

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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، ۱۳۹۳.	ب ۸۳۷ ش
۱۴۸ ص. : مصور. - (شاخهٔ کار دانش؛ شمارهٔ درس ۵۷۲۲)	۱۳۹۳
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.	

همکاران محترم و دانش آموزان عزیز :

پیشنهادات و نظرات خود را درباره محتوای این کتاب به نشانی
تهران - صندوق پستی شماره ۴۸۷۴/۱۵ دفتر تألیف کتاب‌های درسی 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 تألیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کاردانش

نام کتاب : بهداشت و ایمنی کار - ۵۹۸/۷

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

پروین نصیری، حسین کاکویی و سیمین ناصری

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع : اداره کل نظارت بر نشر و توزیع مواد آموزشی

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

تلفن : ۸۸۸۳۱۱۶۱-۹، دورنگار : ۸۸۳۰۹۲۶۶، کدپستی : ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب‌سایت : 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 (داروپخش)

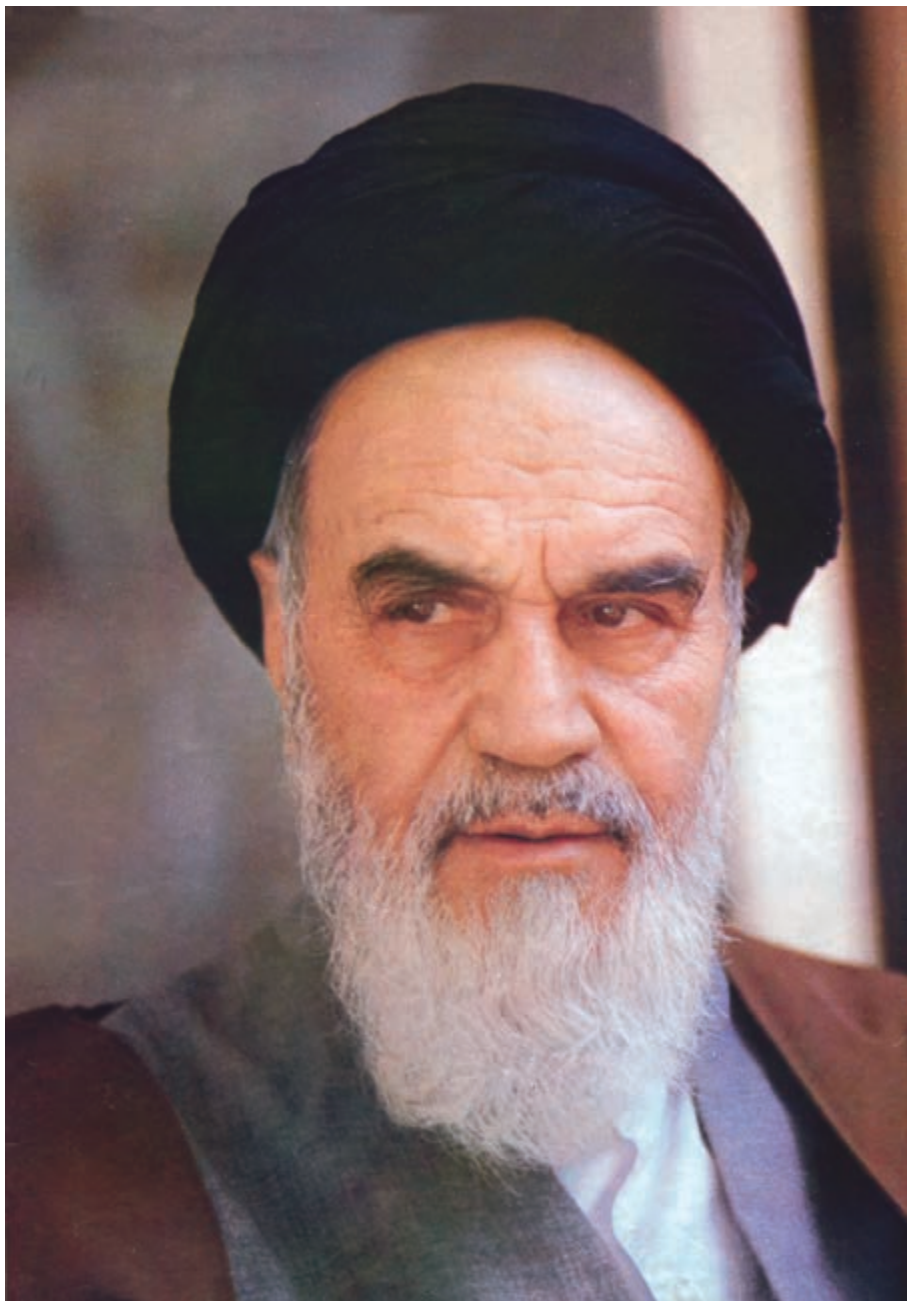
تلفن : ۴۴۹۸۵۱۶۱-۵، دورنگار : ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی : ۳۷۵۱۵-۱۳۹

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

سال انتشار و نوبت چاپ : چاپ چهاردهم ۱۳۹۳

حق چاپ محفوظ است.

شابک ۹۶۴-۰۵-۰۸۷۷-۲-۹۶۴-۰۵-۰۸۷۷-۲ ISBN 964-05-0877-2



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 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