرمایان موظفند امکانات لازم جهت پایش و اندازه گیری عوامل زیان آور محیط کار را تامین و اجرا نمایند .

بر طبق ماده 2 آئین نامه نحوه ارائه خدمات بهداشت حرفه ای توسط دانش آموختگان بهداشت حرفه ای در صنایع و همچنین ماده 2 آیین نامه کمیته حفاظت فنی و بهداشت، اعضای کمیته حفاظت فنی و بهداشت کار شرکت بایستی در برنامه های آموزشی و بازآموزی مربوطه به حفاظت فنی و بهداشت کار که توسط ارگانهای ذیربط برگزار می شود با هزینه کارفرما شرکت نمایند.

## 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 و 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 مهم :

اهداف شما و مدیرتان باید هماهنگ باشد

#### یک اصل مهم :

هرگز یک مسئول بهداشت حرفه ای در کارش موفق نمیشود مگر اینکه : در تدوین اهداف خود با مدیر شرکت 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 شرکت چیست ؟  
سپس هدف مدیر را با اهداف کلاسیک بهداشت حرفه ای مقایسه کرده و در نهایت به یک نتیجه واحد برسید .

بصورت کلاسیک هدف از انجام فعالیت های بهداشت حرفه ای در محیط کار عبارت است از :

- ① هدف اول: حصول اطمینان از سلامت نیروی کار و کنترل بیماریها و حوادث ناشی از کار.
- ② هدف دوم: حصول اطمینان از سلامت محیط کار و کنترل عوامل بیماریزا و حادثه آفرین.
- ③ اهداف HSE :

اساساً بایستی مربوط به کلیه سطوح سازمان باشند.  
حتی المقدور بایستی کمی باشد .  
براساس ریسکهای بالای سازمان باشند .

**S.M.A.R.T**

دارای محدوده زمانی (Time-bounded)  
قابل دستیابی (Achievable)  
مشخص ( Specific )  
واقع بینانه (Realistic)  
قابل اندازه گیری (Measurable)

مثال:

خط مشی: به حداقل رسانیدن صدمات و بیماریهای کارکنان



اهداف کلان: کاهش نرخ حوادث به میزان 50% ظرف 2 سال آینده



اهداف خرد: کاهش تعداد کمردرد در قسمت تولید به میزان 20% تا پایان خرداد ماه

دو معیار سنجش ساده برای ارزیابی عملکرد جاری سیستم وجود دارد:

1 - تعداد حوادث یا رویدادهای مرتبط با HSE

2 - هزینه HSE

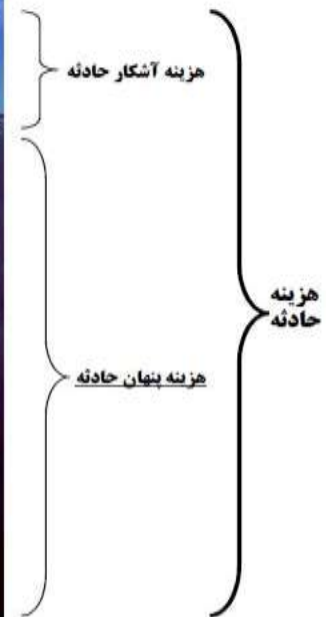
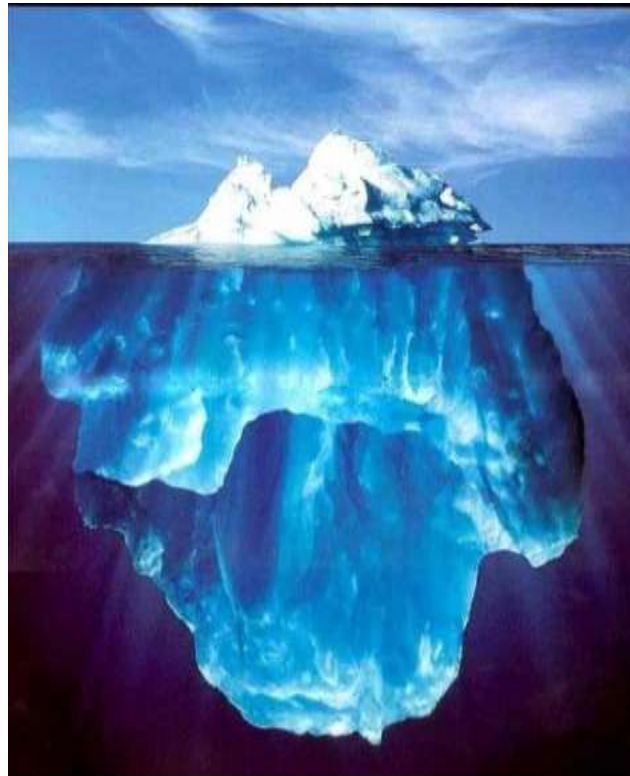
1 - تعداد حوادث یا رویدادهای مرتبط با HSE :

اندازه گیری تعداد حوادث و رویداد های مرتبط با HSE که در طول سال گزارش می شود، شاخصی از عملکرد HSE سازمان می باشد.

