

IQY SAFETY TRAINING (ONLINE)

အလုပ်ခွင်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာသင်တန်း ။ [ဩစတြေးလျမှတ်စုများ။

ရေးသူ - ဒေါက်တာကျော်နိုင်

ရည်ရွယ်ချက်

လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးအသိပညာဗဟုသုတချို့ တွဲမှုကြောင့် လုပ်သားများမသေသင့်ဘဲသေဆုံးခြင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းများစွာ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။

ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင် အလုပ်ခွင်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာ သင်တန်း မှတ်စုများကို မြန်မာဘာသာသို့ ပြန်ဆို တင်ပြပါသည်။

အလုပ်ခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ဘယ်သူတွေတာဝန်ရှိသလဲ ။

(၁) အလုပ်သမား

(၂) အလုပ်ရှင်

(၃) အစိုးရတို့ သည် အလုပ်ခွင်အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေးတာဝန်ရှိကြသည်။

အလုပ်သမား

အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာရမည်။ အန္တရာယ်

ကင်းရှင်းရေး ကို ဦးတည်သော လက်တွေ့ လုပ်ငန်းစဉ်များကို ကျင့်သုံး လုပ်ဆောင်ရမည်။ တစ်ဦးချင်း စီ

အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး အတွက် အကာအကွယ် ကိရိယာများ ၊ ပစ္စည်းများသုံးစွဲရမည်။ ကာကွယ်ရေး ဘိနပ်များ စီးရမည်။ ကာကွယ်ရေး အင်္ကျီ ၊ ဝတ်ရမည်။ ကာကွယ်ရေး မျက်မှန် တပ်ရမည်။ ဦးထုပ် ၊ လက်အိတ်၊ နားပြား တပ်ဆင်ရမည်။ မျက်အုပ် တပ်ဆင်ရမည်။

ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများ ကိုကိုင်တွယ် အသုံးပြု သောကြောင့် အဆိုပါ ဓာတုပစ္စည်းများသည် လက်မှတ်ဆင့် သွေးကြောများ သို့ ပျံ့နှံ့ ဝင်ရောက်ပြီး ကင်ဆာရောဂါ ဖြစ်စေနိုင်သဖြင့် ထုတ်လုပ်သူက ညွှန်ကြားသော လက် အိတ်ကို ဝတ် ဆင်ရမည်။

အလုပ်ရှင် များ

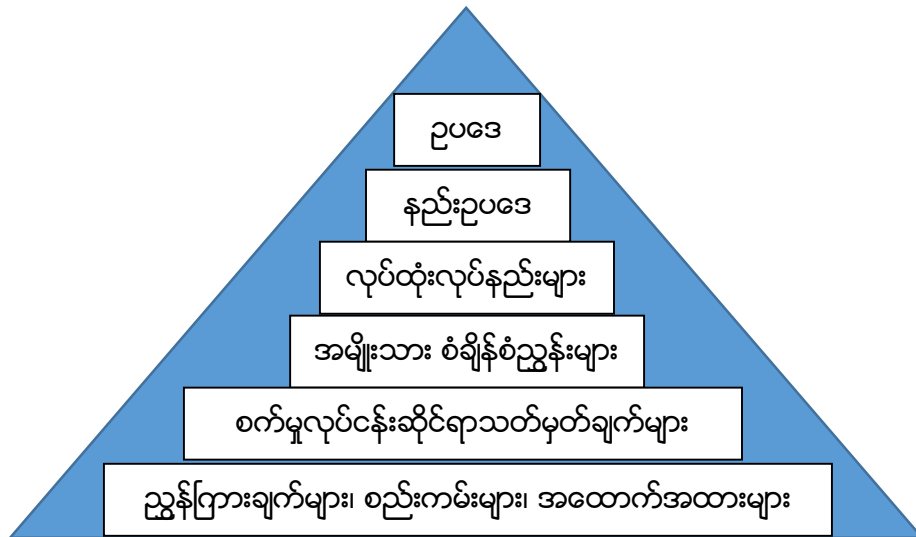
အလုပ်ရှင် အနေဖြင့် အန္တရာယ် လုံခြုံသော လုပ်ငန်းခွင် စီစဉ်ပေးရမည်။ အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး ကိရိယာများ တပ်ဆင်ပေးရမည်။ သင့်တော်သော အလင်းရောင်၊ အသံ၊ တုန်ခါမှုထိန်းချုပ်ပေးရမည်။

အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမား ပူးတွဲပါသော အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ကော်မတီ များဖွဲ့စည်းကာ အန္တရာယ် ရှိသော ပြုပြင်ရန်လိုသော စက်ကိရိယာများကို ပြင်ဆင်ခြင်း ၊ အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ လုပ်ထုံးများကိုချမှတ်ရမည်။

အစိုးရ

အလုပ်ခွင် အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ ဥပဒေများ ထုတ်ပြန်ရမည်။ လုပ်ငန်းအပေါ်မူတည် ကာ သက်ဆိုင်ရာ လုပ်ပိုင်ခွင့် ချမှတ်ပေး ရမည်။ လုပ်ငန်းခွင်များ ကို ဝင်ရောက်စစ်ဆေးကာ အန္တရာယ် ရှိမရှိ သုံးသပ်ရမည်။ အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များချမှတ်ခြင်း ၊ ဥပဒေများကို လိုအပ်သလို ပြုပြင်ရမည်။

အလုပ်ခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာ ဥပဒေ ဘောင် ၊ ၎င်း၏သွင်ပြင်လက္ခဏာ



အလုပ်ခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ အခြေခံ

လုပ်ငန်းခွင် တွင် လုပ်ကိုင်သူ အားလုံးကို ကြောင်းကျိုး ဆီလျော်ညီညွတ်စွာဖြင့် ဖြစ်နိုင်သော ကာကွယ်မှုများကို ပေးရမည်။

အလုပ်ခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာဥပဒေများ၏ ရည်ရွယ်ချက်များ

- လုပ်ငန်းခွင် ရှိသူ အားလုံးအတွက် ကျန်းမာရေး ၊ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ၊ လူမှုဘဝဖူလုံရေး တို့ ကို စိတ်ချသေချာစွာ ရရှိစေရန် နှင့် တိုးမြှင့်ပေးရန်
- လုပ်ငန်းခွင်တွင် လုပ်ဆောင်မှုများကြောင့် ထိခိုက် အနာတရ အန္တရာယ် များကို မဖြစ်စေရန် ကာကွယ်မှု ပေးရန်
- ထိခိုက် ဒဏ်ရာရခြင်း ၊ နာမကျန်း ဖြစ်ခြင်း တို့မှ ကာကွယ်ပေးပြီး အန္တရာယ် ကင်းသော လုပ်ငန်းခွင် ပါတ်ဝန်းကျင် ကို ဖန်တီးပေးရန်

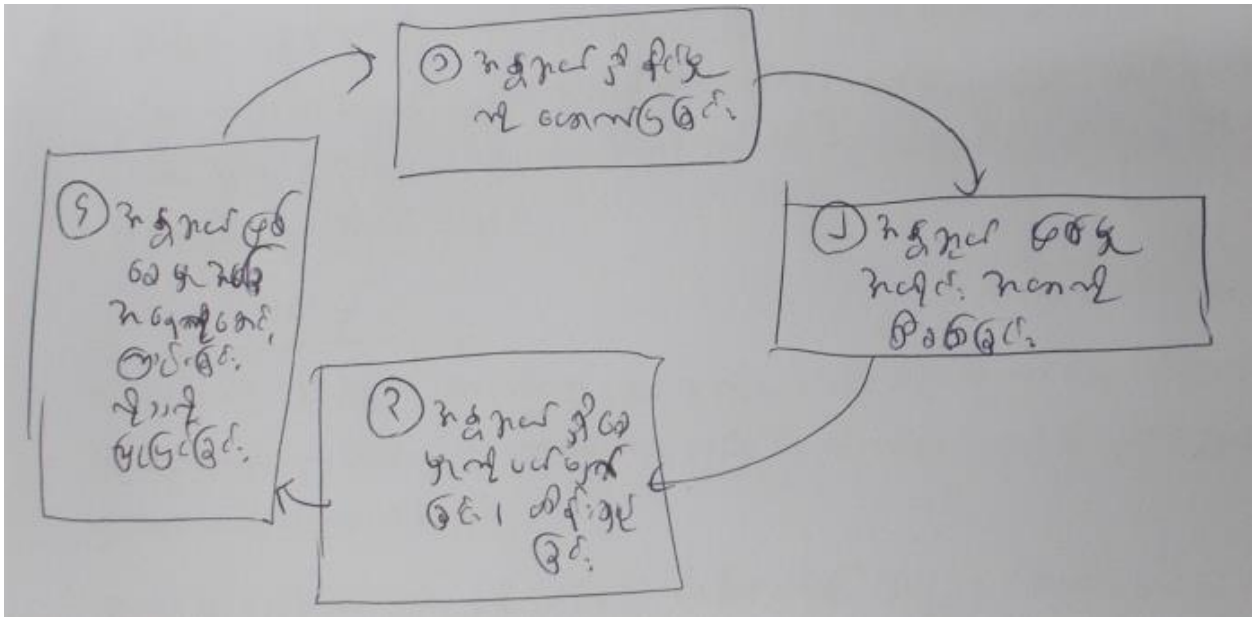
- သက်ဆိုင်ရာ အလုပ်ခွင် အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဥပဒေ ၏ ရည်ရွယ်ချက် အထောက်အကူအကူအညီအတွက် အလုပ်ရှင် နှင့် အလုပ်သမားတို့ အကြားပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း ၊ တိုင်ပင်ခြင်းများ ပြုလုပ်စေရန် ထောက်ပံ့ပေးရန်၊
- အလုပ်ခွင်တွင် အသုံးပြုသော ပစ္စည်း ကိရိယာများ ၏ အန္တရာယ် နှင့် ပတ်သက်ကာ လိုအပ်သော လုပ်ငန်း ဆောင်တာများ ပြုလုပ်ရန်
- ပြည်သူတို့ ကို လုပ်ငန်းခွင် အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ အသိပညာ များပေးရန်

