

به نام خدا

راهنمای بهداشت شغلی

ویژه پیگیری از بیماری کووید-۱۹ در صنعت

گردآوری و تدوین:

دانشجویان تحصیلات تکمیلی و اعضای هیئت علمی

گروه مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار دانشگاه علوم پزشکی شیراز

ناظر علمی و هماهنگ‌کننده:

دکتر مهدی جهانگیری

مدیر گروه مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار دانشگاه علوم پزشکی شیراز

ناشر:

انتشارات حک (عضو هلدینگ طرفه)

عنوان و نام پدیدآور: راهنمای بهداشت شغلی ویژه پیشگیری از بیماری کووید-۱۹ در محیط کارگردآوری و تدوین دانشجویان تحصیلات تکمیلی و اعضای هیئت علمی گروه مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ناظر علمی و هماهنگ‌کننده مهدی جهانگیری؛ ویراستاران علمی مهدی جهانگیری، وحید غریبی، اسماعیل سلیمانی

مشخصات نشر: تهران: گروه بین‌الملل طرفه انتشارات حک، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۲۶۸ ص: - مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۲۵-۱۹-۶

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

موضوع: عفونت‌های گوناگون ویروسی - پیشگیری

موضوع: Coronavirus infections - Prevention

موضوع: محیط کار - پیش‌بینی‌های ایمنی

موضوع: Work environment - Safety measures

موضوع: بهداشت صنعتی

موضوع: Industrial hygiene

موضوع: مراقبت از سلامت شخصی

موضوع: Self-care Health

موضوع: بهداشت - جهانگیری، مهدی، ۱۳۹۹.

شماره: ۵ - دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان فارس - دانشکده بهداشت گروه مهندسی

موضوع: حرفه‌ای و ایمنی کار

موضوع: بهداشت - گنگو، ۱۳۹۹

موضوع: رده‌بندی دیویی: ۶۱۰

شماره ثبت: ۶۱۰۲۸۸



راهنمای بهداشت شغلی

ویژه پیشگیری از بیماری کووید-۱۹ در محیط کار

گردآوری و تدوین: دانشجویان تحصیلات تکمیلی و اعضای هیئت علمی گروه مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ترتیب حروف الفبا: پروین احمدی‌زاد، مینا بارگر، عبدالحمید تاجور، مهدی جهانگیری، سعید جعفری، وحید غریبی، فاطمه دهقانی، میلاد درخشان‌جزری، فاضل رجی، زهرا زمانیان، اسماء زارع، اسماعیل سلیمانی، آناز طاهری، نگار علی‌قنبری، وحید غریبی، آناهیتا فاخرپور، مجتبی کمالی‌نیا، یولافضل مقدادی، مهدی ملکوتی‌خواه، سعید یوسفی‌زاد

ویراستاران علمی: مهدی جهانگیری، وحید غریبی، اسماعیل سلیمانی

ویراستار ادبی: فهیمه ناصری

ناظر علمی و هماهنگ‌کننده: مهدی جهانگیری

ناشر: انتشارات حک (عضو هلدینگ طرفه)

نوبت چاپ: اول/بهار ۱۳۹۹

تیراژ: پانصد جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۲۵-۱۹-۶

طراحی، صفحه‌آرایی و چاپ: گروه طرح طرفه (عضو هلدینگ طرفه)

انتشارات حک
www.irannashr.ir

کلیه حقوق مادی و معنوی این مجموعه متعلق به انتشارات حک بوده و هرگونه استفاده و بهره‌برداری از مطالب آن صرفاً برای مقاصد و اهداف غیر تجاری و با ذکر منبع و رعایت تمام حقوق صاحب اثر پلامانع است.