معمولا سازمان هایی که تعداد حوادث و رویداد آنها کم است می توانند تصور کنند که سطح عملکرد خوبی دارند. هرچند این مطلب می تواند ناشی از خوش شانسی باشد تا مدیریت درست. به عنوان نقطه شروع ، هر سازمان باید اطمینان حاصل کند که حوادث و رویدادها بطور کافی و کامل گزارش می شوند.

2 - هزینه HSE :

- سازمان ها به طور عموم بر این باورند که اکثر هزینه ها تحت پوشش بیمه قرار گرفته یا می گیرد ، در حالیکه توسط بیمه پرداخت نگردیده و از منبع سایر بودجه های سازمان تأمین می گردد د (مثل بودجه سرویس و نگهداری، مرخصی استعلاجی، افزایش حق بیمه و ...).
- مطالعات انجام شده بر روی شرکت های انگلیسی نشان می دهد که آندسته از هزینه های حوادث که تحت پوشش شرکت های بیمه قرار نگرفته بودند بین ۸ تا ۳۶ برابر بیشتر از هزینه های ناشی از پرداخت حق بیمه در زمان انجام مطالعات بوده است.



## پیشنهاد سوم:

### راهکارهایی برای نیل به اهداف خود تدوین کنید

- ϕ - تشکیل پرونده های بهداشت برای کلیه کارکنان
- ϕ برگزاری دوره های متناوب آموزشی بهداشتی و ایمنی
- ϕ انجام اقدامات کنترلی مهندسی و مدیریتی جهت کاهش آلاینده ها و ...

## آشنایی با چرخه PDCA

مدیریت مدرن، مفهوم مدیریت را به صورت زیر تعریف کرده است :

- طراحی - Plan
- انجام / اجرا - Do
- چک کردن - Check
- اقدام برای بهبود - Act

بدین معنی که فرایند را طراحی کنید، بر اساس آن طرح را اجرا کنید، طرح انجام شده را چک کنید و بر اساس نتایج حاصله از چک و بازرسی های انجام شده اقداماتی برای اصلاح نقاط ضعف و نیز بهبود کارایی و محصولات انجام دهید که این رویه منجر به بهبود مستمر در سیستم خواهد شد .

### پیشنهاد چهارم:

#### منابع اطلاعاتی بروز و قابل دسترس در محل کار داشته باشید

- دستورالعمل ها و مقررات کارشکرت
- آیین نامه های وزارت بهداشت و وزارت کار
- نشریات مختلف ایمنی و بهداشت

### پیشنهاد پنجم:

#### به قلب محیط کار و کارکنان بروید

- آگاهی و اطلاع کامل از شرایط محیط کار و کارکنان و آنچه میان محیط کار و کارکنان می گذرد بخشی از ماهیت کارشماست
- شما از پس کارها بر نمی آید مگر اینکه همراه با یک تیم کامل باشید
- تیم بهداشت حرفه ای باید مانند رودخانه همیشه در کارگاه جاری باشد

#### اطلاعات - مهارت - تجارب

- اطلاعات : دروس کلاسیک دانشگاهی ، کتاب ها ، مقالات ، سایت های اینترنتی و ...
- مهارت : کار با ابزارهای سنجش عوامل زیان آور ، نحوه شناسایی خطرات ، برآورد هزینه یک روش اصلاحی ، آموزش به کارگران ، نحوه ارتباط صحیح ، مهارت سخن گفتن و اعتماد به نفس
- تجربه : بسیاری از نکات فقط توسط تجربه و مرور زمان کسب می شوند



## پیشنهاد ششم:

### خودتان را عادت دهید به مستندسازی

شما باید بنا به دلایل مختلف اطلاعات را به صورت مستند اعم از کاغذی و یا بصورت الکترونیک ایجاد و نگهداری نمایید:

- ارجاع به مستندات مربوطه در اسناد مختلف
- برنامه ریزی کوتاه و بلند مدت
- ثبت وقایع به منظور تجزیه تحلیل بهتر
- ثبت اطلاعات به منظور ارجاع وظایف به مسئول بهداشت حرفه ای بعدی
- ثبت اطلاعات به منظور احقاق حق خود در برابر بازخواست ها
- ثبت وقایع به منظور گزارش به سایر مقامات و سازمان ها