အလုပ်ပိတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်း

လုပ်ငန်းခွင်သည် အန္တရာယ် ဖြစ်စေသော အရာများမှ ကင်းဝေး ရမည်။ ကြမ်းပြင်မျက်နှာပြင်များ သန့်ရှင်းရမည်။ သင့်တော်သော အမှိုက်ပုံးများထားပေးရမည်။ ပစ္စည်းများကို လုံခြုံ စိတ်ချစွာ သိမ်းဆည်းရမည်။ လူသွားလမ်း ကြောင်းများ မပိတ်ဆို့ရ။

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေစစ်ဆေးခြင်း

အလုပ်ခွင်တွင် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေကို အလုပ်မစမီ စိစစ်ရမည်။ အောက်ပါပုံသည် ထို သို့ စိစစ်ရေးစံနှစ်ပုံ ဖြစ်သည်။



ထိန်းချုပ်ရေး အစီအမံများ

အန္တရာယ်ဖြစ်စေမှုကို ထင်ရှားစွာ သိမြင်ရပြီ ဆိုပါက ထိန်းချုပ်ရေး အစီအစဉ်ကိုလည်း ပူးတွဲပြုလုပ်ရန် လိုပါသည်။

အန္တရာယ်	ထိန်းချုပ်ကာကွယ်မှု အစီအစဉ်
ဓာတ်အားဖြန့်ဖြူးသောရုံမှ အကာအကွယ်မဲ့ ဓာတ်ကြိုးများ ကြောင့် ဓာတ်လိုက်နိုင်မှု	-အဓိကကျသော ခလုတ်ခုံကို သော့ခတ်သည့် အစီအစဉ်ပြုလုပ်ထားခြင်း -ဓာတ်အားရှိကြောင်းစာတန်းရေးဆွဲခြင်း -အန္တရာယ်ရှိစေသောဓာတ်ကြိုးများတွင် ဓာတ်အားရှိမရှိ စမ်းသပ်ခြင်း နှင့် သင့်လျော်စွာ ကာကွယ်ခြင်း ။

ထိုကဲ့သို့ ထိန်းချုပ်ကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်တို့ကို ကြိုတင်စီစဉ်ရာတွင် ပစ္စည်းကိရိယာများကိုကာကွယ်ခြင်း၊ အလုပ်၏ သဘောသဘာဝကိုလေ့လာခြင်း ၊ အလုပ်ကြာမြင့်ချိန်ကို စိစစ်ခြင်း ၊ လက်တွေ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလုပ်အခြေအနေနှင့် လုပ်ကိုင်သော လုပ်သား၏ လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း စွမ်းရည်တို့ကို စိစစ်ခြင်းများပါဝင်သည်။

အလုပ်ပတ်ဝန်းကျင်

အလုပ်ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုသော ဝေါဟာရမှာ အလုပ်သမားများလက်တွေ့ အလုပ်လုပ်နေသောနေရာ ၊ လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်သောနေရာ ၏ အဓိကနေရာ နှင့် အလုပ်သမားများရှိနေသောနေရာ ဖြစ်ပါသည်။

အလုပ်နေရာသို့ ဝင်ရောက်ရန် ခွင့်ပြု သည့် စံနှစ် အရ သင့်တော်သော လေ့ကျင့်ပေးသူ ၊ စိတ်ပိုင်းရှုပ်ပိုင်းစွမ်းဆောင်နိုင်သူနှင့် တာဝန်ရှိသူ များသာ အလုပ် နေရာသို့ ဝင်ခွင့် ရှိပါသည်။

အလုပ်နေရာတွင် လူသေမှု ဖြစ်ပွားခြင်း ၊ ဆိုးဝါးစွာထိခိုက်မှု ၊ နာမကျန်းမှု ဖြစ်ပွားခြင်း ၊ အန္တရာယ်ရှိစေသော ဖြစ်ရပ်တစ်ခုခု ဖြစ်ပွားခြင်း ကို သတ်မှတ် အချိန် အတွင်း အကြောင်းကြားရန် လိုအပ်ပါသည်။

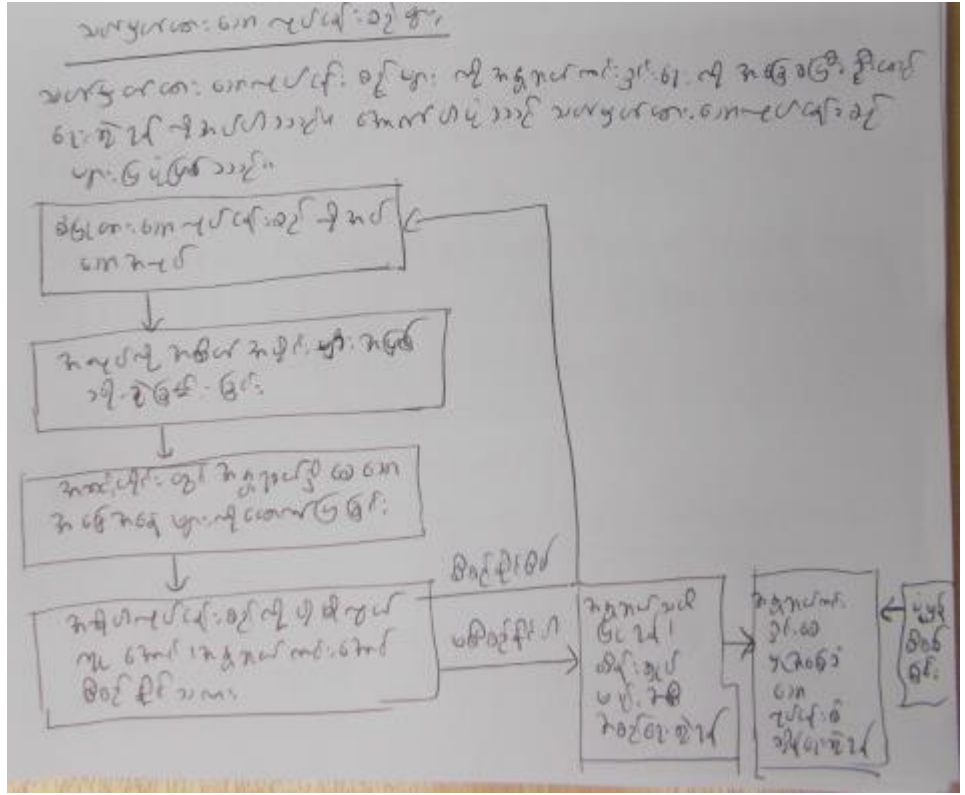
အလုပ်နေရာတွင် သတ်မှတ်ထားသော အမှတ် သင်္ကေတဆိုင်ရာဘုတ်များကို သတ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

အန္တရာယ် ရှိစေမှုကို ထိန်းချုပ်ခြင်း

- အန္တရာယ်ရှိစေသော အရာကို ရပ်ဆိုင်းခြင်း
- အန္တရာယ်ကင်းစေသော ပစ္စည်းကို ပြောင်းလဲအသုံးပြုခြင်း
- အန္တရာယ် ရှိစေသော အပိုင်းကို သီးသန့် ခွဲထုတ်ခြင်း
- အန္တရာယ်ရှိစေသော အလားအလာကို လျော့ချစေမည့် ကိရိယာများတပ်ဆင်ခြင်း
- လုပ်သားတို့ အလုပ်လုပ်နေသော နည်းလမ်းကို ပြောင်းလဲခြင်း
- တကိုယ်ရည်ကာကွယ်ရေးကိရိယာများတပ်ဆင် ဝတ်ဆင်ခြင်း

သတ်မှတ်ထားသော လုပ်ငန်းစဉ်များ

သတ်မှတ်ထားသောလုပ်ငန်းစဉ်များကို အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးကို အခြေခံပြီး ဦးတည်ရေးဆွဲရန် လိုအပ်ပါသည်။ အောက်ပါပုံသည် သတ်မှတ် ထားသော လုပ်ငန်းစဉ် များပြပုံ ဖြစ်သည်။



လုပ်ငန်းခွင်ရှိ အန္တရာယ်ဖြစ်စေမှုများ

အသံ၊ ဓာတ်ရောင်ခြည် ၊ အလင်းရောင် ၊ တုန်ခါမှု ၊ အပူချိန် ၊ စိုထိုင်းဆ ၊ အလုပ်ကြောင့်ကိုယ်ခန္ဓာ ထိခိုက်ခြင်း ၊ အဆိပ်အတောက် ၊ ဖုန်များ ၊ ပျော်ရည်များ၊ ကော်များ၊ လျှပ်စစ် သံလိုက်လှိုင်းများ ၊ ဘက်တီးရီးယား ဗိုင်းရပ်စ်များ ၊ အပင်များ ၊ ဓာတ်မြေဩဇာများ ၊ ပိုးသတ်ဆေးများ ၊ သတ္တဝါတို့ ၊ အဆိပ်များ၊ ပိုးမွှားများ၊ ကူးစက်ခြင်းများ၊ ချောခြင်း ၊ ချော်လဲခြင်း ၊ အမြင့်မှကျခြင်း ၊ ကိရိယာများ၊ လျှပ်စစ် ကိရိယာများ ။