فصل اول: مدیریت پیشگیرانهٔ کووید-۱۹ در محیط کار..... ۱۹

- ۱-۱- مقدمه..... ۲۱
- ۲-۱- رویکرد فعالانه یا منفعلانه..... ۲۲
- ۳-۱- رویکرد فعالانه و مدیریت چرخهٔ زیستی..... ۲۴
- ۳-۲- اصل خودمراقبتی..... ۲۶
- ۳-۳- اصل دگر مراقبتی..... ۲۶
- ۳-۴- اصل خودقرنطینگی..... ۲۶
- ۴-۱- مهم‌ترین روش اجرایی پیشگیرانهٔ مرتبط با اصول مدیریت چرخهٔ زیستی..... ۲۷
- ۵-۱- مدیریت چرخهٔ زیستی در مشاغل خاص..... ۲۸
- ۵-۱-۱- کارکنان، کارکنان خدمات بهداشتی درمانی..... ۲۹
- ۵-۱-۲- کارکنان مراکز خدمات مسافری و حمل و نقل..... ۲۹
- ۵-۱-۳- کارکنان خدمات بهداشتی نظامی و انتظامی..... ۳۰
- ۶-۱- اصول ایمنی و بهداشت مشاغل در مدیریت چرخهٔ زیستی..... ۳۱

فصل دوم: شناسایی خطرات و ارزش ریسک کووید-۱۹ در محیط کار..... ۳۳

- ۱-۱- شناسایی خطر کووید-۱۹..... ۳۵
- ۲-۱- ارزیابی ریسک ابتلا به کووید-۱۹ در محیط‌های کاری..... ۳۷
- ۲-۱-۱- دسته‌بندی کارکنان بر اساس نحوهٔ مواجهه..... ۳۷
- ۲-۱-۲- راهنمای ارزیابی و مدیریت ریسک، برای مواجههٔ کارکنان خدمات درمانی با بیماران مبتلا به کووید-۱۹..... ۴۱

فصل سوم: حفاظت تنفسی و پیشگیری از ویروس کرونا در محیط کار..... ۵۱

- ۱-۱- مقدمه..... ۵۳
- ۲-۲- پرسش‌های پرتکرار در خصوص استفاده از ماسک‌های تنفسی برای حفاظت در برابر کرونا..... ۵۳
- ۳-۳- شرایط و محدودیت‌های استفادهٔ طولانی‌مدت و استفادهٔ مجدد از ماسک‌های N95..... ۸۹

فهرست مطالب

۸۹	۱ ۳ ۳	مقدمه
۹۱	۲ ۳ ۳	فرایند بررسی استفاده طولانی مدت یا محدودیت استفاده از ماسک
۹۲	۳ ۳ ۳	الزامات استفاده طولانی مدت از ماسک
۹۵	۴ ۳ ۳	الزامات استفاده مجدد از ماسک
۱۰۱	۵ ۳ ۳	ریسک‌های استفاده طولانی مدت و استفاده مجدد از ماسک‌های تنفسی
۱۰۳	۴ ۳	راهنمای سازمان بهداشت جهانی (WHO) برای استفاده از ماسک در جامعه، حین مراقبت، تنگی یا در مراکز بهداشتی درمانی
۱۰۳	۱ ۴ ۳	مقدمه
۱۰۴	۲ ۴ ۱	ملاحظات عمومی ماسک‌ها
۱۰۵	۳ ۴ ۳	انواع ماسک در جامعه (عموم مردم)
۱۰۶	۴ ۴ ۳	استفاده از ماسک در مراقبت از بیماران در خانه
۱۰۸	۵ ۴ ۳	استفاده از ماسک در مراکز بهداشتی درمانی
۱۰۹	۶ ۴ ۳	مدیریت استفاده از ماسک

فصل چهارم اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

۱۱۳	ویژه مدیران مسئولان صنایع	
۱۱۵	مقدمه	۱ ۴
۱۱۶	شناسایی و جداسازی موارد مشکوک	۲ ۴
۱۱۷	پاک سازی و ضدعفونی کردن محیط	۳ ۴
۱۱۷	آموزش کارگران	۴ ۴
۱۱۸	برنامهریزی کارفرمایان برای پیشگیری از شیوع و واکنش به کووید	۵ ۴
۱۱۸	۱ ملاحظات کلی برنامه ریزی	۵ ۴
۱۲۰	۲ ملاحظات ایجاد برنامه شرایط اضطراری و شیوع بیماری های عفونی	۵ ۴
۱۲۲	۳ جداسازی کارکنان مشکوک و بیمار	۵ ۴
۱۲۳	۴ ملاحظات سفرها و مأموریت های شغلی	۵ ۴

