

سبک کار و شغل



زندگی آنها در سایه ترس از بیماری‌های شغلی است

کارگران به سختی مشغول کارند

از نینب شکوهی طرفی

تهران پایتخت، بزرگ‌ترین استان کشور و یکی از صنعتی‌ترین مناطق ایران است. اگر چه افزایش کارخانه‌ها در محدوده شهر تهران، افزایش واحدهای تولیدی و صنعتی بزرگ یکی از کوچک‌ترین تبعات صنعتی شدن شهرهاست اما باید پذیرفت که این مزیت می‌تواند پیامدهای منفی نیز به دنبال داشته باشد.

وجود مشاغل پرخطر در کنار صنایع اطراف شهرهای صنعتی علاوه بر تهران امری اجتناب‌ناپذیر است اما همین تجمع مراکز صنعتی در برخی موارد منجر به بروز بیماری‌هایی شده است که از آن نام «بیماری‌های شغلی» یاد می‌شود.

بیماری‌های شغلی هر چند باعث درد و رنج بسیاری در دنیای کار است با این حال در مقایسه با حوادث ناشی از کار پنهان می‌مانند. بیماری‌های شغلی به عنوان یکی از شش عامل مرگ و میر مردم در سال هستند. نکته مهم‌تر اینکه ماهیت بیماری‌های شغلی به سرعت در حال تغییر است. تغییرات تکنولوژیکی و اجتماعی همراه با شرایط بد اقتصادی، تشدید خطرات بهداشتی و ایجاد شرایط و امکان بیماری‌های شغلی جدید شناخته شده‌اند. قبیل بیماری‌های ناشی از گرد و غبار را افزایش داده است و این در حالی است که بیماری‌های جدید شغلی مانند بیماری‌های روانی و اختلالات اسکلتی عضلانی نسبتاً در حال افزایش است. «بیماری‌های شغلی بیماری‌هایی هستند که به دلیل خصیلت کار و در محیط کار که دارای عوامل زیان‌آور اثرگذار بر سلامت شاغلان هستند به وجود می‌آیند. در حالی که به نظر می‌رسد اینگونه بیماری‌ها از شیوع کمتری نسبت به سایر بیماری‌ها برخوردارند، شواهد نشان دهنده آن است که گروه عظیمی از افرادی که به نوعی شاغل محسوب می‌شوند خصوصاً در کشورهای در حال توسعه مبتلا به اینگونه بیماری‌ها هستند. بیماری‌های شغلی در صورت بروز و ابتلا می‌توانند فرآیند مبتلا ران تاوان از انجام فعالیت‌ها مانعند.»

سایه تهدید سلامتی روی سر کارگران

دکتر «مهدی صالحی» پزشک عمومی با بیان این مطلب می‌گوید: «بیماری‌ها و مشاغل بنابه شرایط انجام کار یا محیط کاری عوامل زیان‌آوری در بر دارند که تأثیر این عوامل بر روی جسم و روح کارگران می‌تواند اثرات بسیار مخربی همراه داشته باشد که این تأثیرات را «بیماری‌های شغلی» می‌نامند. متأسفانه برخلاف عموم مردم که تصور می‌کنند بیماری‌های شغلی از شیوع کمتری نسبت به سایر بیماری‌ها برخوردارند، بررسی‌ها و آمارها نشان می‌دهد گروه عظیمی از افرادی که به نوعی شاغل محسوب می‌شوند خصوصاً در کشورهای در حال توسعه به سرعت در حال ابتلا به این نوع بیماری‌ها هستند. نکته بسیار مهم و تفاوت این بیماری با سایر بیماری‌ها در این است که فرد مبتلا به بیماری‌های شغلی به سرعت توان بدنی و روحی خود را برای انجام فعالیت‌های کاری از دست می‌دهد تا جایی که دیگر قادر به انجام هیچ کاری نخواهد بود.»