အောက်ပါတို့ သည် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးကို ဦးတည်ရေးဆွဲထားသော အလုပ်စံချိန်၊ လုပ်ငန်းစဉ် နမူနာများဖြစ်ပါသည်။

- (၁) လျှပ်စစ်မော်တာကို ဓာတ်အားပေးလိုင်းသို့ ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်
- (၁) မော်တာ၏ပို အား၊ လျှပ်စီးကြောင်း ၊ ပါဂါတို့ ကို NAME PLATE တွင်ပြောညွှန်းပါ။
- (၂) AC သို့ မဟုတ် DC မော်တာ အမျိုး အစား ခွဲခြားပါ။

- (၃) ပတ်လမ်းရှိ ဝိုင်းအားကို မိတာဖြင့်တိုင်းတာပါ။
- (၄) မင်္ဂါဖြင့် မော်တာ ဧါလျှပ်စစ်ခုခံအားကိုတိုင်းပါ။
- (၅) မော်တာကိုယ်ထည်တွင် ပျက်စီးမှု အပြစ် အနာအဆာတို့ ကို စစ်ဆေးပါ။
- (၆) မော်တာသို့ ဆက်သွယ်ရန် ငြိုး ၊ ပလပ် ၊ စသည်တို့ ကို စစ် ဆေးပါ။
- (၇) လျှပ်ကာ လက်အိတ်ဖြင့်မော်တာကို ကိုင်တွယ်ပါ။
- (၈) မော်တာကို ဓာတ်အားလှိုင်းသို့ ဆက်ပါ။
- (၉) အသံနှင့် တုန်ခါမှု ကို စောင့်ကြည့်ပါ။
- (၂) ဓာတ်ဆီဆိုင်တွင်လုပ်ကိုင်ခြင်းအတွက် အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး စံနှစ်

အန္တရာယ်ကို ငြှို တင်ကာကွယ်ခြင်း

- လျှပ်ကာ မပါသော ဓာတ်ငြိုး မရှိစေရ
- ဘတ်ထရီ အားသွင်းကိရိယာ မသုံးရ
- မီးချောင်းမသုံးရ
- လျှပ်စစ် အန္တရာယ် လုံခြုံ ပေး ကို ကျင့်သုံး ရန်

အန္တရာယ် ဖြစ်စေမှု ကို ကန့် သတ်ခြင်း ၊ သီး သန့် ထားခြင်း

- လောင်စာအားလုံးကို ဖယ်ရှားခြင်း
- မီးပွားဖြစ်စေသော ဓာတ်အား ပေး ခလုတ်များကို ဖယ် ရှားခြင်း

အန္တရာယ်ကို လျော့ ချခြင်း

- ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ် မီးသတ်ဗူးများကို အသုံးပြုခြင်း

အလုပ်ခွင်တွင်ဖြစ်ပေါ်စေသော အန္တရာယ်များ

ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုများ

ချော်လဲခြင်း ၊ အမြင့်မှကျခြင်း ၊ တုန်ခါခြင်း ၊ ဓာတ်ရောင်ခြည်သင့်ခြင်း ၊ အသံ ၊ ဖုန်းကာ မထားသော စက်ပစ္စည်းကြောင့်ထိခိုက်ခြင်း ၊ လျှပ်စစ်ဓာတ်လိုက်ခြင်း ၊

အလုပ်မှရရှိသော ဒဏ်များ

ထိခိုက်စေသော အလုပ် ၊ ကြိမ်ရေ ၊ မှားယွင်းသော ကိုယ်ခန္ဓာ ၊ အနေအထား အလင်းရောင်အားနည်းခြင်း ၊ မှားယွင်းစွာ စီစဉ်ထားသော အလုပ်နေရာ တို့ ကြောင့်လည်း ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ဒဏ်များရရှိစေပါသည်။

ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများ၏ အန္တရာယ်များ

ဓာတုဗေဒ ဆေးရည်များ ၊ အစိုင်အခဲများ ၊ သန့်ရှင်းရေး ကိရိယာ အရည်များ ၊ ငွေ့ ရည်များ ၊ အငွေ့ များ ၊ အနံ့ ရာယ် ငြှီးသော ဓာတ်ငွေ့ များ

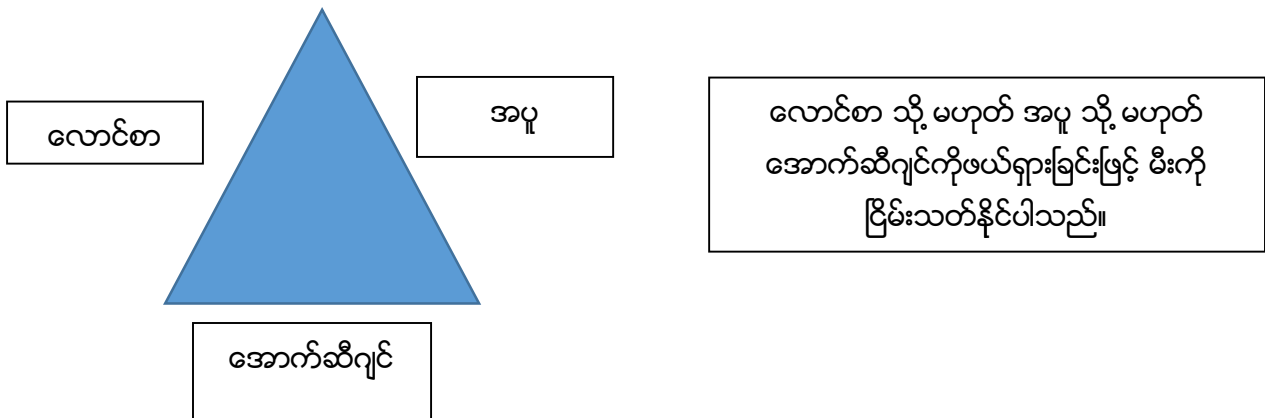
ဖိလ်ဆိုင်ရာ အန္တရာယ်များ

တိရိစ္ဆာန်များ ၊ အပင်များ ၊ ဘတ်တီးရီးယားများ၊ အင်းဆက်များ

အထက်ပါတို့ ကို ကာကွယ်မှုများလုံလောက်စွာ ပြုလုပ်ထားရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။

မီးဘေးကာကွယ်ခြင်း

မီးလောင်စေမှုသည် အချက် ၃ ရပ်အပေါ်မူတည်ပါသည် ။ ယင်းတို့ ၏ ဆက်စပ်မှုကို အောက်ပါပုံတွင် ဖော်ပြထားသည်။



အောက်ပါပုံသည် မီးအမျိုးအစားကိုမူတည်ပြီး အသုံးပြုရမည့် မီးသတ် ကိရိယာများဖြစ်ပါသည်။

အမြှုပ်ပါဝင်သော မီးသတ်ကိရိယာ (Foum Type Fire Extinguisher)

သိပ်သည်းစွာ စီမံထားသော အမြှုပ်ထွက်စေသည့် ဖျော်ရည်နှင့် ရေတို့ ကို ပူးပေါင်းထားသည်။

ဆီကြောင့်ဖြစ်စေသော မီးကို ငြိမ်းရန် သင့်တော် ၏

စိုစွတ်သောဓာတု ပစ္စည်းမီးသတ်ကိရိယာ (Wet Chemical Extinguisher)

-ပက်ဖြန်းနိုင်သော အရည်

-မျက်နှာပြင်ကိုအေးစေပြီး အပူ ကို ဖယ်ထုတ် ၏

ခြောက်သွေ့သော ဓာတု ပစ္စည်းပါဝင်သည့် မီးသတ်ကိရိယာ

လောင်စာမှ အောက်ဆီဂျင် ကို ဓာတ်ပြု ပြီး ဖယ်ရှား ၏

-ဓာတုဗေဒဓာတ်ပြုခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေသောမီးကိုလည်း ဓာတ်ပြုမှုကို ရပ်ဆိုင်းစေခြင်းဖြင့် ငြိမ်းသတ်၏
ရေအသုံးပြု မီးသတ်ကိရိယာ

အစိုင်အခဲမှ ဖြစ်စေသော မီးကို ငြိမ်းသတ်၏

ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်မီးသတ်ကိရိယာ

လျှပ်စစ်ကြောင့်လောင်ကျွမ်းသောမီးကို ငြိမ်းသတ်၏

သတ်မှတ်ချက်	မီးအမျိုးအစား	Foam	Wet Chemical	Dry Chemical	Water	CO2
A	အစိုင်အခဲ သစ်သား စက္ကူ	သင့်တော်၏	သင့်တော်၏	သင့်တော်၏	သင့်တော်၏	မသင့်တော်
B	မီးလောင်လွယ်သောအရည်	သင့်တော်၏	မသင့်တော်	သင့်တော်၏	မသင့်တော်	သင့်တော်၏
C	မီးလောင်လွယ်သောဓာတ်ငွေ့	မသင့်တော်	မသင့်တော်	သင့်တော်၏	မသင့်တော်	မသင့်တော်
E	လျှပ်စစ်	မသင့်တော်	မသင့်တော်	သင့်တော်၏	မသင့်တော်	သင့်တော်၏
F	ချက်ပြုတ်ဆီ အဆီများ	သင့်တော်၏	သင့်တော်၏	သင့်တော်၏	မသင့်တော်	မသင့်တော်

