

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# بهداشت و ایمنی کار

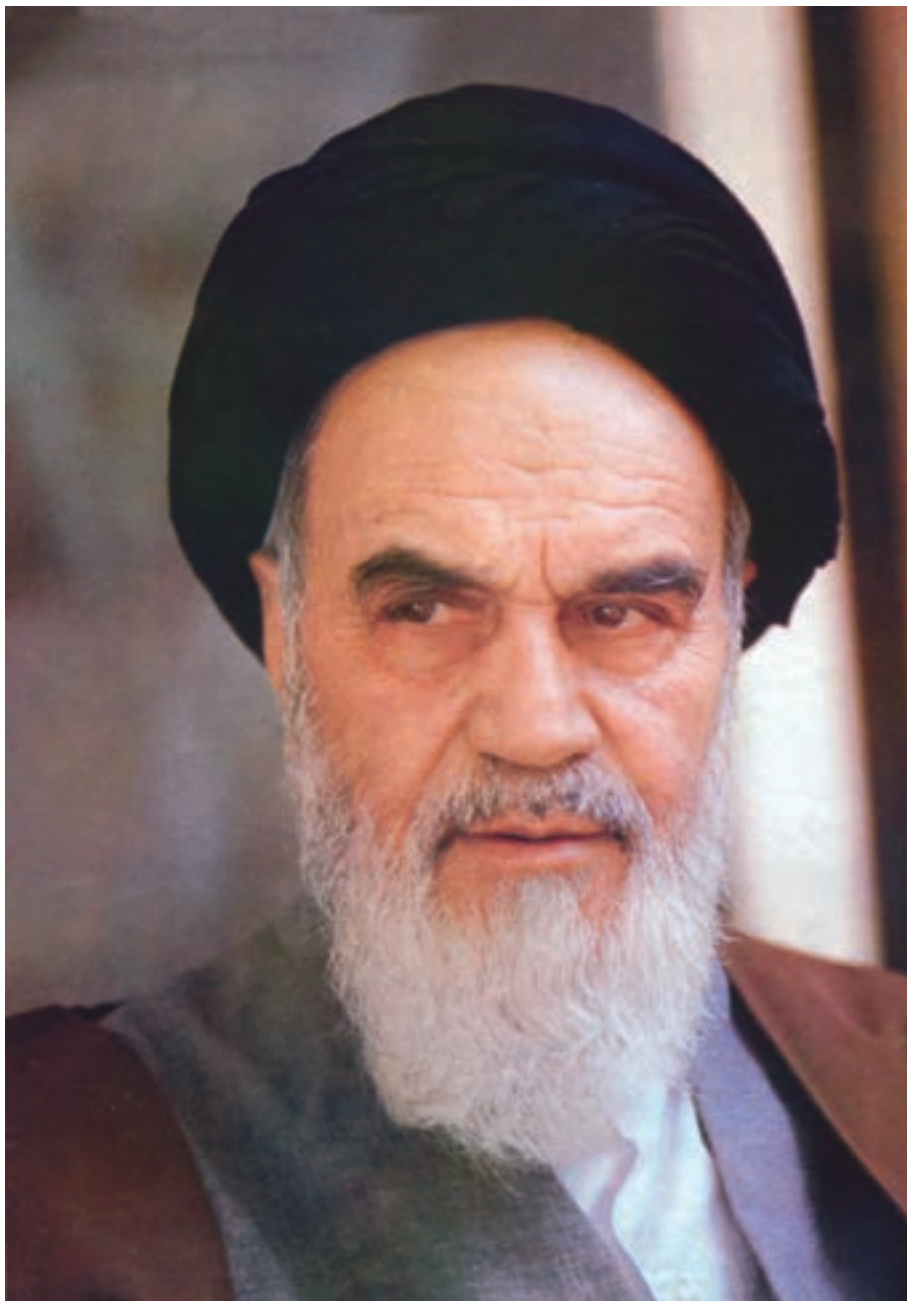
شاخهٔ کار دانش

کلیهٔ رشته‌ها

شمارهٔ درس ۵۷۲۲

شاه طاهری، سید جمال‌الدین	۶۲۰
بهداشت و ایمنی کار/ مؤلفان: سید جمال‌الدین شاه طاهری ... [و دیگران]. - تهران:	۸۶/
شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، ۱۳۹۵.	ب ۸۳۷ ش
۱۴۸ ص. : مصور. - (شاخهٔ کار دانش؛ شمارهٔ درس ۵۷۲۲)	۱۳۹۵
متون درسی شاخهٔ کار دانش، کلیهٔ رشته‌ها.	
برنامه‌ریزی و نظارت، بررسی و تصویب محتوا: کمیسیون برنامه‌ریزی و تألیف کتابهای	
درسی رشتهٔ کودکیاری دفتر تألیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کار دانش وزارت آموزش	
و پرورش.	
۱. ایمنی صنعتی. ۲. بهداشت صنعتی. الف. ایران. وزارت آموزش و پرورش. کمیسیون	
برنامه‌ریزی و تألیف کتابهای درسی رشتهٔ کودکیاری. ب. عنوان. ج. فروست.	





اول باید اخلاصتان را قوی بکنید، ایمانتان را قوی بکنید،... و این اخلاص  
و ایمان، شما را تقویت می کند و روحیه شما را بالا می برد و نیروی شما جوری  
می شود که هیچ قدرتی نمی تواند (با شما) مقابله کند.

امام خمینی (ره)

# فهرست

مقدمه

۱۱۳ ۴-۶- روش صحیح حمل و جابه‌جایی بار