این که دست روی دست بگذاریم و بگوییم «افزایش بیماری‌های شغلی جزء اقتصادات هر کشور و شهر صنعتی است و هیچ راه‌حلی برای این بیماری وجود ندارد چون صنعتی شدن تنها راه پیشرفت هر کشور است» درست نیست. به گفته دکتر منصور بهرامی، از عوامل اثرگذار بین‌المللی تحلیل رفتار بسیاری از عوامایل ایجادکننده بیماری‌های شغلی قابل پیشگیری و کنترل هستند. دکتر بهرامی می‌گوید: «بیماری‌ها و مشاغل مانند کارخانه‌های تولید رنگ، کاشی‌سازی، معادن و نظایر آن به واسطه استفاده از مواد شیمیایی که در محیط کار از آن استفاده می‌شود ایجادکننده بیماری‌های شیمیایی هستند. از طرف دیگر شرایط کاری سخت و انرژی‌گیر در معادن و تولیدی‌های سخت باعث می‌شود عوامل فیزیکی را در محیط کار ایجاد کند که سبب بروز بیماری‌های شغلی از این دست شوند.

علاوه بر اینها عوامل دیگری مانند عوامل بیولوژیکی، ارگونومیکی و روانی در محیط‌های کاری می‌توانند زمینه‌ساز بیماری‌های متعددی برای کارگران شود. جادارد اینجابه

بررسی‌ها و آمارها نشان می‌دهد گروه عظیمی از افرادی که به نوعی شاغل محسوب می‌شوند خصوصاً در کشورهای در حال ابتلا به بیماری‌های شغلی هستند. نکته بسیار مهم و تفاوت این بیماری با سایر بیماری‌ها در این است که فرد مبتلا به بیماری‌های شغلی به سرعت توان بدنی و روحی خود را برای انجام فعالیت‌های کاری از دست می‌دهد تا جایی که دیگر قادر به انجام هیچ کاری نخواهد بود

یکه نکته مهم اشاره کنیم و آن این است که هیچ محیط کاری به تنهایی نمی‌تواند زمینه‌ساز یا ایجادکننده بیماری برای کارگران باشد بلکه شرایط، تفکر مدیریت، شخص کارگر و رعایت نکردن اصول اساسی بهداشت محیط کار می‌تواند عامل ایجاد بیماری‌های شغلی شود. بیماری‌های شغلی دارای مدت مسئولیت هستند و آن مدتی است که کارگر بعد از قطع تماس با عوامل بیماری‌زا می‌محیط کار، علائم بیماری را بروز می‌دهند. در این صورت است که بیماری او ناشی از کار شناخته می‌شود.»

حقی که کارفرماها ادانی کنند

کارفرما در قبال کارگر مسئولیت دارد زیرا بخش اعظم مشکلات محیط که به واسطه کار برای کارگر ایجاد بیماری می‌کند منافع مادی کارفرما را به دنبال دارد. فارغ از همه توجه‌های قانونی، هر انسانی از نظر شرعی نسبت به انسان دیگر مسئول است و اگر شخص دوم کارگر باشد مسئولیت کارفرما به واسطه حق کارگری بیشتر می‌شود.

محمد پورصالحی کارشناس حقوقی در این باره می‌گوید: «طبق قوانین وزارت کار تمامی حقوق، مسئولیت‌ها و خطرات احتمالی که در مدت زمان کار ممکن است نیروی کارگر را تهدید کند بر عهده کارفرماست زیرا این کارفرماست که به خاطر درآمد بیشتر و منافع اقتصادی کارگر را استخدام کرده است اگرچه این قوانین پنهان و دور از دسترس نیست چون در قراردادها یا قانونی ایران تمام موارد مربوط به این حقوق ذکر شده است و کارفرماها نیز با اطلاع از این قوانین استخدام نیرو انجام می‌دهند. اما یک خبیر خوب برای کارگرها، برخلاف تصور بسیاری از کارگرها و کارفرماها حتی زمانی که کارگری از محیط کاری جدا شده باشد اما براساس معاینات پزشکی اعلام شود بیماری که او مبتلا شده است اثر کار در محیط کاری خطرناک برای او ایجاد شده است صاحب آن محیط کاری یا همان کارفرما مسئول تمام هزینه‌ها درمان و مشکلات پس از آن است. مثلاً بیشتر موارد شکایتهای پزشکی مربوط به بیماری‌های شغلی مربوط به روبر شد و نگران کنندهای نیز دارند.»

