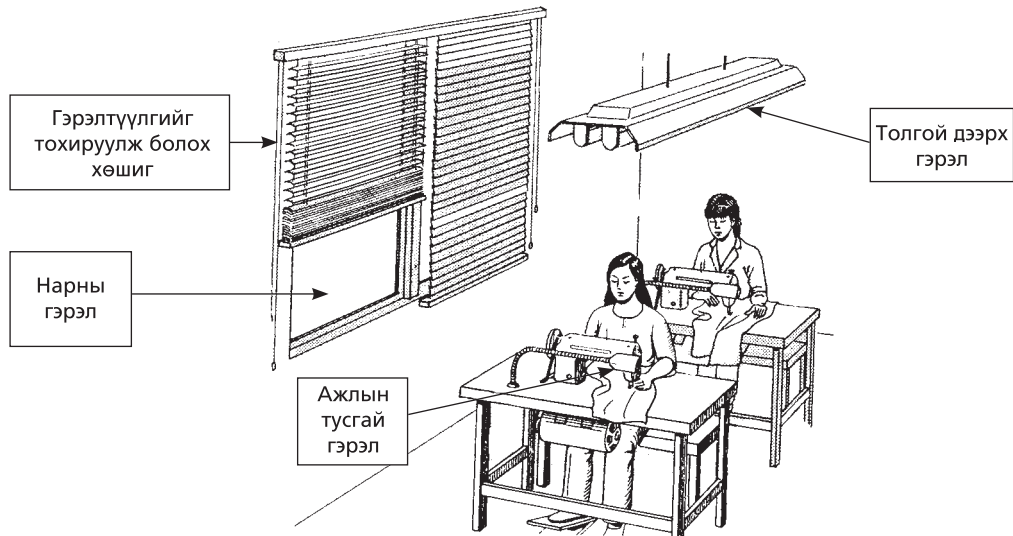


14

Гэрэлтүүлэг



Экспортын чиглэлийн олон үйлдвэрийн ажилчид жижиг хэсэг болон деталь дээр заавал хараагаа төвлөрүүлэх хэрэгтэй болдог. Сайн олж харахын тулд ажлын байр нь жигд, тод гэрэлтэй байх хэрэгтэй. Хэт бага, хэт их эсвэл тэнцвэргүй гэрэл нь харааг муутгах бөгөөд эрүүл мэндийн бусад асуудал үүсэх шалтгаан болдог.

Үйлдвэрийн коридор, агуулах зэрэг хэсэгт гэрэл хангалтгүй тусах нь аюулыг олж харах, ослоос урьдчилан сэргийлэх, галын аюулаас гарахад хүндрэлтэй болгох ба ялангуяа эмэгтэй хүнд тун аюултай, таагүй орчин болдог.

Ажлаа илүү аюулгүй болгох

- Ажлын байрны хэсгүүд, агуулах, ариун цэврийн өрөө, шат, замууд, үйлдвэрт орох гарах гарц, аврах гарц зэрэгт үнэлгээ хийж, гэрэлтүүлэг суурилуул;
- Гэрлийг тогтмол цэвэрлэж, эвдэрсэн эсвэл шатсан чийдэнг байнга сольж бай;
- Хэрвээ шаардлагатай бол ерөнхий гэрэлтүүлгийг нэм;
- Нарийн чимхлүүр ажил буюу оёх эсвэл тайрах ажил хийдэг бол ажлын

нэмэлт гэрэл хий;

- Гялбалт, ойлтыг тохируулж, мөн гэрлээс болж ямар нэгэн эрүүл мэндийн асуудал үүсгэж байж болзошгүй эсэхэд анхаарлаа хандуул.

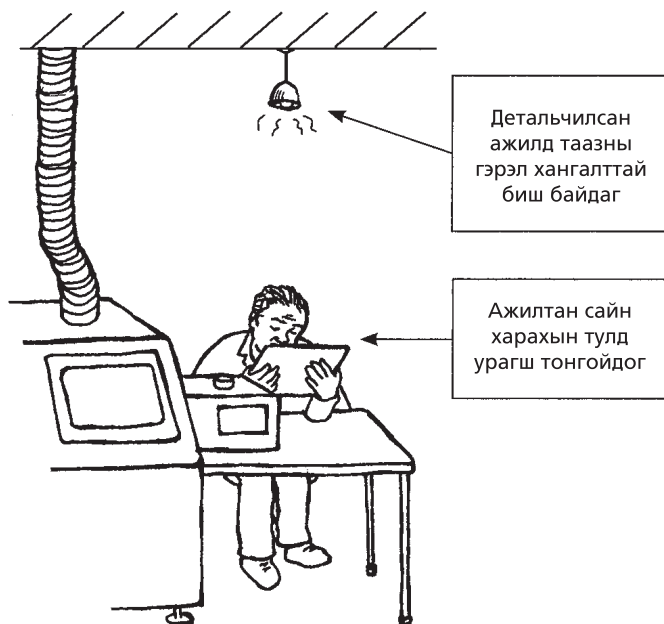
Гэрэлтүүлэг нь асуудал болоод байгааг хэрхэн мэдэх вэ

Үйлдвэрийн гэрэлтүүлэг муугаар нөлөөлж байгааг мэдэх шилдэг арга нь бусад ажилчдаасаа асуух явдал юм:

- Таны ажилд хангалттай гэрэлтүүлэг байхгүй учраас ажлаа хийхийн тулд бөгтийж, гэрэлд ойртож байж харж байна уу?
- Сайн харахын тулд эсвэл хурц гэрлээс хол байхын тулд тав тухгүй байрлалд ажиллах шаардлага гарч байна уу?
- Ажиллаж байх үедээ толгой чинь ойр ойрхон өвддөг үү?
- Ажиллаж байх үедээ нүд чинь ядрах, хуурайших, өвдөх эсвэл ажлын дараа цочирсон байдаг уу?