۱۱۶ فصل ۵- تسهیلات بهداشتی کارگاه

۱۱۶ ۵-۱- آشپزخانه

۱۱۹ ۵-۲- محل غذاخوری

۱۲۰ ۵-۳- انبار مواد غذایی

۱۲۱ ۵-۴- حمام- دوش

۱۲۱ ۵-۵- رختکن

۱۲۲ ۵-۶- توالت

۱۲۳ ۵-۷- دستشویی

۱۲۳ ۵-۸- آب آشامیدنی

۱۲۳ ۵-۹- مواد زاید

۱۲۴ ۵-۱۰- اتاق استراحت زنان

## بخش ۱- کلیات بهداشت

فصل ۱- سلامتی و بیماری ۴

فصل ۲- بهداشت فردی و عمومی ۸

۲-۱- بهداشت فردی ۸

۲-۲- بهداشت عمومی ۱۸

فصل ۳- بهداشت حرفه‌ای ۳۱

۳-۱- کلیات بهداشت حرفه‌ای و تاریخچه پیدایش آن ۳۳

۳-۲- عوامل زیان‌آور محیط کار ۳۵

۳-۲-۱- عوامل زیان‌آور فیزیکی (آلودگی‌های

فیزیکی در محیط کار) ۳۵

۳-۲-۲- عوامل زیان‌آور شیمیایی ۶۴

۳-۲-۳- عوامل زیان‌آور بیولوژیکی محیط کار ۹۹

فصل ۴- ارگونومی ۱۰۳

۴-۱- فیزیولوژی کار ۱۰۴

۴-۲- خستگی ۱۰۵

۴-۳- آنتروپومتری ۱۰۷

۴-۴- طرز قرارگرفتن وضعیت صحیح بدن ۱۰۹

۴-۵- چگونگی انتخاب میز و صندلی کار با توجه

به نوع کار

## بخش ۲- ایمنی

۱۲۷ فصل ۶- حوادث ۱۲۷

۱۲۷ ۶-۱- کلیات

۱۳۳ ۶-۲- نکات اساسی در ایمنی برق ۱۰۳

۱۳۶ ۶-۳- گاز و ایمنی وسایل گازسوز ۱۰۴

۱۳۷ ۶-۴- ایمنی در وسایل تیز و برنده ۱۰۵

۱۴۱ ۶-۵- ایمنی حمل و نقل ۱۰۷

۱۴۲ ۶-۶- ایمنی حریق و آتش‌سوزی ۱۰۹

۱۴۷ منابع و مأخذ ۱۱۰