فهرست مطالب

مصل سیم: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

۱۲۵	ویژه کارکنان صنایع	۱ ۵
۱۲۷	مقدمه	۲ ۵
۱۲۷	بهداشت دست و صورت	۳ ۵
۱۲۸	بهداشت تنفسی	۴ ۵
۱۳۰	بهداشت در برقراری ارتباطات و تردها	۵ ۵
۱۳۱	بهداشت تجهیزات و ابزار کار	۶ ۵
۱۳۲	بهداشت و ایمنی مواد غذایی	۷ ۵
۱۳۳	بهداشت حمام و رها	

مصل ششم: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

۱۳۵	ویژه فعالیتهای به سستی و درمانی	۱ ۶
۱۳۷	مقدمه	۲ ۶
۱۳۷	اصول بهداشت شغلی در کادر درمانی	۱ ۲ ۶
۱۳۷	نظافت و ضدعفونی کردن تجهیزات	۲ ۲ ۶
۱۳۸	اصل کاهش سطح مواجهه	۳ ۲ ۶
۱۴۰	کنترل های مهندسی	۴ ۲ ۶
۱۴۱	کنترل های مدیریتی	۵ ۲ ۶
۱۴۱	اقدامات و تمرین های ایمنی	۶ ۲ ۶
۱۴۲	خدمات فوریت های پزشکی (EMS) و حمل و نقل پزشکی	۷ ۲ ۶
۱۴۳	پرستاران خانگی	۸ ۲ ۶
۱۴۴	وسایل حفاظت فردی	۹ ۲ ۶
۱۴۶	جداول تجهیزات حفاظت فردی امور بهداشتی	۳ ۶
۱۵۶	اصول بهداشت شغلی برای پرستاران خانگی	۱ ۳ ۶
۱۵۶	مقدمه	۲ ۳ ۶
۱۵۸	ملاحظات ویژه مراکز بهداشتی و درمانی منطقه	

مهر ست مطالب

۱۵۸	۳ ۳ ۶	ملاحظات انتخاب و پد کارگیری پرستار خانگی
۱۵۹	۴ ۳ ۶	بهداشت در برقراری ارتباط با بیمار
۱۶۰	۵ ۳ ۶	بهداشت دست و صورت
۱۶۰	۶ ۳ ۶	بهداشت تنفسی
۱۶۲	۷ ۳ ۶	بهداشت سطوح، تجهیزات و البسه
۱۶۴	۸ ۳ ۶	بهداشت و ایمنی مواد غذایی
۱۶۵	۹ ۳ ۶	بهداشت جسم و روان

مصل هشتم: اصول پیشگیری و کنترل و بروس کرونا در محیط کار:

۱۶۷	۱ ۷	مقدمه
۱۶۹	۲ ۷	بهداشت فرد
۱۷۰	۳ ۷	بهداشت ساختمان
۱۷۱	۴ ۷	بهداشت وسایل ایاب و دهاب
۱۷۳	۵ ۷	بهداشت مواد غذایی
۱۷۳	۶ ۷	بهداشت سطوح و تجهیزات
۱۷۴	۷ ۷	اصول ضد عفونی
۱۷۵	۱ ۷ ۷	گندزدایی سطوح با وایتکس و الس
۱۷۶	۲ ۷ ۷	مواد گندزدا و ضد عفونی بر پایه الکل

مصل هشتم: اصول پیشگیری و کنترل و بروس کرونا در محیط کار:

۱۷۹	۱ ۸	مقدمه
۱۸۱	۲ ۸	کارگران شاغل در جمع آوری پسماندهای شهری
۱۸۲	۳ ۸	کارگران شاغل در جمع آوری پسماندهای پزشکی
۱۸۲	۴ ۸	کارگران شاغل در بخش بازیافت
۱۸۳	۵ ۸	کارگران شاغل در تصفیه سبب

فهرست مطالب

مصل نهم: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

ویژه کارکنان انتظامی، حراستی، امنیتی، نظامی و حفاظتی.....	۱۸۵
۱ مقدمه.....	۱۸۷
۲۹ پایش و غربالگری سلامت کارکنان.....	۱۸۸
۳۹ بهداشت و رفقای ارتباطات، تردها و خودرو.....	۱۸۹
۴۱ بهداشت سطوح، تجهیزات و ابزار کار.....	۱۹۱
۵۹ بهداشت سلامت فردی.....	۱۹۲
۶۹ بهداشت دست و صورت.....	۱۹۳