Мөн үйлдвэрт байгаа гэрлүүдэд анхаарлаа хандуулж байгаарай:

- Ер нь үйлдвэр дотор гэрэл байна уу эсвэл гэрэл зөвхөн гаднаас орж ирж байна уу?



- Гэрэл хоорондоо хэр хол зайтай байна? Тэдгээр нь хангалттай хэмжээнд ойр байна уу, аль эсвэл хэт хол байна уу?
- Гэрэл нь хангалттай тод байна уу?
- Цонхоор тусаж байгаа болон бусад гэрэл нь шал, ширээ эсвэл тоног төхөөрөмжийг гялалзуулж, гэрлийг ойлгож, саад болох шалтгаан болж байна уу?
- Гэрлийг сайтар засаж байна уу?

Хэрхэн сайн харж, нүдээ хамгаалах вэ

Гэрэл нэмэх эсвэл солих. Танай үйлдвэрт илүү олон эсвэл тодорхой төрлийн ажилд өөр өөр төрлийн гэрэл хэрэгтэй байж болох юм. Ажлын байранд өндрөөс өлгөсөн гэрэл нь хурц тод биш, тэнцвэртэй байх хэрэгтэй. Олон ажилчдад ажлын тусгай гэрэл хэрэгтэй ба тэгснээр тэд хийж байгаа ажил эсвэл тоног төхөөрөмжид сүүдэр үүсгэхгүйгээр тохируулж болно. Настай ажилчдад илүү тод гэрэл хэрэгтэй байж болох юм.



Таны хэрэглэж байгаа гэрэл ажил хийж байгаа хэсэгт ойгоогүй эсвэл нүд рүү чинь шууд чиглээгүй эсэхийг баталгаажуул.

Тог хэмнэдэг гэрлийн чийдэн хэрэглэх. Тог хэмнэдэг чийдэн нь бусад чийдэнгээс илүү их гэрэл гаргадаг. Тэдгээр нь арай илүү үнэтэй байх ч гэсэн тог хэмнэдэг тул урт хугацаандаа илүү их мөнгө хэмнэдэг.

Компакт флюоресцент чийдэн нь дотроо мөнгөн ус агуулдаг тул хэрэв хагарвал болгоомжтой цэвэрлэх хэрэгтэй ба (105-106 дугаар хуудсыг үз) энэ нь хортой хаягдал учир шууд хая.

Гэрлийг засаж янзлах. Анивчиж байгаа, эвдэрсэн гэрэл болон эвдэрсэн хөшгийг даргадаа хэлж янзлуул. Ингэж тогтмол цэвэрлэж, засаж янзлах нь ажлын байрны үзэгдэх орчныг сайжруулна. Өөрийн ажлын тусгай гэрлийг өдөр бүр арчиж цэвэрлэж бай.

Илүү сайн гэрэлтүүлэгтэй байхын тулд байрлалаа өөрчлөх.

Хэрэв та гэрлээ сольж эсвэл хөдөлгөж чадахгүй бол ажлын байрлалаа солих буюу өөрчилж, аль эсвэл сууж байгаа эсвэл зогсож байгаа газраа өөрчил. Зарим ажилчид хөвөөн дээрээ гэрэлтэй малгай өмсөж нүдний харах хэсэг болон толгойн хэсгийг гэрэлтэй байлгадаг.

Гэрэл ойлгодог талбайг бүрж янзлах. Гялбалтыг бууруулахын тулд гялтганасан талбайг будаг эсвэл бусад гэрэл ойлгодоггүй тусгай бүрэгч ашиглан бүр.

Хэрэв цонхоор хурц нар тусаж нүд гялбуулж байвал цонхоо даавуу, хөшиг эсвэл сүүдэрлэх зүйлээр халхлах.

Нүдний шил зүүх. Таны нүд ядарч эсвэл цочирч, аль эсвэл хийж байгаа ажлаа харахад бэршээлтэй байвал хараагаа шалгуулж, ямар шил танд таарахыг олж мэд. Хүн бүрийн хараа өөр байдаг, мөн нүдний шилэнд хийгдэж байгаа линз нь зөвхөн нэг л хүнд таарахаар байдаг. Нүдний хараа удаан хугацаанд өөрчлөгддөг. Хэрвээ шил зүүсэн ч гэсэн сайн харахгүй байвал өөр линз авах хэрэгтай байж болох юм. Нүдний дасгалыг хийснээр нүднийхээ булчинг эрүүл байлгахад тус болж чадна. (111 дүгээр хуудсыг үз)