ခန္ဓာကိုယ် အသုံးပြု ကာ ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ် လုပ်ဆောင်ခြင်း

ခန္ဓာကိုယ် ကို အသုံးပြု ကာ ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ်ခြင်း သည် လက် သို့ မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ် ကို အသုံးပြု ကာ အောက်ပါတို့ ကို လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

- ပေါ့ပါးသော ၊ အသင့်အတင့်လေးသော ၊ လေးလံသော ဝန် ကို မြင်း ၊
- ဆွဲခြင်း ၊ တွန်းခြင်း ၊ ဒရုတ်တိုက် ဆွဲခြင်းဖြင့် ရွေ့ လျားစေခြင်း ၊
- ကိရိယာများ၊ အရာဝတ္ထု များကို ကောက်ယူခြင်း ၊ သိမ်းဆည်းရန်အတွက် စုဆောင်းခြင်း၊
- ကိရိယာများ၏ အနေအထားကို ချိန်ညှိခြင်း ၊
- ဝန်များကို ပြန်ချခြင်း ၊

ပါဝါအသုံးပြုသော ကိရိယာများကို ကိုင်တွယ်လုပ်ဆောင်ခြင်း ၊ သပ်များလျှို့ ခြင်း ၊ တဖန်တလဲလဲ လှုပ်ရှားခြင်း ၊ ဝက်အူလှည့် သုံးခြင်း ၊ ကွန်ပြူတာကီးဘုတ်ကို နှိပ်ခြင်းသည်တို့ လည်း အကျုံး ပါပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ် အသုံးပြုခြင်းကြောင့် ရရှိနိုင်သော ဒဏ်များ

ခါးနာ ၊ ကျောနာခြင်း

ကျောရိုး၊ ခါးရိုး အဆစ်များ၊ အရွတ်များ စသည်တို့ကို ပျက်စီးခြင်း ၊ လက် ၊ ခြေထောက် ၊ လက်ချောင်း ၊ ခြေချောင်းများ ဒဏ်ရာရခြင်း ၊ လက်ကောက်ဝတ် ၊ လက် ၊ ဒူး စသည်တို့ကို ဒဏ်ရာရခြင်း ၊ ကျော ၊ ခါး ၊ ပုခုံး ၊ လက် ဒဏ်ရာရခြင်း ၊ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများ စုတ်ပြဲခြင်း ၊ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ် အပိုင်းကလီစာများကို ထိန်းချုပ်ထားသော ကြွက်သား များပုံမှန် အခြေအနေ မှ ပျက်စီးခြင်း ။

ကျောရိုး ၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများ

- ခန္ဓာကိုယ် တွင် လှုပ်ရှားမှု တိုင်းသည် ကျောရိုး တွင် လှုပ်ရှား မှုကို ဖြစ်စေပါသည်။
- ခန္ဓာကိုယ် လှုပ်ရှား မှု ပြု ခြင်းတိုင်း အတွက် ကျောရိုးတွင် ဒဏ်ဖြစ်စေ၏
- ခန္ဓာကိုယ် အောက်ပိုင်းရှိ ကျောရိုး သည် လွန်စွာ ရွေ့လျား လှုပ်ရှား နိုင်၏
- အရှေ့ အနောက် ရွေ့လျားခြင်း ၊ လိပ်ခြင်း တို့ပြု ၏

မမှန်ကန်သော နည်းလမ်းဖြင့် ဖိခြင်း၊ ရွေ့ခြင်း ပြုပါက ကျောရိုး အဆစ် များကို အတူတွဲထားသော ကြွက်သားများ ၊ အရွတ်များတွင် ဒဏ်ဖြစ်စေ ၏ ။ ထို့နောက် ကျောရိုး အဆစ်များနေရာ လွဲပါက ခါးနာခြင်းဝေဒနာ ကို ခံစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

-ရုတ်ချည်းဖြစ်သော ဒဏ်ကြောင့်လည်းကောင်း၊ ကြာရှည်စွာ ဖြစ်ခဲ့သည့် ဒဏ်ကြောင့်လည်းကောင်းခါးနာမှု ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ မညီညာသောမျက်နှာပြင်တွင် လေးလံသော ပစ္စည်းများကို သယ်ပိုးပြီး လမ်းလျှောက်ခြင်းမှ တိုက်ရိုက် ဒဏ်ရာ ဖြစ်စေနိုင်၏

မခြင်း၏နည်းလမ်းစဉ်များ

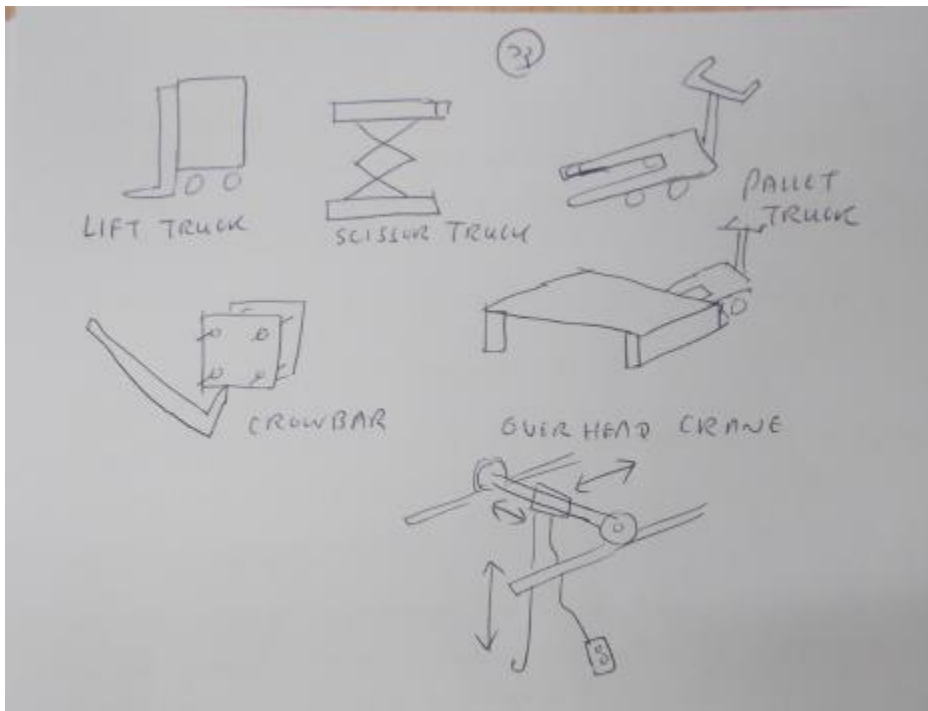
- ပစ္စည်းတစ်ခုကို မမမှီ အလေးချိန်ကို စိစစ်ပါ။
- ယင်းပစ္စည်း ဘယ်မှာရှိသည် ၊ ဘယ်လိုပုံစံအနေအထား ဖြင့်ရှိသည်ကို စိစစ်ပါ။
- ဝန် ၏ သဘောသဘာဝ ကို စိစစ်ပါ။
- ဝန်ကို ဘယ်နေရာ ၊ ဘယ်အချိန်တွင် သယ်ရမည်ကို စိစစ်ပါ။
- ဝန်ကို မရန် ဘာတွေလိုသလဲ ဆိုတာစိစစ်ပါ။
- မသေချာပါက ၊ သံသယရှိပါက တစ်ဦးတည်း မမေးပါနှင့် ၊ မသော အခါတွင် အောက်ပါတို့ကို လိုက်နာရမည်။
- ဝန်ကို ခန္ဓာကိုယ်နှင့် နီးကပ်စွာ ထားပါ။ ခန္ဓာကိုယ် ၏ ညီမျှခြေကို ထိန်းသိမ်းပါ။
- ဒူးကိုကွေးပြီး ထိုင်ပါ ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို မတ်မတ်ထားပါ။
- ဒူးကို တဖြည်းဖြည်းချင်းဆန့် ပြီး ၊ ထပြီး မပါ။

- မပြီးသောအခါ ခန္ဓာကိုယ် ကို မလှည့်ပါနှင့်။
- ဝန်ကို ပြန်ချသော အခါတွင်လည်း ဒူးကိုကွေးပြီး ထိုင်ပါ။
- ပစ္စည်းကို လက်တစ်ဖက်ကို အသာဆွဲထုတ် ကာ ကြမ်းပြင် သို့ တစ်ဖက် ချပြီး နောက်တစ်ဖက်ကိုလည်း လက်ကို အသာဆွဲထုတ်ပြီး ချပါ။

လူဖြင့် သယ်ဆောင်ရေး အတွက် ထောက်ကူပြု ကိရိယာများ

မခြင်း ၊ ကိုယ်ကို ကိုင်းခြင်း တို့ ကို လျော့ချစေရန် ထောက်ကူပြု ကိရိယာများ ကို ဖြစ်နိုင်သမျှ သုံးစွဲပါ။

ယင်းတို့မှာ - LIFT TRUCK , SCISSOR TRUCK , PALLET TRUCK , LEVER, CROWBAR, GLOVE တို့ ဖြစ်ပါသည်။



ဓာတုပစ္စည်းများအန္တရာယ် လုံခြုံရေး

ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများ တွင် အောက်ပါတို့ကို ပါဝင်ကြပါသည်။

အရည်များ (ဥပမာ ဆာလ်ဖျူရစ် အက်စစ်)

အစိုင်အခဲများ (ဆီလီကွန်ဂျယ်လီ)

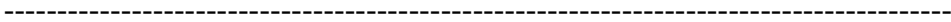
ဓာတ်ငွေ့ (ဥပမာ အောက်ဆီဂျင် ၊ အက်စီတလင်း)

