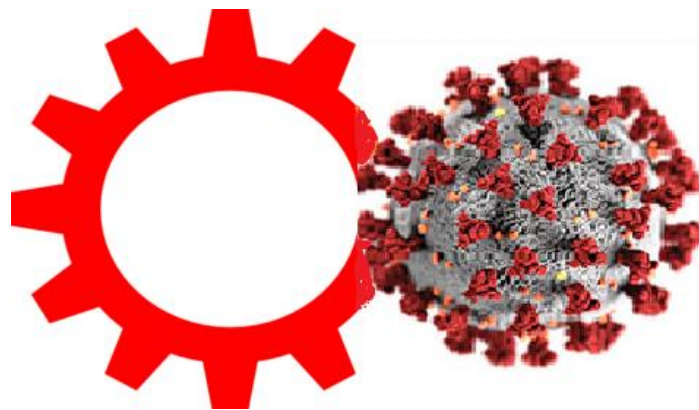




محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (کلیات)



تهیه شده در گروه آموزشی طب کار و مرکز تحقیقات بیماری‌های شغلی و طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

تهیه کننده: دکتر غلامرضا پوری‌عقوب متخصص طب کار، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران

تاریخ نگارش: فروردین 1399

محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (کلیات)

بدن‌بال شیوع بیماری COVID-19 بسیاری از مشاغل و محیط‌های کاری تحت تاثیر این بیماری قرار گرفته‌اند. واحدهای کاری و صناعی که بدلیل خطر گسترش این بیماری موقتا تعطیل شده‌اند به احتمال زیاد در آینده‌ای نه چندان دور مجدداً به فعالیت کاری خود باز خواهند گشت. یکی از نگرانی‌ها در مورد شروع به فعالیت صنایع و مشاغل احتمال تبدیل شدن محیط‌های کاری به محلی برای گسترش این بیماری است. عدم توجه به این موضوع ممکن است هم برای صنایع و هم برای کل جامعه خطر بزرگی باشد. لذا لازم است صاحبان صنایع و مشاغل قبل از شروع مجدد فعالیت‌های کاری، آمادگی‌های لازم برای رعایت اصول پیشگیری از مواجهه با این ویروس در محیط‌های کاری را فراهم نمایند. توجه جدی به راه‌های اصلی انتقال این بیماری کلید موفقیت مقابله با گسترش آن می‌باشد. دو راه اصلی انتقال این بیماری "تماس نزدیک با فرد آلوده" و "لمس سطوح آلوده" است. سطوح ممکن است توسط ذرات پخش شده هنگام عطسه و سرفه فرد مبتلا یا دست آلوده فرد مبتلا، آلوده گردد.

بر همین اساس توجه به بیماریابی و جداسازی افراد احتمالاً آلوده از محیط کار، رعایت اصل فاصله گذاری اجتماعی و رعایت بهداشت فردی و جمعی در محیط های کاری اساسی ترین روش مقابله با گسترش این بیماری است. توجه و تاکید غیر ضرور به استفاده از لوازم حفاظت فردی (مثل استفاده از دستکش و ماسک در مواردی که ضرورت ندارد) در محیط های کاری ممکن است به عاملی برای شکست در مقابله با این ویروس تبدیل شود. جهت مقابله با عوامل بیماری زا در محیط های کاری، توجه به اصول اولیه پیشگیری و اولویت دهی به کنترل های مهندسی، مدیریتی، اصلاح روشها و در نهایت استفاده از لوازم حفاظت فردی، می تواند به کنترل این بیماری کمک کند. لذا توجه به موارد زیر به **صاحبان صنایع و مشاغل** توصیه می گردد:

- 1- به مقررات و دستورالعمل های صادر شده از طرف وزارت بهداشت در مورد پیشگیری از بیماری کرونا در مشاغل توجه فرمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crood.ir/instructions-covid19/>)
- 2- از واحد HSE خود برای راهبری اقدامات مقابله با بیماری COVID-19 کمک بگیرید. در صورت نداشتن واحد مذکور یا پرسنل مرتبط، یک نفر از پرسنل خود را که توانایی های کافی و اطلاعات مناسب در این مورد دارد، به عنوان مسئول مقابله با کرونا انتخاب نمایید.
- 3- تا جایی که میتوانید از امکانات و زیر ساخت های ارتباطات مجازی چه در داخل واحد کاری (اتوماسیون کارهای اداری) و چه در خارج آن (دور کاری) استفاده کنید.
- 4- تا جایی که ممکن است مسافرت های داخل یا خارج شهری پرسنل خود را کاهش دهید.
- 5- اگر واحد کاری شما ارباب رجوع دارد، تا حد ممکن خدمات خود را بدون حضور ارباب رجوع و از طریق سایر راههای ارتباطی ارائه دهید. در صورت حضور ارباب رجوع تمهیدات لازم برای پیشگیری از انتقال ویروس کرونا بویژه رعایت فاصله گذاری اجتماعی را برنامه ریزی و اجرایی کنید.
- 6- اگر تامین ایاب و ذهاب پرسنل بر عهده شماست به رعایت اصول بهداشتی در استفاده از وسایل حمل و نقل توجه نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crood.ir/article-covid19/>)
- 7- مسئله بیماریابی در واحد کاری خود را جدی بگیرید. پرسنل خود را به ثبت نام و گزارش علائم در سامانه اعلام شده از طرف وزارت بهداشت (slamat.gov.ir) تشویق نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crood.ir/instructions-covid19/>)
- 8- به پرسنل خود اعلام کنید در صورت داشتن علائم ابتلا به بیماری کووید-19 (تب، سرفه خشک، تنگی نفس، گلودرد) یا تماس نزدیک با بیماران مبتلا به کرونا، در محل کار حاضر نشوند و ضمن اطلاع رسانی به شما، علائم خود را در سامانه وزارت بهداشت ثبت کرده و از طریق آن سامانه کسب تکلیف نمایند. (اطلاعات بیشتر در: <https://crood.ir/instructions-covid19/>)