### کنترل مدارک و مستندات

- مدارک و داده ها در محل مشخصی قرار گیرند.
- مدارک و داده ها به صورت ادواری مورد بازرنگری و در صورت نیاز به تجدید نظر در مورد آنها اقدام شود.
- مدارک منسوخ به فوریت از محل های انتشار و محل های استفاده جمع آوری گردند یا به طریق دیگری از استفاده ناخواسته از آنان جلوگیری شود.
- سیستم علامت گذاری مناسب بر روی مستندات، در کل شرکت کاملاً یکسان انجام گردد

## پیشنهاد هفتم

### ممیزی و بازرنگری را فراموش نکنید

به زبان خیلی ساده هر چند وقت یکبار برگردید و به راه طی شده بنگردید و این سوالات را پاسخ دهید:

- ✓ کجا بودید؟
- ✓ در حال حاضر در کجا قرار دارید؟

✓ مسیر طی شده صحیح است یا خیر؟

نام دیگر بازنگری، پایش یا مانیتورینگ است که متأسفانه در کشور ما ضعیف ترین بخش سیستم های مدیریتی را تشکیل می دهد.

## پیشنهاد هشتم

### از ALARP کمک بگیرید

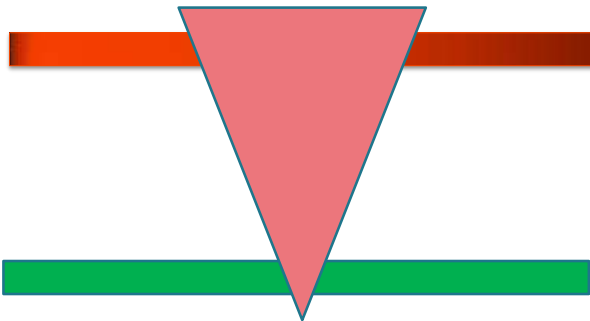
Reasonably Practicable As Low As  $\phi$  به معنی کمترین حد ریسک که به طور معقول

بتوان به آن دست یافت و آن را قبول کرد.

$\phi$  آشنایی با ALARP باعث می شود از سطح توقعات بیجای مسئول بهداشت و ایمنی کاسته

شود. ( مته به خشخاش نگذارید !! )

ریسک به هیچ وجه قابل قبول نمی باشد



قابل تحمل است اگر :

کاهش ریسک غیر عملی باشد یا اگر هزینه های کاهش ریسک با پیشرفت بدست آمده تناسب نداشته باشد

ریسک قابل اغماض و قابل قبول

مراحل موفقیت شما به عنوان مسئول بهداشت حرفه ای شرکت



### پیشنهاداتی طلایی در راستای مدیریت بهتر شما در محیط کار

- 1 - سعی کنید با اصول ساده روانشناسی آشنا شوید
- 2 - با شروع به موقع جلسات، وقت‌شناسی را عملاً به حاضرین بیاموزید
- 3 - برای گیراتر شدن سخنان خود، همیشه چند عبارت کلیدی از بزرگان و افراد برجسته در ذهن داشته باشید و در موقع لزوم آنها را به کار ببرید
- 4 - در انجام کارها به سه نکته بیش از بقیه نکات توجه کنید :  
اعتماد به نفس، اعتماد به نفس، اعتماد به نفس
- 5 - اگر از موضوعی علمی ، اطلاعی ندارید، یا احتیاج به توضیحات بیشتری دارید، بدون هیچ تردیدی سؤال کنید
- 6 - در مورد چیزی که نمی‌دانید، به کسی اطلاعات اشتباه ندهید و از گفتن نمی‌دانم، هراسی نداشته باشید
- 7 - به منظور آگاهی از مطالب جدید علمی، در چند سایت اینترنتی مرتبط عضو شوید
- 8 - مسئولیت پذیر و وقت شناس باشید
- 9 - خوش‌ژست، خوش لباس و خوش‌بیان باشید و در جمع با انرژی و اشتیاق حاضر شوید

منابع :

1. <http://gholami58.blogfa.com/post-9.aspx>
2. [/http://ghalenoy.persianblog.ir/post/11](http://ghalenoy.persianblog.ir/post/11)
3. <http://www.persiansafety.com>
4. <http://iranianhse.mihanblog.com/post/45>
5. *Assessment Training . Safety Risk & Arthur D. Little. Occupational Health June 2005*
6. <http://iranhse.blogfa.com/post-28.aspx>
7. *HSE Management System. Dec 2007 . Alizadeh .M*
6. اهداف سیستم های مدیریت یکپارچه . واحد HSE شرکت مپنا
7. آیین نامه استقرار سیستم مدیریت سلامت کار ، کارگر و محیط کار
8. آیین نامه کمیته حفاظت فنی و بهداشت کار
9. آئین نامه نحوه ارائه خدمات بهداشت حرفه ای توسط دانش آموختگان بهداشت حرفه ای در صنایع.