ငွေ့ရည်များ (ဥပမာ အငွေ့ များ စွန့် ထုတ်မှု)

အလုပ်များတွင် ဓာတုပစ္စည်းများကို အန္တရာယ်ကင်းစွာ ကိုင်တွယ် အသုံးပြု နိုင်ရန် အောက်ပါတို့ .ကို လိုအပ်ပါသည်။

- ဓာတုပစ္စည်းအမျိုးအစား
- ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းကိုင်တွယ်ခြင်း ၊ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းခြင်း အတွက် အန္တရာယ် ကင်း ညွှန်ကြားချက် အချက်အလက် စာရွက်၊
- ဓာတုပစ္စည်းများသည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်ပြုသည် .အရည်အချင်း လည်းရှိကြ၏ ထို .ကြောင့် ဓာတုပစ္စည်းများကို အသုံးမပြုမီ တွင် ဖြစ်သော အန္တရာယ်ကို ကြိုတင်စိစစ် ကာ လိုအပ်သော ထိန်းချုပ်ကာကွယ်မှု နည်းလမ်းစဉ်ကို စိစစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဥပမာ ဘတ်ထရီ ဓာတ်အား သွင်းရန် ဆာလ်ဖျူ ရစ် အက်စစ် နှင့် ရေ ရောစပ်ခြင်း



အန္တ ရာယ် စိစစ်ချက်

ဆာလ်ဖျူ ရစ် အက်စစ်သည် အရေခွံ ကို လောင်ကျွမ်းစေသည်။ တစ်ရှူးများ မျက်လုံးများကို ပျက်စီးစေသည်။ ဓာတ်ငွေ့ များသည် အန္တရာယ် ရှိခြင်း

ကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်

တစ်ကိုယ်ရေကာကွယ်ရေးပစ္စည်းကို အသုံးပြု ရန်၊ ကာကွယ်ရေးမျက်မှန် ၊ ကာကွယ်ရေး လက်အိတ် ၊ ရင်ဘတ်ဖုံး (Apron) ၊ နှာခေါင်းကာကွယ်ရန် (Safety Mask) စသည်တို့ကို ဝတ်ဆင်ရမည်။

လုပ်ငန်း အစီအစဉ်

ဆာလ်ဖျူ ရစ် အက်စစ်သည် ရေကို ပြင်းထန်စွာ ဓာတ်ပြုသော သဘောရှိ ၏ ။ ထို့ကြောင့် အက်ဆစ် ကို နဲနဲ ချင်းထည့်ရန် လို၏ ။ နဲနဲချင်း ထည့်ခြင်းဖြင့် ဓာတ်ပြုမှုကို လျော့နိုင်၏ ။

လက်တွေ့ အစီအစဉ်

- ရေကိုဖန်ခွက်ထဲတွင် အရင်ထည့်ပါ။
- အက်ဆစ်ကို နဲနဲချင်းစီ ထည့်ပြီးမွှေပေးပါ။
- အက်ဆစ်ကို သိပ်သည်းဆ ကို Hydrometer ဖြင့် တိုင်းပါ။

Housekeeping

- ပြီးစီးသော အခါတွင် အက်ဆစ်ပါဝင်သော ပုလင်းကိုပိတ်ပါ။
- ဖန်ခွက်ကို သန့်ရှင်းပါ။ အက်ဆစ်ကို အချက်အလက်ပါစာတန်းနှင့် အတူ တွဲသိမ်းပါ။
- အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ် သိမ်းဆည်းရန် အောက်ပါ အထောက်အထားကို ရည်ညွှန်း အသုံးပြု နိုင်သည်။

AS2508 SAFE STORAGE AND HANDLING

INFORMATION CARD FOR HAZARDOUS MATERIALC

အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများ

အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများဆိုသည်မှာ ပေါက်ကွဲခြင်း ၊ မီးလောင်ခြင်း ၊ ကျန်းမာရေးကို အန္တရာယ် ရှိစေသော အစိုင်အခဲများ၊ အရည်များ ဖြစ်ကြသည်။ အဆိုပါ ပစ္စည်းများသည် အောက်ပါတို့ကို လည်းဖြစ်စေနိုင်၏

- အခြားသော ပစ္စည်းများနှင့် ပြင်းထန်စွာ ဓာတ်ပြုခြင်း ၊
- မသင့်လျော်စွာသိမ်းဆည်းပါက ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်ပေါ်ခြင်း ၊
- အန္တရာယ် ကင်းအပူချိန်၊ ဖိအားတွင် မထားပါက ပေါက်ကွဲခြင်း ၊
- အလင်းရောင်ကို ထိတွေ့ခြင်း ၊ အချို့သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေအနေ တွင် ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ခြင်း
- စိမ့်ထွက်ခြင်းကြောင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် ကို ညစ်ညမ်း ထိခိုက်ပျက်စီးစေနိုင်သည်။

အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများသည် ကိုင်တွယ် သုံးစွဲနေသော အလုပ်သမားကို ချက်ခြင်း အန္တရာယ် ပြုစေနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် မည်သည့် ပစ္စည်း သည် အဆိပ်ငွေ့ ၊ မီးခိုး များထုတ်ပေးသည် ၊ မည်သည့် ပစ္စည်း သည် ဓာတုဗေဒ အရည်အချင်း အလွန်တက်ကြွသော ဓာတ်ပြု မှုဖြစ်ပေါ်တတ်သည် ။ မည်သည့် ပစ္စည်းသည် မသင့်တော်သော အပူချိန် ၊ ဖိအားတွင်များပါက ပေါက်ကွဲစေနိုင်သည်။ မည် သည့် ပစ္စည်း သည် လေ (သို့ မဟုတ်) အခြားသော ပစ္စည်းများနှင့် အတူ တွဲထားပါက အန္တရာယ် ရှိစေနိုင်သည် ကိုသိရန် လို၏ ။

အောက်ပါတို့ သည် အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းအမျိုးအစား ခွဲခြားချက်ဖြစ်၏ ။

အန္တရာယ် ရှိစေသော ပစ္စည်းများ

- ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရစေခြင်း ၊ ဖျားနာစေခြင်း ၊ရောဂါ ဖြစ်ပွားခြင်း

-ချက်ခြင်း အကျိုး သက်ရောက်၏ - ခနထိတွေ့ ရုံနှင့် ထိခိုက်မှု ဖြစ်၏ (ဥပမာ အက်ဆစ်)

- ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရစေခြင်း ၊ ဖျားနာစေခြင်း ၊ရောဂါ ဖြစ်ပွားခြင်း

-ရေရှည်တွင် အကျိုး သက်ရောက် ၏ - ရေရှည်ထိတွေ့ခြင်း ဖြင့် အကျိုးသက်ရောက်၏ (ဥပမာ ခဲဆော်သော အငွေ့ ကို ရှူခြင်း)

CHRONIC ILLNESS

- ကင်ဆာရောဂါ
- အဆုတ်နာရောဂါ
- သွေး အားနည်း ရောဂါ

မည်သည့်ပစ္စည်းသည် အန္တရာယ်ရှိ ပစ္စည်းဖြစ်သနည်း

-ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ၏ NATIONAL OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY COMMISSION'S (NOHSC) ၏ အန္တရာယ် ရှိ ပစ္စည်းများစာရင်းတွင် ပါဝင်သည်များ (သို့)

- NOHSC သတ်မှတ်ချက် နှင့် ကိုက်ညီသော ပစ္စည်းများ သည် အန္တရာယ် ရှိသော ပစ္စည်းများဖြစ်ကြ၏

အဆိုပါအန္တရာယ်ရှိပစ္စည်းများကို တင်သွင်းရာတွင် ထုတ်လုပ်သူက ရိုက်နှိပ်ဖော်ပြထားသော ကိန်းဂဏန်းသတင်း အချက်အလက်စာရွက်စာတန်းကို အတူ ပူးတွဲတင်ပြရန် လိုအပ်၏

MATERIALS SAFETY DATA SHEET (MSDS)

ပစ္စည်းများနှင့် ပတ်သက်သော အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေးဆိုင်ရာ ကိန်းဂဏန်းအချက်အလက်စာရွက်သည် ပစ္စည်းတစ်ခု အန္တရာယ် ကို မည်သို့ ကာကွယ်ရမည်ကို ညွှန်းခြင်းများသည် အချက်အလက် များပါသော အထောက်အထားများဖြစ်ပါသည်။

ယင်းတို့ တွင် အောက်ပါတို့ ပါရှိပါသည်။

- အမျိုး အစား သတ်မှတ်ချက်
- ပါဝင်သော အရာများ
- မည်ကဲ့သို့ အန္တရာယ် ကင်းစွာ သုံးနိုင်သည်
- ကျမ်းမာရေးကို ထိခိုက်စေမှု
- သူနာပြု လုပ်ငန်း ညွှန်ကြားချက်
- အန္တရာယ် ကင်းစွာ သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်း

အထက်ပါ တို့ တွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်သင့် ၏

- ပစ္စည်း၏အမည်
- ထုတ်လုပ်သူနှင့်ပတ်သက်သော အချက်အလက်များ
- ဓာတုဗေဒ ဓာတ်ပေါင်းများ
- ကျမ်းမာရေးကို ထိခိုက်စေမှု

- အရေးပေါ်သူနာပြု ဂေ့ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ
- သိုလှောင်သိမ်းဆည်း ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်နည်း
- ယုံထွက်ခြင်း ၊ လျှံထွက်ခြင်း ကို ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် စွန့်ပစ် ရေး နည်းလမ်းစဉ်
- မီးသတ်သမားများအတွက် အရေးပေါ် သတင်း အချက်အလက်များ