مصل دهم: اصول مسافری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

ویژه تارکنان خدمات مسافری.....	۱۹۵
۱۱۰ مقدمه.....	۱۹۷
۲۱۰ رانندگان و مهمانداران وسایل حمل و نقل عمومی اتوبوس، مینی بوس و تاکسی.....	۱۹۸
۳۱۰ کارکنان فرودگاه، ایستگاه قطار، مترو و یانههای مسافری اتوبوس، مینی بوس و تاکسی.....	۲۰۰
۴۱۰ مسافران وسایل حمل و نقل هوایما، اتوبوس، تاکسی، مترو و قطار.....	۲۰۲
۵۱۰ کارکنان و مسافران فرودگاه و کادر پرواز.....	۲۰۲
۱۵۱۰ حراست و بازرسی فرودگاه.....	۲۰۲
۲۵۱۰ مسئولان بار و توشه.....	۲۰۴
۳۵۱۰ مهمانداران و کادر پرواز.....	۲۰۵
۴۵۱۰ کارکنان خدماتی.....	۲۰۸

مصل یازدهم: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

ویژه کارکنان آزمایشگاههای طبی و تحقیقاتی.....	۲۱۳
۱۱۱ مقدمه.....	۲۱۵
۲۱۱ اصول کلی بهداشت کار در آزمایشگاه.....	۲۱۵

مهر ست مطالب

۲۱۸	۳ ۱۱	اصول بهداشتی کار با کابینت های ایمنی بیولوژیکی (BSC).....
۲۲۰	۴ ۱۱	اصول بهداشتی سانتریفیوژ کردن نمونه ها.....
۲۲۱	۵ ۱۱	اصول بهداشتی کار با اشیای تیز و برنده.....
۲۲۲	۶ ۱۱	اصول بهداشتی ذخیره و حمل و نقل مواد و تجهیزات.....
۲۲۴	۷ ۱۱	تجهیزات حفاظت فردی.....
۲۲۶	۸ ۱۱	ضد عفونی کردن سطوح و تجهیزات.....

فصل چهارم اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

ویژه کارکنان پزشکی قانونی، سردخانه ها و آرامستان ها... ۲۲۹

۲۳۱	۱ ۱۲	تعمیم.....
۲۳۲	۲ ۱۲	بهداشت فرد.....
۲۳۴	۳ ۱۲	بهداشت اروتیک.....
۲۳۴	۴ ۱۲	بهداشت ساختمان.....
۲۳۶	۵ ۱۲	تجهیزات حفاظت فردی.....
۲۳۷	۶ ۱۲	گندزدایی سطوح.....

پیوست ها

پیوست ۱: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

دستورالعمل ساخت محلول ضد عفونی کننده پایه الکل..... ۲۳۹

پیوست ۲: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

سوالات پرتکرار درباره دستکش های پزشکی در مقابله با ویروس کرونا..... ۲۴۹

پیوست ۳: اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار:

پوسترهای آموزشی..... ۲۵۷

بیماری‌های عفونی نوپدید به تدریج تبدیل به حقایقی می‌شوند که انتظار داریم در فواصل زمانی کوتاه‌تر در جوامع انسانی پدید آورند. بی‌توجهی و تجاوز ما به محیط زیست به تغییرات آب و هوایی، آلودگی‌های محلی و کوچک شدن حریم حیات وحش انجامیده است. شرایطی که با نزدیک‌تر کردن هر روز انسان به حیات وحش، ما را مجبور به همزیستی با این گروه بزرگ از جانداران می‌کند. این پدیده از یک سو و افزایش تراکم جمعیت انسانی از سوی دیگر، شرایط را برای بروز عوامل مضر به ماری‌زایی که پیش‌تر مختص حیات وحش بود، فراهم کرده است.

تجربه سال‌های اخیر (MERS 2012-2013, SARS 2002-2003) و پاندمی اخیر (COVID-19, 2019-2020) که همگی از حیوانات وحشی منشأ گرفته‌اند و نیز پیش‌اقتصاد، سلامت و ساختارهای بهداشتی، همگی ثابت کرد که بشر باید همواره آماده شرایط اضطراری ناشی از عفونت‌های نوپدید باشد.