از آنجاکه در صد زیادی از بیماری‌های شغلی در ایران مربوط به بیماری‌ها و مشکلات فیزیکی است می‌توان به این نتیجه رسید که اوضاع شرایط فیزیکی کار در ایران بسیار وخیم‌تر از سایر شرایط است.

دکتر پروانه معینی، پزشک عمومی با تأیید این مسئله می‌گوید: بیماری‌ها و عوارض ناشی از گرم بودن بیش از حد محیط کار کارگر که در اغلب موارد به گرفتگی عضلانی، گرم‌زدگی و جوش‌های گرمایی ختم می‌شوند، بیماری‌های ناشی از سرد بودن بیش از اندازه محیط کار مانند یخ‌زدگی، هیپوترمی (کاهش حرارت مرکزی بدن)، آسم و روماتیسم، بیماری‌های شغلی ناشی از نور مانند کاهش سلامت چشم، کاهش قدرت بینایی، خستگی اعصاب، کاهش دقت عمل و رغبت در انجام کار جزو شایع‌ترین بیماری‌های شغلی کشور ما هستند.

اگرچه بیماری‌های شغلی ناشی از مشکلات صدایی مانند ناشنوایی، کم‌خوابی، عصبانیت، افزایش فشارخون و



بیماری‌های ناشی از ارتعاش مانند ایجاد ضایعات بافت‌های نرم، ضایعات استخوانی و مفصلی و بیماری‌های ناشی از تأثیر مواد شیمیایی مانند تاول‌ها و تحریک‌های پوستی یا تأثیر مواد فحشگی اور و سموم شیمیایی دسته دیگری از بیماری‌های شغلی رایج در کشور ما هستند.

گره کور بیماری‌های شغلی را بازکنیم

بیماری‌های شغلی هر چقدر بیماری‌های سخت و عجیب شده‌ای با زندگی کارگران باشند باز هم باید به فکر چاره بود چون بخش اعظم نیروهای کشور در حال توسعه ما کارگرانی هستند که در واحدهای صنعتی بزرگ مشغول به کار هستند که با انواع و اقسام عوامل بیماری‌زا در تماس مستقیم‌اند. دکتر فهیمه قبیطی که سابقه تحقیق در زمینه شرایط شغلی کارهای سخت مانند کاروری اسکله‌های نفتی جنوب کشور و معادن زغال‌سنگ کشور را دارد در این باره می‌گوید: «بهترین راه‌حل این است که هر کارفرمایی براساس شرایط محیط کار و وضعیت توانایی جسمی کارگر نسبت به اشتغال اقدام کند و حتی در به کارگیری ابزار و لوازم کاری باید تناسب روحی و جسمی کارگر را بررسند. در قدم دوم کارفرما باید سطح سلامت کارگانشان را در یک دوره مدت مشخص بررسی کنند. این بهترین و اساسی‌ترین راه است چون با چنین آزمایش‌هایی تشخیص زودرس بیماری‌ها و درمان آن امکان‌پذیر می‌شود.

یکی از مهم‌ترین موارد در این زمینه این است که کارفرما تا جایی که امکان دارد عوامل بیماری‌زا را شناسایی کند و از محیط کار دور نگه دارد و اگر این امکان وجود ندارد در کمترین مکنس العمل این عوامل را تا کم شدن حداقلی تأثیرات آن کنترل کند. فهیمه قبیطی با بیان اینکه علت عمده مرگ و میرهای مرتبط با کار در سراسر جهان بیماری‌های شغلی هستند، می‌افزاید: «براساس آمار سازمان بین‌المللی کار سالانه بیش از ۲ میلیون و ۳۰۰ هزار نفر در اثر بیماری‌های شغلی جهان در معرض خطر بیماری یا مرگ قرار می‌گیرند.

