

بهداشت فردی در محیط کار



یکی از راههای مهم کنترل خطرات مختلف و پیشگیری از مخاطرات ناشی از مواد شیمیایی رعایت اصول بهداشت فردی در محیط کار می باشد .
اگر چه این اصول ممکن است بسیار ساده و بدیهی به نظر برسند ولی تاثیر مهمی در حفظ سلامتی شما دارند .

برخی از مهمترین این اصول عبارتند از :

- ۱- قبل از ترک محیط کار دوش بگیرید . خود را تمیز کرده و لباسهایتان را عوض کنید تا از انتقال آلودگی به محیط خانه پیشگیری شود .
- ۲- هیچگاه لباسهای کار خود را برای شست و شوی به منزل نبرید چون با این کار اعضای خانوادتان را در معرض آلودگی قرار داده اید .
- ۳- چنانچه لازم است حتما لباسهای کار خود را برای شستن به منزل ببرید . یادتان باشد که این لباسها نباید با دیگر لباسها شسته شوند . بلکه می بایست به طور جداگانه شست و شو شوند .

۴- لباسهای حفاظتی خود را مرتباً بازرسی کنید و هرگونه عیب و ایراد در آنها را به مسئول مربوطه اطلاع دهید.

۵- لباسهای زیر خود را از نظر وجود آلودگی مرتباً بررسی کنید. اگر هر نوع آلودگی با مواد شیمیایی در لباسهای زیر خود دیدید، به این معنی است که لباسهای حفاظتی شما کارایی لازم را ندارند.

۶- از سیگار کشیدن و غذا خوردن در محل کار اکیداً خودداری کنید.

۷- قبل از صرف غذا حتماً دست های خود را با آب و صابون بشویید.



روش صحیح شستن دستها