အဆိုပါ တို့ သည် အလုပ်သမားများကို ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများ ၏ အန္တရာယ်တို့ ကို သတိပေးခြင်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများကို အမျိုး အမည် သတ်မှတ်သတိပေးချက် ချိန်ဆွဲ ရာတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်ရမည်။

- ဆက်သွယ်ရန် ထိရောက်သော လုပ်ငန်းစဉ်
- ဓာတုဗေဒ အန္တရာယ်
- အန္တရာယ်ရှိကြောင်းမျက်မြင်သတိပေးချက်
- ပတ်ဝန်းကျင် နှင့် ကျန်းမာရေး ကို ထိခိုက်စေမှု သတိပေးချက်

ဓာတုဗေဒပစ္စည်းများကို သိုလှောင်ခြင်း

ထိုသို့ သိုလှောင်ရာတွင် အောက်ပါအချက် ၂ ရပ်ပါဝင်ရမည်။

(၁)ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းများစာရင်း

(၂)ပစ္စည်းတစ်ခုချင်းစီ အတွက် ထုတ်လုပ်သူဆီ မှထားသော MSD

ဓာတုဗေဒပစ္စည်းများကို သိုလှောင်ခြင်း

- အနည်းဆုံးပမာဏသာ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းရန်
- သိမ်းထားသော စင်များကို စာတန်းကပ်ရန်
- MSD တွဲဖက်ထားရန်
- သိမ်းဆည်းထားသော နေရာကို သော့ခတ်ရန်
- ယိုစီးခြင်း ၊ လျှံထွက်ခြင်း ကို ကာကွယ်ရန် အတွက် အရည်ကို အစိုင်အခဲ များ၏ အပေါ်ထပ်တွင် မထားသင့်ပါ။
- သိုလှောင်သိမ်းဆည်းသော ပုံး ၊ ခွက် ၏ အရွယ်အစား ကို ကန့်သတ်ပါ။
- စင်များကို ဝန် လွန်မတင်ရ
- ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းထည့်ထားသော ပုံး ၊ ခွက် များကို ငြမ်းပြင်ပေါ်တွင် မထားရ။

-သတ်မှတ်ရက်လွန်နေပြီး ဖြစ်သော ဓာတုဗေဒ ပစ္စည်းမားတို့ကို သတ်မှတ် ညွှန်ကြားချက် အတိုင်းစနစ်တကျ စွန့်ပစ်ရန်။

အမြင့်တွင်အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း

အလုပ်သမားများသည် မြေမျက်နှာပြင် ပေါ်တွင် မဟုတ်ပဲ အမြင့်သို့ မဟုတ် မြေအောက်တွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ပါက အန္တရာယ်ရှိစေနိုင်သဖြင့် အောက်ပါ အထူးပြု လေ့ကျင့် သင်တန်းကို တက်ရောက်ရန် လို၏

အမြင့်တွင် အလုပ်လုပ်ခြင်း - Working at Height Training

မြေအောက်တွင် အလုပ်လုပ်ခြင်း - Confined Space Training

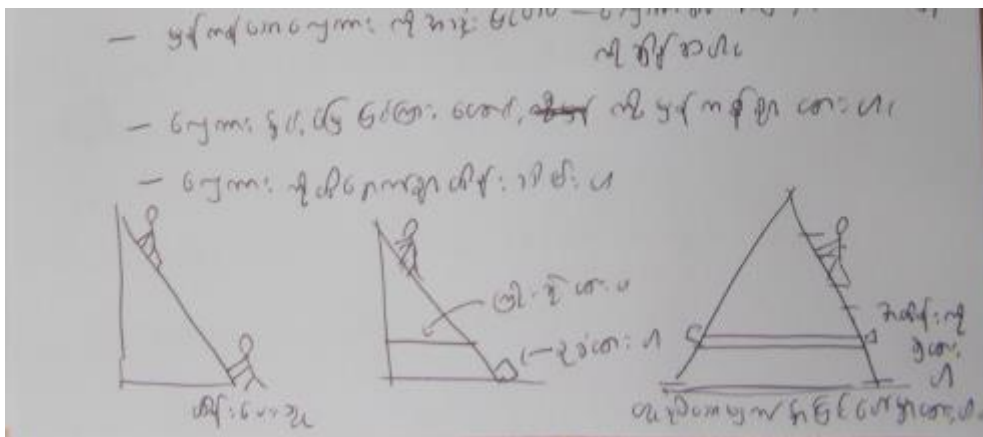
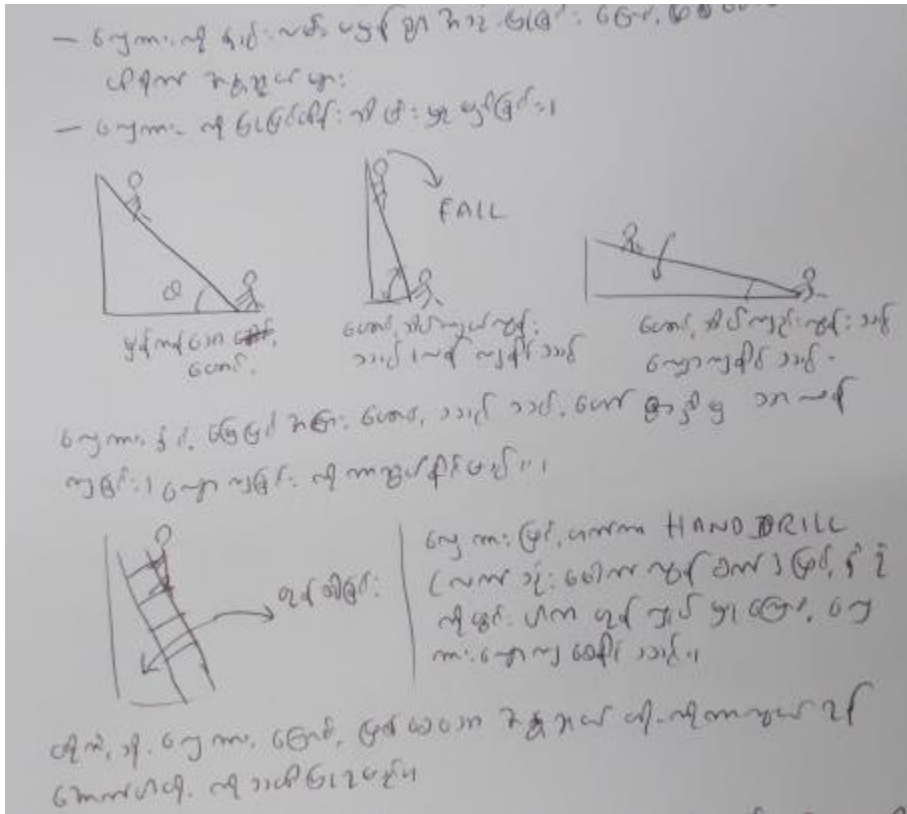
Scaffold (ငြမ်းဆင်ခြင်း)

သက်ဆိုင်ရာ နိုင်ငံ ၊ ပြည်နယ် ၏ ဥပဒေ အရ ခွင့်ပြု ချက်ရရှိသူ တို့သာ ငြမ်းဆင်သင့် ၏

များသောအားဖြင့် လေ့ကားကို အသုံးပြု ပြီး အမြင့် တက် အလုပ်လုပ် ကိုင်ကြသောကြောင့် အောက်ပါ လေ့ကား နှင့်သက်ဆိုင်သော အန္တရာယ်များကို သတိပြု ရန် လိုအပ်ပါသည်။

-လေ့ကားကို နည်းလမ်း မမှန် စွာ အသုံးပြု ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သော ထိခိုက် အန္တရာယ်များ

-လေ့ကားကို ပြုပြင်ထိန်းသိမ်း မှု မရှိခြင်း



-လှေကားနှင့် မြေပြင် အပြားထောင့်သည် သင့်တော် စွာ ရှိမှ သာ လန်ကျခြင်း ၊ လျောကျခြင်း ကို ကာကွယ်နိုင်မည်။

-လှေကားဖြင့် တက်ကာ HANDDRILL (လက်သုံးဖောက်လွန်စက်)ဖြင့် နံရံ ကို ထွင်းပါက တုန်လှုပ်မှုကြောင့် လှေကား လျောကျစေနိုင်သည်။

-မှန်ကန်သော လှေကားကို အသုံးပြု ပါ။ လှေကား၏ အမြင့် ၊ အလေးချိန် ကို ချိန်ဆပါ။

-လှေကားနှင့် မြေပြင်ပြားထောင့် ကို မှန်ကန်စွာ ထားပါ။

-လှေကားကို ထိရောက်စွာ ထိန်းသိမ်းပါ။

မိမိအသုံးပြု မည့်လှေကားကို ဘက်ပေါင်းစုံ မှ စစ်ဆေး ပါက မစစ်ဆေးပဲ မသုံးပါနှင့်

လှေကား အမျိုး အစားများ

Domestic အိမ်သုံး

Trade လုပ်ငန်းသုံး

Industrial စက်မှုလုပ်ငန်းများသုံး

လှေကားကို ပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်းများ

သစ်သား ၊ အလူမီနီယမ် ၊ ဖိုင်းဘာနှင့် ဖန်စပ် ၊ steel (စတီး)

လှေကားနှင့် ပတ်သက်သော စံချိန် စံညွှန်းများ

AS/NZS 1892.1 (1996) Portable Ladder (Metal)

AS/NZS 1992 Portable Ladder (Timber)

