

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# بهداشت و ایمنی کار

شاخهٔ کار دانش

کلیهٔ رشته‌ها

شمارهٔ درس ۵۷۲۲

شاه‌طاهری، سید جمال‌الدین	۶۲۰
بهداشت و ایمنی کار/مؤلفان: سید جمال‌الدین شاه‌طاهری ... [و دیگران]. - تهران:	/۸۶
شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، ۱۳۹۱.	ب ۸۳۷ ش
۱۴۸ ص. : مصور. - (شاخهٔ کار دانش؛ شمارهٔ درس ۵۷۲۲)	۱۳۹۱
متون درسی شاخهٔ کار دانش، کلیهٔ رشته‌ها.	
برنامه‌ریزی و نظارت، بررسی و تصویب محتوا: کمیسیون برنامه‌ریزی و تألیف کتابهای	
درسی رشتهٔ کودکیاری دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزشهای 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.	

همکاران محترم و دانش آموزان عزیز:

پیشنهادات و نظرات خود را درباره محتوای این کتاب به نشانی  
تهران - صندوق پستی شماره ۴۸۷۴/۱۵ دفتر برنامه ریزی و تألیف آموزشهای  
فنی و حرفه‌ای و کاردانش، ارسال فرمایند.

info@tvoccd.sch.ir

پیام‌نگار (ایمیل)

www.tvoccd.sch.ir

وب‌گاه (وب‌سایت)

## وزارت آموزش و پرورش سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف: دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزشهای فنی و حرفه‌ای و کاردانش

نام کتاب: بهداشت و ایمنی کار - ۵۹۸/۷

مؤلفان: دکتر سیدجمال‌الدین شاه‌طاهری، دکتر فریده گل‌بابایی، دکتر جبرئیل نسل سراجی، دکتر جواد عدل،

دکتر پروین نصیری، دکتر حسین کاکویی و دکتر سیمین ناصری

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع: اداره کل چاپ و توزیع کتابهای درسی

تهران: خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)

تلفن: ۹-۸۸۸۳۱۱۶۱، داورنگار: ۹۲۶۶-۸۸۳۰، کدپستی: ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب‌سایت: [www.chap.sch.ir](http://www.chap.sch.ir)

صفحه‌آرا: شهرزاد قنبری

طراح جلد: طاهره حسن‌زاده

ناشر: شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران: تهران - کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (داروبخش)

تلفن: ۵-۴۴۹۸۵۱۶۱، داورنگار: ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی: ۱۳۴۴۵/۶۸۴

چاپخانه: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران «سهامی خاص»

سال انتشار و نوبت چاپ: چاپ دوازدهم ۱۳۹۱

حق چاپ محفوظ است.

شابک ۲-۸۷۷-۰۵-۹۶۴ ISBN 964-05-0877-2



شما عزیزان کوشش کنید که از این وابستگی بیرون آید و احتیاجات کشور خودتان را برآورده سازید، از نیروی انسانی ایمانی خودتان غافل نباشید و از اتکای به اجانب پرهیزید.

امام خمینی (ره)

## فهرست

مقدمه

۱۱۳ ۴-۶- روش صحیح حمل و جابه‌جایی بار

### بخش ۱- کلیات بهداشت

#### فصل ۵- تسهیلات بهداشتی کارگاه

۱۱۶

۱۱۶

۱۱۹

۱۲۰

۱۲۱

۱۲۱

۱۲۲

۱۲۳

۱۲۳

۱۲۳

۱۲۴

۱- ۵- آشپزخانه

۲- ۵- محل غذاخوری

۳- ۵- انبار مواد غذایی

۴- ۵- حمام- دوش

۵- ۵- رختکن

۶- ۵- توالت

۷- ۵- دستشویی

۸- ۵- آب آشامیدنی

۹- ۵- مواد زاید

۱۰- ۵- اتاق استراحت زنان

۴

۸

۸

۱۸

۳۱

۳۳

۳۵

### بخش ۲- ایمنی

۱۲۷

۱۲۷

۱۳۳

۱۳۶

۱۳۷

۱۴۱

۱۴۲

۱۴۷

#### فصل ۶- حوادث

۱- ۶- کلیات

۲- ۶- نکات اساسی در ایمنی برق

۳- ۶- گاز و ایمنی وسایل گازسوز

۴- ۶- ایمنی در وسایل تیز و برنده

۵- ۶- ایمنی حمل و نقل

۶- ۶- ایمنی حریق و آتش‌سوزی

۱۱۰ منابع و مآخذ

#### فصل ۱- سلامتی و بیماری

#### فصل ۲- بهداشت فردی و عمومی

۱- ۲- بهداشت فردی

۲- ۲- بهداشت عمومی

#### فصل ۳- بهداشت حرفه‌ای

۱- ۳- کلیات بهداشت حرفه‌ای و تاریخچه پیدایش آن

۲- ۳- عوامل زیان‌آور محیط کار

۱- ۲- ۳- عوامل زیان‌آور فیزیکی (آلودگی‌های

فیزیکی در محیط کار)

۲- ۲- ۳- عوامل زیان‌آور شیمیایی

۳- ۲- ۳- عوامل زیان‌آور بیولوژیکی محیط کار

#### فصل ۴- ارگونومی

۱- ۴- فیزیولوژی کار

۲- ۴- خستگی

۳- ۴- آنتروپومتری

۴- ۴- طرز قرار گرفتن وضعیت صحیح بدن

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

به نوع کار