

NEWS FEATURE

วันพฤหัสบดีที่ 26 เมษายน 2550

ROAP/07/12

ขั้นตอนง่าย ๆ เพื่อให้ที่ทำงานปลอดภัยและถูกหลักอนามัย

โดย ทลีโยชิ คาวาคามิ ผู้เชี่ยวชาญความปลอดภัยและอาชีวอนามัยในการทำงาน
สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ

(ILO กรุงเทพฯ) งานเป็นสิ่งที่เราทำกันทุกคนไม่ว่าเราจะเป็นลูกจ้างหรือผู้จัดการ ทำธุรกิจส่วนตัวหรือทำงานบ้านที่ไม่ได้ค่าแรง ดังนั้นวันที่ 28 เมษายน ซึ่งเป็นวันความปลอดภัยและอาชีวอนามัยในการทำงานสากลจึงเป็นเครื่องเตือนใจที่สำคัญสำหรับเราทุกคน และเป็นโอกาสสำคัญที่จะคิดปรับปรุงสุขภาพและคุณภาพชีวิตของเรา

ประชาชนประมาณ 2.2 ล้านคนทั่วโลกเสียชีวิตจากอุบัติเหตุและโรคที่เกี่ยวข้องกับการทำงานทุกปี ประชาชนอีก 270 ล้านคนได้รับบาดเจ็บสาหัส และ 160 ล้านคนเจ็บป่วยทั้งในระยะสั้นและระยะยาวจากการทำงานในแต่ละปี

ดังนั้นสถานที่ทำงานซึ่งมีความปลอดภัยและถูกหลักอนามัยจะให้ประโยชน์แก่เศรษฐกิจ ประโยชน์ส่วนตัว และประโยชน์แก่สังคมมาก นอกจากนี้ยังมีหลักฐานมากมายที่พิสูจน์ว่าสถานที่ทำงานซึ่งปลอดภัยมีความสามารถในการผลิตมากขึ้น ลดต้นทุนในการผลิตลงได้ และมีบรรยากาศที่ดี ตลอดจนมีอุบัติเหตุและการบาดเจ็บน้อยลง และหลักปฏิบัติสำคัญที่ทำให้โรงงานและสำนักงานเป็นสถานที่ทำงานที่ดี ปลอดภัย และถูกหลักอนามัยก็ยังคงใช้กับธุรกิจขนาดเล็ก ในบ้าน และห้องพักอาศัยได้เช่นกัน

การรักษาความปลอดภัยในการทำงานนอกจากจะคุ้มค่าแล้ว ยังเสียค่าใช้จ่ายน้อย และทำได้ง่ายอีกด้วย ต่อไปนี้เป็นวิธีทำให้สถานที่ทำงานมีความปลอดภัยและถูกหลักอนามัยมากขึ้นได้อย่างง่ายและรวดเร็ว 10 วิธี

- 1) ความปลอดภัยเป็นเรื่องของทุกคน ถ้าท่านพบสิ่งผิดปกติอย่าปล่อยไว้ให้คนอื่นแก้ การปรึกษาหารือกันเป็นประจำระหว่างเพื่อนร่วมงาน ผู้จัดการ และพนักงานเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เกิดความปลอดภัย ดังนั้นจึงต้องวางระบบเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูล ความคิดเห็น และข้อวิตกต่างๆ และวางกำหนดการตรวจสอบสิ่งต่างๆ เป็นประจำ การปรับปรุงเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นทุกวัน คือปัจจัยสำคัญในการทำให้สถานที่ทำงานมีความปลอดภัยและมีประสิทธิผล
- 2) ใช้พื้นที่อย่างเหมาะสม อย่าปะปนกัน แบ่งพื้นที่สำหรับใช้ทำงาน พักผ่อน หรือเก็บของ รักษาทางเดินและพื้นที่ทำงานให้สะอาด และมีแสงสว่างอย่างเหมาะสม ควรมีน้ำดื่มและห้องน้ำที่สะอาดไว้สำหรับการบริโภคและอุปโภคอย่างสะดวกสบาย