9- در صورت مشاهده وجود هر یک از علائم مرتبط با بیماری کووید-19 در هر کدام از پرسنل، سریعاً ضمن دادن یک ماسک جراحی به وی، او را به یک اتاق یا محل مخصوصی که از قبل تعیین کرده اید هدایت نموده و از طریق اعلام علائم در سامانه وزارت بهداشت کسب تکلیف نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/instructions-covid19/>)

10- احتمال آسیب از این بیماری در افراد مبتلا به دیابت، سرطان، بیماریهای قلبی عروقی و ریوی نسبت به افراد سالم بیشتر است. از پرسنلی که به این بیماریها مبتلا هستند مراقبت بیشتری به عمل آورید.

11- به رعایت موازین بهداشتی و پیشگیری از انتقال و گسترش ویروس در هنگام کنترل ورود و خروج پرسنل دقت فرمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)

12- به رعایت موازین بهداشتی، تمیز نگذاشتن سطوح مشترک و رعایت فاصله گذاری اجتماعی در محل تعویض لباس پرسنل دقت فرمایید.

13- به پرسنل خود اعلام نمایید از جابجایی غیر ضرور لوازم فردی مثل خودکار، ساعت، انگشتر، دستبند و در صورت امکان موبایل بین خانه و محیط کار خودداری نمایند.

14- تا حد ممکن امکانات لازم جهت رعایت بهداشت فردی را برای پرسنل خود فراهم نموده و به استفاده صحیح از سرویسهای بهداشتی داخل واحد کاری توجه نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)

15- به بهداشت تغذیه در محیط کار خود توجه نمایید و اگر تامین غذا و یا محل غذا خوری پرسنل بر عهده شماست به روشهای کنترل مواجهه در رستوران واحد کاری توجه نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)

16- تا حد ممکن هر ایستگاه کاری را فقط به یک نفر اختصاص دهید و از جابجا شدن غیر ضرور پرسنل ایستگاه های کاری مختلف جلوگیری کنید.

17- از رفت و آمد غیر ضرور پرسنل بین واحدها و ایستگاه های کاری مختلف و تجمع پرسنل در هر قسمتی از واحد کاری جلوگیری کنید.

18- تا حد مقدور فاصله گذاری 2 متر بین ایستگاه های کاری پرسنل را رعایت فرمایید.

19- سطوحی را که ممکن است بین پرسنل بطور مشترک لمس شود، به حداقل برسانید (مثل اختصاصی کردن ابزار و تجهیزات برای هر فرد).

20- سطوحی را که بطور مشترک توسط پرسنل لمس می شود، بطور مرتب (روزانه حداقل یک بار) با استفاده از روشهای مناسب ضد عفونی نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)

21- هنگام استفاده از الکل یا محلول هیپوکلریت سدیم (وایتکس) به آتش گیر بودن الکل و محرک بودن وایتکس برای دستگاه تنفسی دقت کنید. عدم استفاده بیش از حد، توجه به تهویه و دمای محل نگهداری و تهویه مناسب هنگام استفاده میتواند کمک کننده باشد.

22- به احتمال ایجاد زنجیره انتقال بیماری توسط مواد اولیه مصرفی احتمالاً آلوده و محصولات واحد کاری خودتان توجه فرمایید.

23- کنترل سایر عوامل بیماری زای احتمالی محیط کاری خود را که قبلاً انجام میدادید، فراموش نکنید.

24- آموزش و یادآوری مرتب رعایت اصول اولیه بهداشتی و همچنین مقررات واحد کاری خود به پرسنل را جدی بگیرید. برای این منظور میتوانید از پوستر، پخش پیام های صوتی در فضای واحد کاری و ارسال پیام از طریق فضای مجازی کمک بگیرید. پرسنلی را که در رعایت مقررات بهداشتی کوشا و پیگیر هستند، تشویق نمایید.

با امید اینکه محیط های کاری نه تنها به منشاء گسترش بیماری تبدیل نشوند، بلکه با آموزش مناسب رعایت موازین بهداشتی به پرسنل، به کنترل این بیماری در سطح جامعه کمک کنند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر روی این لینک کلیک کنید: <https://crood.ir/covid-19/>