عوامل زیان‌آور شغلی محدود نیستند و تاکنون ۹۰۰ عامل خطرزا در مشاغل صنعتی مورد شناسایی قرار گرفته است که عامل اصلی مرگ، بیماری، معلولیت و نقص در کارگران است. فراموش نکنیم که نقش کارشناسان حرفه‌ای شاغل در کارخانجات استان در جهت جلوگیری از بیماری‌های شغلی بسیار مهم است. این افراد می‌توانند با ارتباط برقرار کردن کارفرما نقش مهمی در برطرف کردن این مشکلات داشته باشند. با وجودی که میزان مرگ ناشی از بیماری‌های شغلی و بیماری‌های وابسته به شغل شش برابر حوادث شغلی است ولی هنوز این بیماری‌ها ناشناخته و پنهان هستند.»

کارگر موتور محرک اقتصاد است

سارا آشکارا، جامعه‌شناس نیز معتقد است: «لامتناسب بودن مشاغل با ظرفیتهای روحی و جسمانی هر فرد می‌تواند در ابتلای افراد به بیماری‌های گوناگون مؤثر باشد. بالا رفتن هزینه‌های زندگی در شهرهای صنعتی و در حال توسعه باعث شده تا بسیاری از کارگران برای مراجعه به واحدهای تولیدی به جای اهمیت دادن به سلامت شغلی و توانایی‌های خود منحصر به درآمدهای حاصله از آن شغل اهمیت دهند.

از سوی دیگر تا نایم بودن محیط کاری در کارگاه‌ها و بالا بودن خطرات در بسیاری از واحدها باعث شده که همه ساله آمار مبتلایان به بیماری‌های شغلی افزایش یابد از سوی دیگر کارگران بخش‌های مختلف صنعتی نیز از ایمنی مشاغل خود ناراضی هستند هر چند بسیاری از واحدهای تولیدی از تمام ظرفیت تولید خود استفاده نمی‌کنند اما این حال حداقل شرایط ایمنی کار نیز برای کارگران لحاظ نمی‌شود. مشاغل‌هایی که می‌توانند نقش بسزایی در پیشرفت و توسعه صنعت داشته باشند این روزها قربانی می‌گیرند و بالای جان صنعت کشور شده‌اند و کارگران بسیاری را روانه بیمارستان‌ها و گوشه‌نشین کرده است. در شرایطی که اقتصاد کشور به شدت در حال تغییر است امید چندانی به بهبود اوضاع کارگران و امنیت شغلی آنها نیست مگر آنکه تغییر رویکرد مدیریت صنعتی و توجه به کارگر امیدبخش آینده‌روشن باشد.»

سبک خانه‌داری

مرکز آلودگی‌ها را پاکسازی کنید

نگار آشنا

آیا شما هم مثل من تصور می‌کنید بسیاری از وسایل خانه چون کارآبی شست و شو و پاک‌کنندگی دارند و مدام از مواد شوینده در آنها استفاده می‌شود دیگر نیازی به پاکسازی ندارند؟ اگر اینطور است باید بگوییم هم من و هم شما سخت در اشتباه بوده‌ایم. نمونه‌اش همین ماشین لباسشویی است.

هرگز تصورش را می‌کردید همین ماشین لباسشویی که همیشه مملو از مواد پاک‌کننده است نه تنها وسیله تمیز و پاک‌کننده بلکه ممکن است به دلیل جریان آب در بخش‌های مختلف آن میکروب‌ها و باکتری‌های زیادی در فضاها و لوله‌های این وسیله تشکیل شود؟ نکته اینجاست که چون ما لکه یا میکروبی در سطح لباس‌ها یا فضای داخلی لباسشویی نمی‌بینیم پس تصور می‌کنیم لباسشویی ما صد درصد تمیز و عاری از آلودگی است در حالی که سخت در اشتباهیم. حتی اگر شما در داخل فضای لباسشویی با سطح لباس‌ها لکه واضحی نبینید مطمئن باشید که به دلیل وجود مواد آلوده در مجاری این وسیله لباس‌های شما بعد از شست و شو به اندازه کافی تمیز و براق نمی‌شوند. مطمئناً ماشین لباسشویی شما مثل هر وسیله دیگری نیاز به پاکسازی دارد اما اینکه شما چند بار در

برای تمیز کردن این منافذ بهتر است بعد از ۱۵ بار استفاده از ماشین یک بار ماشین لباسشویی را بدون مواد شوینده و لباس روشن کنید تا آلودگی‌های منافذ به وسیله شدت آب گردشی داخل ماشین پاک شوند.