- 3) ใช้เวลาสองถึงสามนาทีตรวจพื้นที่ทำงานของท่านเป็นประจำ (ตั้งเวลาส่งสัญญาณเตือนเรื่องนี้ก็ได้) ควรทำงานด้วยท่าทางที่เป็นธรรมชาติ ในลักษณะที่ความสูงอยู่ระดับข้อศอก โดยไม่ต้องก้มตัว เอี้ยวหรือยกแขนน้อยที่สุด สิ่งของที่ต้องใช้บ่อยควรเก็บไว้ในระยะที่หยิบใช้ได้สะดวก
- 4) เครื่องจักรที่มีชิ้นส่วนเคลื่อนไหวซึ่งอาจเป็นอันตรายต้องมีเครื่องป้องกันทุกชิ้น และขั้วต่อไฟฟ้าและสายไฟต้องมีความปลอดภัย อุปกรณ์ภายในบ้านอาจทำให้บาดเจ็บหรือเสียชีวิตได้ง่ายๆ เหมือนกับเครื่องมือที่มีอยู่ในโรงงานเช่นกัน บำรุงรักษาอุปกรณ์ของท่านเป็นประจำและตรวจสภาพอย่างน้อยเดือนละครั้งเพื่อไม่ให้มีชิ้นส่วนเสียหายหรือไม่มั่นคง
- 5) พิจารณาส่งแวลล์ลมของท่านให้ดี ไม่เฉพาะที่โรงงานเท่านั้นที่ทำให้คุณเผชิญอันตรายต่างๆ เช่น ฝุ่น สารเคมี เสียง และความร้อน สำนักงานและบ้านก็มีอันตรายเหล่านี้เช่นกัน ดังนั้นต้องจัดการระบายนอกตามธรรมชาติอย่างดีที่สุด สารเคมีต่างๆ ควรมีฉลากระบุ และเก็บไว้ในที่ปลอดภัย รักษาอุณหภูมิให้อยู่ในระดับที่รู้สึกสบาย ถ้ามีปัญหาเรื่องความร้อนหรือความเย็นเป็นประจำก็ควรพิจารณาใช้ฉนวนป้องกัน
- 6) จัดให้มีเครื่องแต่งกายและอุปกรณ์ป้องกันอย่างเพียงพอ เช่น แว่นตานิรภัย รองเท้า ถุงมือ หมวกนิรภัย ฯลฯ ควรมีชุดเครื่องมือปฐมพยาบาล และฝึกพนักงานให้รู้จักวิธีปฐมพยาบาล
- 7) ใช้เครื่องทุ่นแรง(ในสภาพที่ดี)ยกหรือเคลื่อนวัตถุที่หนักและยกยาก หรือใช้ทำงานที่ต้องทำเป็นประจำ
- 8) ควรสับเปลี่ยนหน้าที่การทำงานให้หลากหลาย เพื่อหลีกเลี่ยงความจำเจหน้าเบื่อหน่าย ซึ่งมีผลต่อคุณภาพ ความสามารถในการผลิต และความปลอดภัยได้ นอกจากนี้จะทำให้งานน่าสนใจขึ้น และยังช่วยพัฒนาทักษะใหม่ๆ ได้อีกด้วย
- 9) เพื่อนร่วมงานของท่านบางคนอาจต้องการการเอาใจใส่เป็นพิเศษเพื่อที่จะทำงานได้อย่างดีที่สุด ให้คิดถึงความต้องการของสตรีมีครรภ์ บุคคลพิการ คนงานต่างด้าว และผู้ที่มีอายุมาก
- 10) ท้ายที่สุด... อย่าลืมหัก การพักช่วงสั้นๆ เป็นประจำช่วยคงความสามารถในการทำงานและคุณภาพงานให้อยู่ในระดับดี และลดอุบัติเหตุได้ สำหรับในระยะยาวอย่าคิดว่าการหยุดพักร้อนและไปเที่ยวพักผ่อนเป็นความฟุ่มเฟือยเพราะมันช่วยไม่ให้คุณอ่อนเพลีย เหนื่อยล้า หรือหมดกำลัง

วันความปลอดภัยและอาชีวอนามัยในการทำงานสากลในปีนี้ ชูประเด็น “ที่ทำงานที่ปลอดภัยและถูกหลัก อาชีวอนามัย ทำให้งานที่มีคุณค่าเป็นจริง” โดยหลักการแล้วงานที่มีคุณค่า (ซึ่งเป็นภารกิจสำคัญขององค์การแรงงานระหว่างประเทศ) ทำให้ตระหนักถึงความจริงที่ว่า การมีงานทำมากพอนั้นยังไม่พอ คุณภาพของงานก็เป็นเรื่องสำคัญเช่นกัน เห็นได้ชัดว่าความปลอดภัยและอาชีวอนามัยเป็นปัจจัยหลักอย่างหนึ่งของงานที่มีคุณค่าและมีคุณภาพ ดังนั้นการสร้างวัฒนธรรมแห่งความปลอดภัยในการทำงานให้เกิดขึ้นทุกวัน ไม่ใช่เพียงวันเดียวจึงเป็นประโยชน์สำหรับเราทุกคน