AS/NZS 1892.5 (1996) Portable Ladder Reinforced Plastics

AS/NZS 1892.S (2000) Portable Ladder Selection , Safe –use, Care

လှေကားအမျိုး အစားများ

SINGLE POLE LADDER (၉ မီတာရှည်)

Extension Ladder (၁၅ မီတာရှည်)

Step Ladder (၆.၁ မီတာရှည်)

Dual Purpose (Step Ladder Hinged to provide extension)

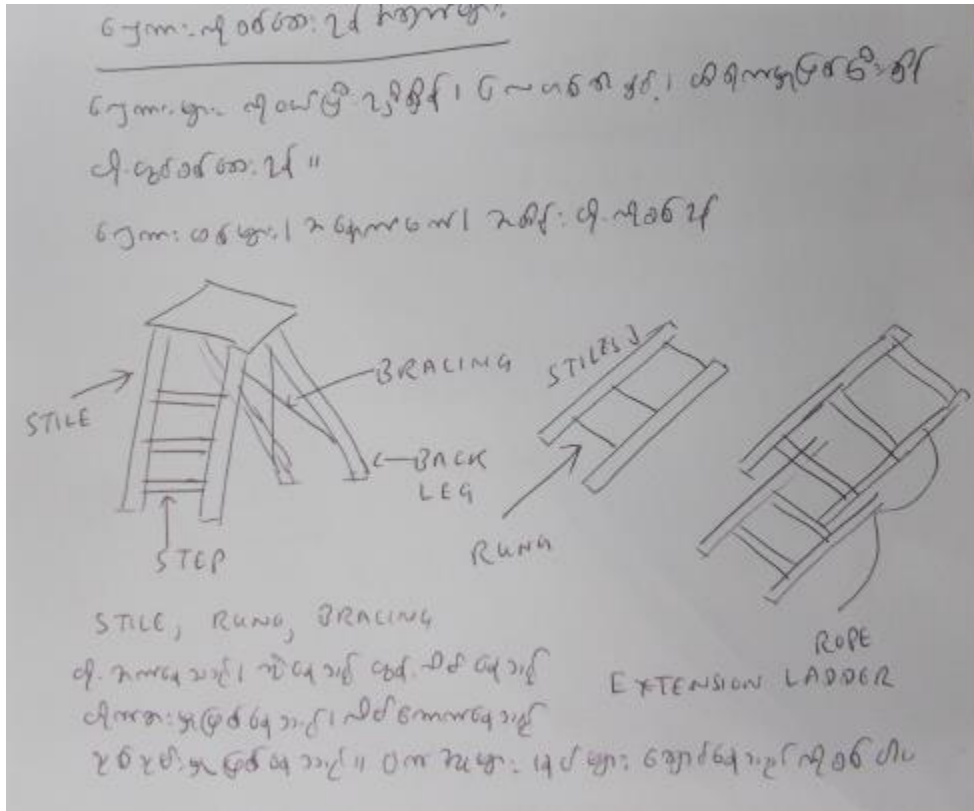
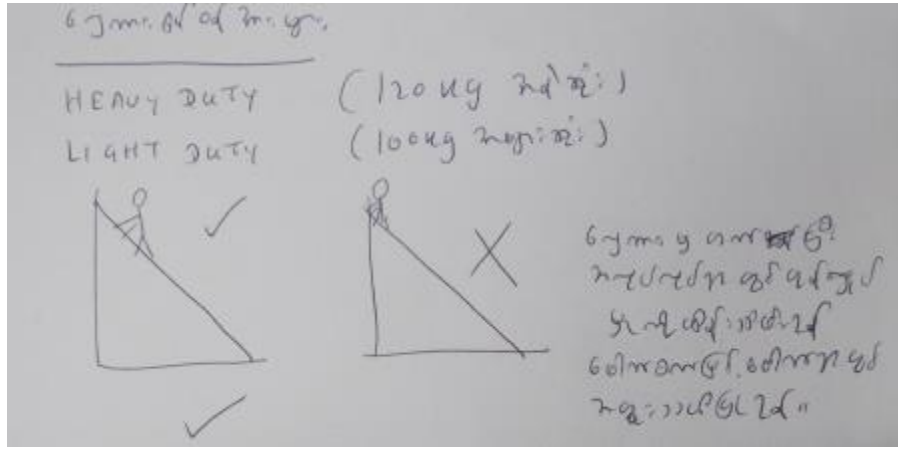
Platform (Polium Ladder)

လှေကား၏ ဝန်အားများ

HEAVY DUTY (120 kg အနည်းဆုံး)

LIGHT DUTY (100 kg အများဆုံး)

-လှေကားမှ တက်ပြီး အလုပ်လုပ်ရာတွင် တုန်လှုပ်မှုကိုထိန်းသိမ်း ရန် ဖောက်စက်ဖြင့် ဖောက်ရာတွင် အထူးသတိပြုရန်။



လှေကားကို စစ်ဆေးရန် အချက်များ

လှေကားများကို ဝယ်ပြီး ရရှိချိ၊ ငါးလ တစ်ခါနှင့် ၊ ထိခိုက်မှု ဖြစ်ပြီးချိန် တို့တွင် စစ် ဆေးရန်။

လှေကားထပ်များ၊ အနောက်ဖက်၊ အထိန်းတို့ကို စစ်ရန်။

STICE , RUNG , BRALING

တို့ အက်နေသည် ၊ ကွဲနေသည် ၊ တွန့်လိမ်နေသည် ၊ တိုက်စားမှုဖြစ်နေသည်၊ လိမ်ကောက်နေသည်၊ ညစ်ညမ်းမှုဖြစ်နေသည်။ ဝက်အူများ၊ နပ်များချောင်နေသည် ကို စစ်ပါ။

ဖိုင်ဘာနှင့် ဖန်စပ်ပြုလုပ်ထားသော လှေကားတို့ ၏ မျက်နှာပြင်ကို သန့်ရှင်းမှု၊ တပြေးညီ ဖြစ်မှု၊ အရောင်အဆင်း ၊ အဖု အချိုင့် ၊ အပျက်အစီး ခြစ်ရာ ၊ အက်ရာ တို့ ကို စစ်ဆေးရန်။

BRACING ပေါ်မတက်ရပါ။

STEP LADDER

-Step ladder ၏ ခြေထောက် နှစ်ချောင်းစလုံး ကို အပြည့်အဝ ဖွင့်ပြီး အသုံးပြုပါ။

-အဆိုပါ ခြေထောက် နှစ်ချောင်းကို တင်ပြီး အသုံးမပြု ပါနှင့်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အဆိုပါ ခြေထောက် ၂ ချောင်းကို ထိန်းထားသော SCREW ပျက်စီးစေနိုင်၏

-အလုပ်သမားသည် ထိပ်မှ စနေသော အခါ ဒုတိယ မြောက် အထစ်ထက် ကျော်လွန်ပြီး မတက်ရပါ။

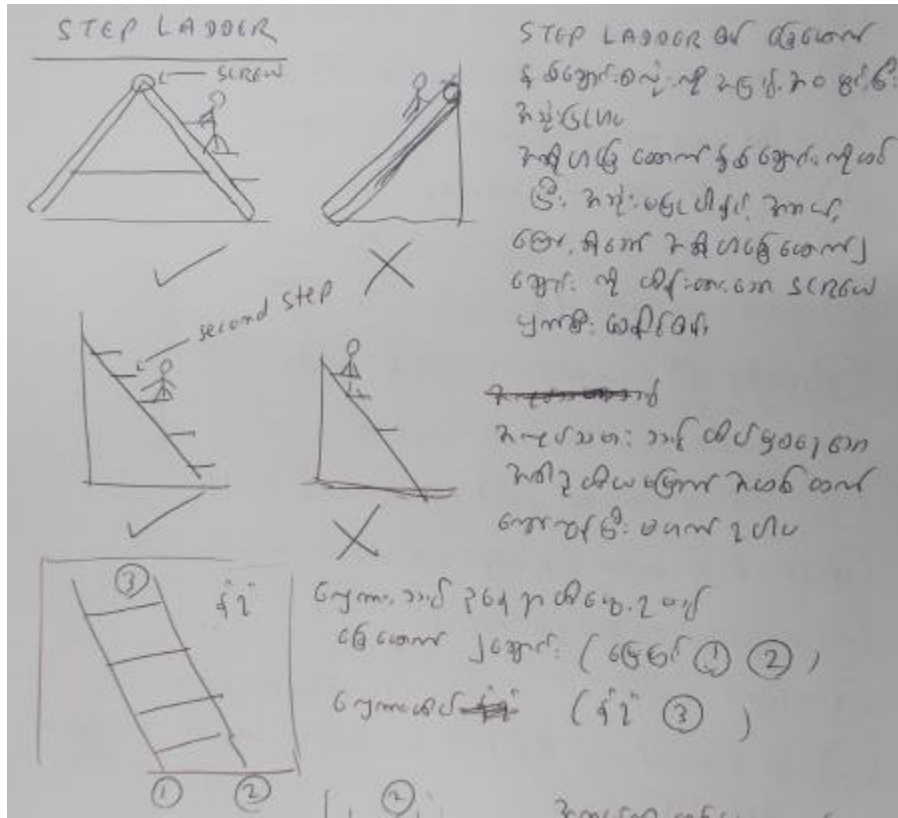
-လှေကားသည် ၃ နေရာထိ တွေ့ရမည် ခြေထောက် ၂ ချောင်း (မြေပြင် ၁ , ၂) ၊ လှေကား (နံရံ ၃)

