



به : مدیر محترم شبکه بهداشت و درمان شهرستان.....
رئیس محترم مرکز بهداشت شهرستان اراک
مدیریت محترم شرکت خدمات مهندسی بهداشت حرفه ای.....
موضوع: دستورالعمل نحوه انجام ارگونومی در محیط کار
باسلام

احتراماً به استحضار می‌رساند انجام ارگونومی در محیط کار مستلزم توجه به دستورالعمل‌ها و راهنماهای مرکز سلامت محیط و کار بوده و در محیط‌های کار بایستی در قالب یک برنامه تحت عنوان «برنامه جامع ارگونومی در محیط کار» اجرا گردد. لذا از مورخ 1 / 6 / 1400 مطابق با این دستورالعمل، صرفاً انجام ارزیابی‌های ارگونومی با استفاده از روش‌هایی مانند RULA REBA, ... بدون در نظر گرفتن سایر قسمت‌ها که در ادامه و با ذکر مستندات به آنها اشاره شده است فاقد اعتبار خواهد بود. همچنین مقتضی است ضمن ارسال کامل دستورالعمل‌های پیوست به صنایع تحت پوشش مشمول و دارای مسئول بهداشت حرفه‌ای، این موضوع به نحو مطلوب پیگیری و در ارزیابی‌های مسئولان بهداشت حرفه‌ای صنایع و بررسی گزارش‌های اندازه‌گیری مورد توجه قرار گیرد.

- (1) کلیه دستورالعمل‌های ارایه شده توسط مرکز سلامت محیط کار که در لیست منابع ذکر شده است بایستی قبل از اجرای هر اقدام ارگونومی مطالعه شود.
- (2) روند اجرای اقدامات ارگونومی بایستی هم راستا با دستورالعمل‌های موجود مرکز سلامت محیط و کار انجام شود.
- (3) موارد مطرح شده در زیر از دستورالعمل‌های موجود استخراج شده که ترتیب اجرای یک برنامه ارگونومی در محیط کار را نشان می‌دهد:

(3.1) با استناد به «راهنمای کاهش ناراحتی‌های اسکلتی عضلانی در کارهای اداری» تشکیل تیم ارگونومی بایستی صورت گیرد. (هماهنگی تشکیل تیم با کارشناس بهداشت حرفه‌ای خواهد بود. ضمناً حضور مدیرعامل یا بالاترین تصمیم‌گیرنده در سازمان یا نماینده تام‌الاختیار او در تیم الزامی است).



(3.2) با استناد به بخش ۳-۵ و ۴-۵ «راهنمای کاهش ناراحتی

های اسکلتی عضلانی در کارهای اداری» برنامه عملیاتی نحوه ی انجام کار بایستی تهیه گردد. این برنامه یا طرح عملیاتی بایستی « بصورت مکتوب باشد، وظایف افراد در آن مشخص شود، دارای جدول زمانی انجام هر فعالیت (جدول گانت) باشد » و همچنین دارای خط مشی که بیان کننده تعهد مدیریت است، باشد.

(3.3) با استناد به « راهنمای اجرای ارگونومی در کشور» (برخورداری ۹۳) که در بخش ۱-۴-۱ به آن اشاره شده است، بایستی مستندات مورد نیاز جمع آوری گردد.

تذکر 1: یکی از مستندات مورد نیاز در این بخش مستنداتی است که توسط روشهای ارزیابی ارگونومی مانند RULA, REBA, ... حاصل می شود. بنابراین اجرای این روشها بایستی در قالب برنامه جامع ارگونومی در محیط کار دنبال شود.

تذکر 2: در صورتیکه سازمان دارای مسئول بهداشت حرفه ای نباشد و ارزیابی توسط شرکت های خدمات بهداشت حرفه ای انجام شود؛ صرفاً ارزیابی با روشهای فوق بدون در نظر گرفتن سایر قسمت های اشاره شده فاقد اعتبار خواهد بود.

(3.4) مطابق بخش ۱-۴-۲ « راهنمای اجرای ارگونومی در کشور» (برخورداری ۹۳)، ارزیابی ریسک با مشورت کارگران و سرپرستان بایستی صورت گیرد.

(3.5) مطابق بخش ۱-۴-۳ « راهنمای اجرای ارگونومی در کشور» (برخورداری ۹۳) کنترل ریسک بایستی صورت گیرد. در کلیه مستندات موجود راهنمایی هایی جهت اجرای کنترل وجود دارد. ضمناً یکی از نکات کنترل این است که روشهای ارزیابی که انجام می شوند روش کنترل را نیز بیان می کنند. در « راهنمای ارزیابی عوامل ارگونومیک محیط کار» (صفحات ۲۲، ۲۳، ۴۴، ۴۷ و...) پس از اجرای کنترل لازم است دوباره ارزیابی مجدد جهت اثربخشی اقدامات کنترلی انجام گیرد.

(3.6) مطابق صفحه ۶۸ « راهنمای ارزیابی عوامل ارگونومیک محیط کار» در کلیه ارزیابی های ارگونومی ارزیابی دوباره بایستی انجام شود.



(4)

لیست دستورعمل‌های موجود که با بستی مطابق آنها یک برنامه

جامع ارگونومی را انجام داد به شرح زیر است. ضمناً این دستورالعمل به پیوست ارسال می‌گردد.

(4.1)

راهنمای جامع ارزیابی محیط کار از دیدگاه ارگونومی. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر تیمور الهیاری.. کد الزامات: 1-0906-2050202. پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران. ۱۳۹۰

(4.2)

راهنمای اجرای ارگونومی در کشور. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر ابوالفضل برخوردار. کد الزامات: 1-۱۳-09-2050202. پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران. ۱۳۹۳

(4.3)

راهنمای کاهش ناراحتی های اسکلتی عضلانی در کارهای اداری. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر حسن صادقی نائینی. کد الزامات: 1-۹090-2050202. پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران.

(4.4)

راهنمای ارزیابی عوامل ارگونومیک محیط کار. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر علیرضا چوبینه. کد الزامات: OLE-E-9509. دانشجو. همدان. ۱۳۹۵

(4.5)

راهنمای جامع حمل دستی بار. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر تیمور الهیاری. کد الزامات: 1-۵090-2050202. پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران. ۱۳۹۰

(4.6)

راهنمای جامع طراحی ایستگاه کار ارگونومیک. مرکز سلامت محیط و کار. دکتر تیمور الهیاری. کد الزامات: 1-۴090-2050202. پژوهشکده محیط زیست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران. ۱۳۹۰

(4.7)

راه حل های آسان و عملی برای بهبود ایمنی، بهداشت و شرایط کاری. سازمان بین‌المللی کار. مترجم فرحناز دسترنج. فرهنگ رسا. تهران ۱۳۹۴



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان مرکزی

شماره داخلی
تاریخ ایجاد مدرک
شماره ثبت صادره
تاریخ ثبت صادره
پیوست

۵۱۴۰۰/۷۳۶۳۹
۱۴۰۰/۰۵/۰۶
۱۴۰۰/۱۲۱۲۱/ص ۲/غ
۱۴۰۰/۵/۱۳

دکتر علی علیمحمدی
معاون بهداشت و رئیس مرکز بهداشت استان مرکزی

رونوشت :
- ریاست محترم مرکز سلامت محیط و کار جهت استحضار و
دستور اقدام مقتضی