

چرا محیط کار مهم است؟

حدود یک پنجم سرطان‌ها به عوامل محیطی مرتبط است که شامل عوامل سرطان‌زای شغلی می‌شود. خبر خوب این است که این عوامل قابل کنترل و پیشگیری هستند.

سیگار کشیدن غیرمستقیم: یک خطر شغلی جدی دود سیگار در محیط کار به عنوان یک عامل سرطان‌زای قطعی شناخته شده است. خطر ابتلا به سرطان را در غیرسیگاری‌ها تا ۲۰٪ افزایش می‌دهد.

مؤثرترین راه حل: ایجاد محیط‌های کار بدون دخانیات و ممنوعیت کامل استعمال.



برخی مشاغل و موادی که خطر سرطان را افزایش می‌دهند:

عامل سرطان‌زا	سرطان‌های مرتبط	مشاغل/صنایع پرخطر
آزبست (پنبه نسوز)	ریه، پرده جنب (مزوتلیوما)	ساخت مصالح ساختمانی، لنت ترمز، صنایع نسوز
سیلیس (گرد و غبار سیلیس)	ریه	سنگ تراشی، معدن، ریخته‌گری، شیشه‌سازی
آرسنیک	ریه، پوست، مثانه	کشاورزی (سموم)، صنایع چوب، آبکاری فلزات
بنزن	لوسمی (سرطان خون)	صنایع شیمیایی، پتروشیمی، رنگ‌سازی
دود سیگار (مواجهه غیرمستقیم)	ریه، بیماری‌های قلبی	هر محیط کاری سر بسته
اشعه فرابنفش (آفتاب)	پوست	کشاورزی، ساختمان‌سازی، کار در فضای باز
رنگ‌ها و حلال‌های شیمیایی	ریه، مثانه، لوسمی	نقاشی، خشک‌شویی، صنایع رنگ

وظایف کارفرمایان برای پیشگیری (اقدامات کنترلی) ○ تهویه مناسب:

نصب و نگهداری سیستم‌های تهویه قوی برای خروج گردوغبار، بخارات و گازهای سمی.

○ جایگزینی مواد:

کاهش یا جایگزینی مواد خطرناک با مواد بی‌خطرتر.

○ وسایل حفاظت فردی (PPE):

تأمین ماسک، دستکش، عینک، لباس کار مناسب و آموزش استفاده صحیح.

○ نظافت ایمن:

استفاده از روش‌های تمیز کردن مرطوب برای جلوگیری از پخش گردوغبار.

○ آموزش اجباری:

برگزاری دوره‌های آموزشی منظم درباره خطرات و روش‌های پیشگیری برای همه کارکنان.

○ معاینات دوره‌ای:

انجام معاینات پزشکی منظم، به‌ویژه معاینه دستگاه تنفس.

مرکز چشم پزشکی علوی تبریز

پیشگیری از سرطان؛ ایمنی در محیط کار



واحد آموزش سلامت
بهمن ۱۴۰۴

گزارش دهی:

گزارش هرگونه شرایط نایمن یا علائم مشکوک (مانند زخم یا برآمدگی غیرعادی) به سرپرست یا پزشک.

پرهیز از اشعه غیر ضروری:

کاهش مواجهه غیر ضروری با اشعه‌هایی مانند اشعه ایکس.

با آگاهی، اجرای قوانین ایمنی و مشارکت کارفرما و کارگر، می‌توان محیط کاری سالم‌تری ساخت. به یاد داشته باشید: تشخیص زودهنگام در صورت ابتلا، کلید درمان موفق است.



هشدار: در صورت مشاهده هرگونه تغییر غیرعادی در بدن (زخم پایدار، توده، سرفه مداوم)، بلافاصله به پزشک مراجعه کنید.

منبع: راهنمای پیشگیری از سرطان؛ ایمنی در محیط کار -

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

آدرس: تبریز، میدان پنجم مرداد (بلوار منجم سابق)، واحد

آموزش سلامت

مرکز چشم پزشکی علوی

وظایف کارکنان برای محافظت از خود (پیشگیری فردی)

استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی:

همیشه از وسایل محافظتی تاییدشده استفاده کنید. مطمئن شوید ما سک به درستی روی صورت می‌نشیند.

رعایت بهداشت شخصی:

شستن دست‌ها و صورت قبل از خوردن و آشامیدن. تعویض لباس کار آلوده.

پرهیز از تماس مستقیم:

از تماس پوستی با مواد شیمیایی و آفت‌کش‌ها خودداری کنید.

همکاری در آموزش:

شرکت جدی در دوره‌های آموزشی و رعایت دستورالعمل‌های ایمنی.

محافظت در برابر آفتاب:

در محیط‌های باز از کلاه لبه‌دار، عینک آفتابی، لباس پوشیده و ضد آفتاب استفاده کنید.