-တစ်နေရာရာတွင် လွတ်နေပါက လှေကားလဲကျနိုင် ၏

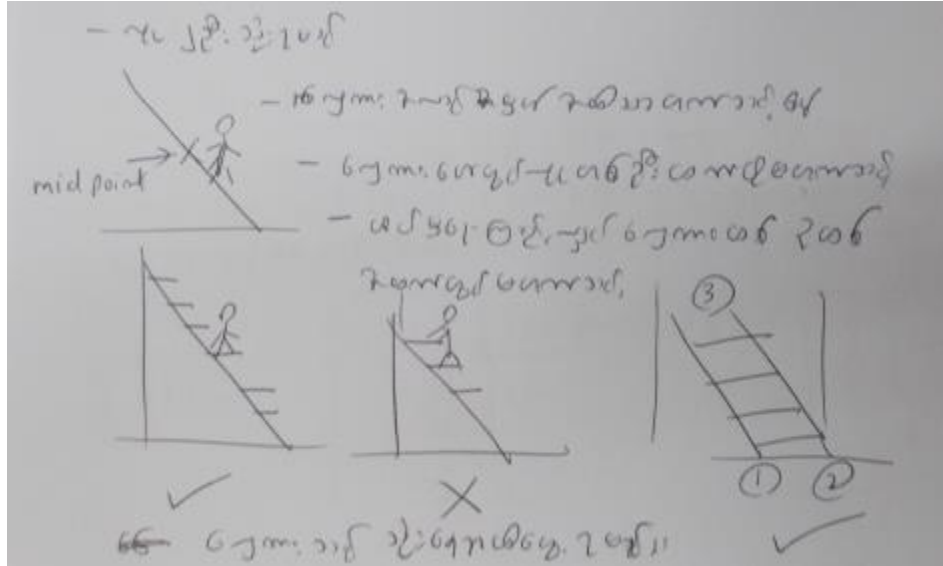
FALL ARREST

လူတစ်ဦးသည် ၂ မီတာ ထက်ပိုပြီး အောက်သို့ လိမ့်ကျနိုင်ပါက လိမ့်ကျမှု ကာကွယ်ခြင်း (Fall Arrest) ကို တပ်ဆင်ရမည်။

-Single နှင့် Extension Ladder တို့ ကို သုံးရာတွင် အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး အချက်အလက်များ



- လူ ၂ ဦး သုံးရမည်။
- လှေကား အလယ် အမှတ် အထိသာ တက်သင့် ၏
- လှေကားပေါ်တွင် လူ တစ်ဦးထက်ပို မတက်သင့်
- ထိပ်မှ နေပြည့်လျှင် လှေကားထစ် ၃ ထစ် အထက်တွင် မတက်သင့်
- လှေကားကို သုံးပြီး ခေါင်မိုး ပေါ်သို့ တက်ရာတွင် လှေကား ထိပ်သည် ခေါင်မိုးထက် ၁ မီတာ ပို ရှည်ထွက် ရမည် သို့ မှသာ ခေါင်မိုး ပေါ်သို့ ခြေမချခင် လှေကားကို အမှီပြု ကိုင်နိုင်မည်။
- စိုစွတ်နေသော သစ်သား လှေကား သို့ မဟုတ် ဖိုင်းဘာ + ဖန်စပ်လှေကားကို မသုံးသင့်ပါ။ လျှပ်စစ် ဓာတ်ပြတ်စီးနိုင်၏



အဓိကဖြစ်လေ့ရှိသော မတော်တဆမှု

-လှေကားပြို လဲခြင်းကြောင့် အဓိက အန္တရာယ် ဖြစ်စေ၏

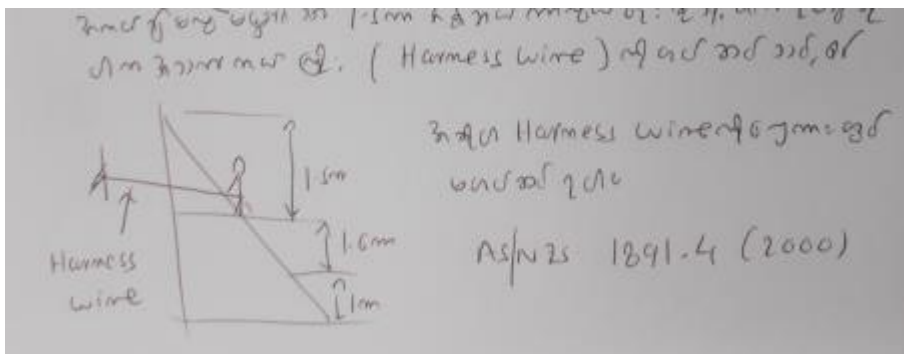
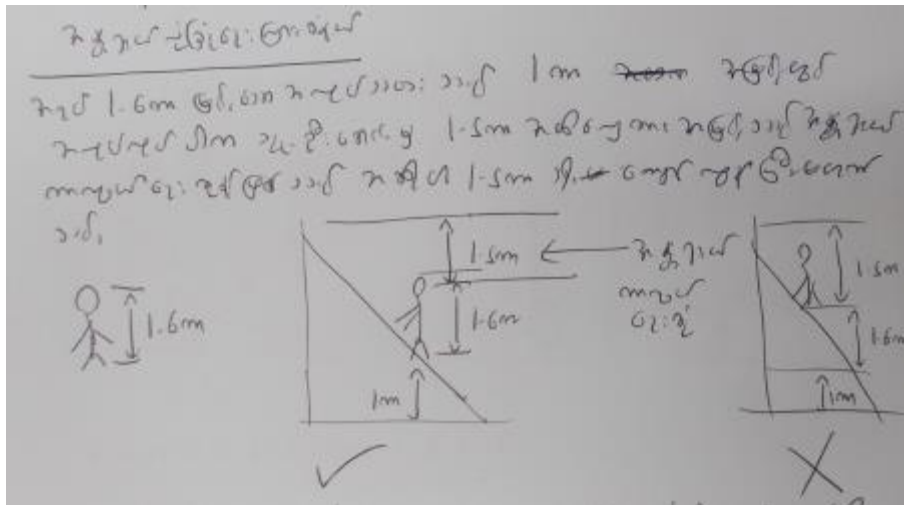
အန္တရာယ် လုံခြုံရေး ကြားခံနယ်

အရပ် ၁.၆ မီတာမြင့်သော အလုပ်သမားသည် ၁ မီတာ အမြင့်တွင် အလုပ်လုပ်ပါက သူ့ဦးခေါင်းမှ ၁.၅ မီတာ အထိ လှေကား အမြင့်သည် အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး ဖုန် ဖြစ်သည်။ အဆိုပါ ၁.၅ မီတာ သို့ ကျော်လွန်ပြီး မတက်သင့်

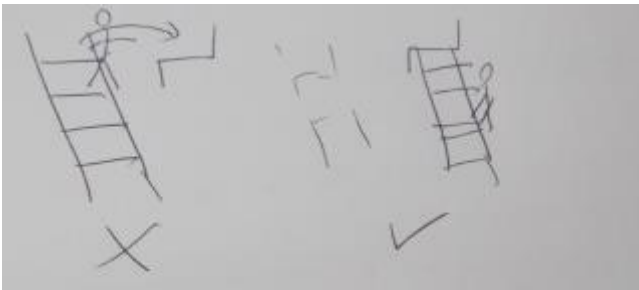
တကယ်တမ်း မလွှဲမရှောင်သာ ၁.၅ မီတာ အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး ဖုန်သို့ တက်ရမည် ဆိုပါက အသက်ကယ်ကြိုး (Harmess Wire) ကို တပ်ဆင်သင့်၏

အဆိုပါ Harmess Wire ကို လှေကားတွင် မတပ်ဆင်ရပါ။

AS/NZS 1891.4 (2000)

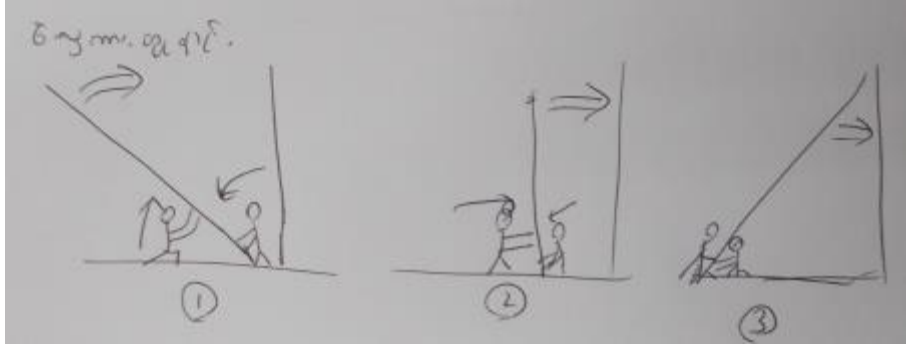


-လှေကားမှတစ်ဆင့် နီးစပ်ရာသို့ မကူးပြောင်းသင့် ၊ လှေကားမှ ပြန် ဆင်း ပြန်ထောင်ပြီးမှ တက်ပါ။



-လှေကားကို မျက်နှာ မူပြီး တက်ဆင်းပါ။

လှေကားထူနည်း



ELEVATED PLATFORM (EWP)



မှတ်ချက် ။ ။ ပထမပိုင်းသင်ခန်းစာ ပြီးမြောက်ပါ၏ ။ Typing error နှင့် အတူ မရှင်းလင်းသည်များရှိပါက မူရင်းလက်ရေးစိုင်နှင့် တွဲဖက်ကာ ဖတ်ရှုစေလိုပါသည်။