ناگفته نماند این روش برای تمیزی و پاکسازی ماشین ظرفشویی هم مفید است و شما می‌توانید برای رسیدن به یک نتیجه بهتر یک قرص ماشین ظرفشویی هم داخل ماشین لباسشویی بیندازید و بیشترین درجه آب تعریف شده برای ماشین لباسشویی را فعال کنید. مطمئن باشید شدت و گرمای آب از یک طرف و قدرت پاک‌کنندگی قرص از طرف دیگر همه آلودگی‌ها را از مخزن داخلی پاک می‌کند.

جاروبرقی را هم از قلم نیندازید

اینکه تصور کنید جاروبرقی هر مواد و آشغالی را که از سطح زمین یا فرش فرو می‌برد مستقیم به داخل کیسه خود هدایت می‌کند تصور باطلی است. محل اتصال لوله‌ها، اتحای خرطومی‌ها، برس و حتی شیرهای شلنگ جاروبرقی مملو از آلودگی‌هایی است که به مرور زمان جاگیر و اغلب سفت شده‌اند. این جمع شدن مواد آلوده نه تنها باعث پایین آمدن کارایی جاروبرقی می‌شود بلکه قدرت موتور را هم کم می‌کند و باعث تصاعد بوی نامطبوع از جاروبرقی می‌شود. در اولین گام برای تمیز کردن جاروبرقی باید این وسیله را قلع و قمع کنید! جزء به جزء وسایل تشکیل دهنده را از لوله گرفته تا کیسه، برس و حتی جارو کنید. وسایلی مانند شلنگ، لوله‌ها، خرطومی‌ها و حتی برس را در یک ظرف مواد شوینده با آب گرم قرار دهید و بگذارید چند دقیقه به همان حالت باقی بمانند.

بعد از حدود نیم ساعت دست به کار شست و شو شوید، به وسیله دسته بلند برس یا کهنه داخل همه این وسایل را خوب بشویید. سپس آبکشی کنید و به وسیله یک پارچه نخی تمام این وسایل را خشک کنید. اسپری کردن مواد خوشبوکننده داخل این لوازم آخرین قسمت این مرحله است. مرحله بعدی تمیز کردن برس است. معمولاً در پشت فرچه و غلتک‌های برس حجم زیادی پرز و موهای سطح فرش جمع می‌شوند که قدرت غلت خوردن به برس را نمی‌دهند. بهتر است برای جدا کردن کامل این مواد از یک قیچی دم باریک یا پاه چاقوی تیز استفاده کنید. سپس برای محکم‌کاری با یک مسواک سفت و مواد شوینده لبه‌های برس و غلتک‌ها را تمیز کنید. حالا وقت آن رسیده که به سراغ کیسه جاروبرقی برویم. کیسه را به همراه فیلتر خارج کنید. اگر امکان شست و شو وجود دارد هر دو قطعه را با آب گرم و مواد شوینده بشویید و سپس با گذاشتن در هوای آزاد صبر کنید تا خشک شوند. بهتر است برای جلوگیری از بوی نامطبوع مخزن کیسه و فیلتر، یک بوگیر کیسه‌ای را داخل این مخزن قرار دهید. مرحله آخر پاک کردن بدنه درونی و بیرونی جاروبرقی است. با یک کهنه نخی آغشته به مواد شوینده داخل مخزن را پاک کنید و با یک کهنه نخی کاملاً خشک کنید.

حرکت آخر...

تمام وسایل جانبی جاروبرقی از قبیل لوله، شلنگ و اتصالات را بعد از خشک شدن در جای خود قرار دهید. کیسه و فیلتر جاروبرقی را اگر کاغذی هستند عوض کنید.

