

نان به عنوان یک کالای ضروری و قوت روزانه مصرفی مردم مورد توجه بسیار زیادی است که از این رو بمت تولید و توزیع آن هم از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

زمانی می‌توانیم مدعی تامین بهداشت کارگاه‌های نانوائی باشیم که علاوه بر اقداماتی مثل بهسازی کف و بدنه و تامین آب و فاضلاب بهداشتی این کارگاه‌ها، سلامت کارگران نانوائی را نیز تامین نموده و علاوه بر آن کیفیت نان تولیدی، این رزق الهی و عمومی و ماده غذایی می‌تبخش و پرمصرف بیشتر مردم را از شرایط بهداشتی مطلوب برخوردار نماییم.

**عوامل زیان آور موجود در نانوائی ها**

**الف - عوامل فیزیکی :**

۱- گرما

۲- اشعه مادون قرمز ( فرسرخ )

۳ - رطوبت

**بیماری های ناشی از عوامل فیزیکی در نانوائی :**

- ترومای ناشی از سطوح داغ

- جوش گرمایی یا عرق سوز

- تیرگی عدسی چشم

- کاتاراکت ( آب مروارید )

- سوختگی پوست

**راه های کنترل و پیشگیری :**

- مصرف مایعات مانند آب ، و مایعات ممتوی

املاح به هنگام تعریق فراوان

- مصرف میوه و سبزیجاتی مانند فیار ، گوجه و ...

به همراه نمک

- استفاده از آنتی هیستامین در تسکین فارش

بیماران مبتلا به کهیر

- استفاده از وسایل سرمایشی

- اندازه گیری میزان مواجهه با عوامل زیان آور برای

سلامتی

- استفاده از وسایل حفاظتی ( لباس پوشیده ،

دستکش ، عینک مناسب و ... )

**ب- عوامل شیمیایی :**

۱- دود ناشی از امتراق ناقص سوخت

۲- گردوغبار ناشی از آرد

**بیماری های ناشی از عوامل شیمیایی :**

- افتلال در ممل اکسیژن فون به مغز ، قلب و

اعضاء دیگر

- مسمومیت

- نقص دستگاه تنفسی ، ورم مزمن مخاط بینی ، ورم

مزمن نایژه ، آسم ( آسم نانوائیان ) و ...

- بیماری های پوستی

**راه های کنترل و پیشگیری :**

- تغییر نوع سوخت مصرفی

- اطمینان از استفاده از دودکش مناسب

- رعایت بهداشت فردی

- تهیه و نصب سیستم های تهویه مناسب جهت

کاهش تراکم ذرات آلاینده در هوای تنفسی کارگران

- استفاده از لباس محافظ ، گونی های مرغوب جهت

ممل آرد که مانع نفوذ گردوغبار به بیرون شوند .

**ج - عوامل ارگونومیکی :**

۱- بلند کردن بار به روش نادرست

۲- ابزار نامناسب

۳- ممل نادرست بار

۴- کار ایستاده مداوم

**بیماری های ناشی از عوامل ارگونومیکی :**

- کمردرد

- درد گردن

رعایت بهداشت و ایمنی در محیط کار

گرایش حوادث و بیماریهای ناشی از کار

## بهداشت حرفه ای در نانواپی ها



مرکز بهداشت شهرستان کرمان

واحد بهداشت حرفه ای

- نور طبیعی یا مصنوعی طوری باشد که باعث ناراحتی چشم نگردد .

- کلیه اشخاصی که در نانواپی کار می کنند باید ملبس به لباس کار ،روپوش تمیز و به رنگ روشن باشند.

- انجام معاینات دوره ای طب کار به صورت سالیانه امروزه متخصص طب کار می تواند نویدبخش سلامت و ایمنی نیروی کار به جامعه باشد و کارآیی و بهره وری را به تولیدکنندگان صنایع هدیه نماید.

زنده ماندن و سالم زندگی کردن اولین نیاز و حق هر انسانی است، اما هنوز هر ساله میلیون ها نفر انسان اعم از زن و مرد به علت حوادث و بیماری های ناشی از کار از مقوق فود ممرور می شوند .



- بازو درد

- واریس

راه های کنترل و پیشگیری :

- بلند کردن بار به روش صحیح ( زانوی خمیده ، پشت صاف و ... )

- استفاده از چرخ دستی درممل کیسه های آرد

- استفاده از جوراب واریس

- استراحت در فواصل کار

- استفاده از ابزار متناسب با اندازه بدن

توصیه های بهداشت حرفه ای :

- نصب هود با ابعاد متناسب ، از جنس مناسب

و مجهز به هواکش با قدرت مکش کافی بالای

دستگاه پخت

- تهویه مناسب باید به نحوی صورت گیرد که

همیشه هوای داخل اماکن سالم ، تازه ، کافی ، عاری

از بو و مطبوع باشد .

- استفاده از کپسول آتش نشانی برای مقابله

بامریق و انفجار

- تهیه جعبه کمک های اولیه دارای مواد ووسایل

مورد نیاز که در محل مناسب نصب شده باشد .