

Эрүүл мэнд, аюулгүй байдлын тухай ажилчдын гарын авлага

Тодд Жейлэр
Мириам Лара-Мелой
Мэгги Робинс



Нутгийн Шийдэл
НҮТББ



“Дэмч Ир Гүн” ХХК-
ийн дэргэдэх ХАБЭА-н
сургалтын төв

Улаанбаатар хот

2023 он

ISBN
DDC

Эрүүл мэнд, аюулгүй байдлын тухай ажилчдын гарын авлага

Төслийн удирдагч:	Цэдэвдамбын Оюунгэрэл
Зөвлөх:	Даваажавын Батчимэг Сүрэнгийн Давааням Ph.D.
Ерөнхий редактор:	Цэдэвдамбын Оюунчимэг
Англи хэлээс орчуулсан:	Батбаярын Навчаа (1-3-р бүлэг) Батбаярын Хасар (4-33-р бүлэг, Хавсралт)
Орчуулгын редактор:	Эмгэний Чинбат Ph.D.
Техник редактор:	Ганболдын Доржзодов
Хавтасны дизайн, зураг тодруулалт, эх бэлтгэл:	Цэдэвдамбын Дорж

Зохиогчийн бүх эрх Hesperian Health Guides байгууллагад хадгалагдана ©2015
Монгол хэлнээ эрхлэн гаргасан: “Нутгийн Шийдэл” НҮТББ
“Дэмч Ир Гүн” ХХК-ийн дэргэдэх ХАБЭА-н сургалтын төв

Гарчиг

I ХЭСЭГ: Аюулгүй, шударга ажлын байрыг бий болгох нь

Бүлэг 1: Амьдрахын төлөө ажиллах ба сайн сайхан амьдрах	8
Бүлэг 2: Ажлын байранд эрүүл мэндийг дэмжихэд суралцах, бусдад зааж сургах	30
Бүлэг 3: Ажиллагчдын эрүүл мэндийг сайжруулах ажлыг зохион байгуулах	54

II ХЭСЭГ: Үйлдвэрүүд

Бүлэг 4: Электроникийн үйлдвэр	94
Бүлэг 5: Хувцасны үйлдвэр	134
Бүлэг 6: Гутлын үйлдвэр	155

III ХЭСЭГ: Ажлын аюул ба шийдэл

Бүлэг 7: Эргономик	174
Бүлэг 8: Химийн бодисын аюул	208
Бүлэг 9: Үйлдвэрийн машинаас үүдэх осол гэмтэл	260
Бүлэг 10: Цахилгаан	275
Бүлэг 11: Гал	281
Бүлэг 12: Тоос	291
Бүлэг 13: Дуу чимээ	296
Бүлэг 14: Гэрэлтүүлэг	304
Бүлэг 15: Халуун ба хүйтэн нөхцөл	308
Бүлэг 16: Ажилчид ойчих, эд зүйлс унах болон тээврийн хэрэгслээс үүдэх осол гэмтэл	315

Бүлэг 17: Агааржуулалт	322
Бүлэг 18: Хувийн хамгаалах хэрэгсэл	340

IV ХЭСЭГ: Нийгмийн аюул ба шийдэл

Бүлэг 19: Өчүүхэн бага орлогын төлөө хэт хурдан, хэт их ажиллах	364
Бүлэг 20: Үйлдвэрийн ажлыг гэртээ хийх	386
Бүлэг 21: Ялгаварлан гадуурхал	398
Бүлэг 22: Хүчирхийлэл	417
Бүлэг 23: Шилжин ирсэн ажилчид	438
Бүлэг 24: Ажил хийдэг хүүхдүүд	455
Бүлэг 25: Эрүүл мэндийн үйлчилгээ авах боломж	468
Бүлэг 26: Нөхөн үржихүйн болон бэлгийн эрүүл мэнд	490
Бүлэг 27: Стресс ба сэтгэцийн эрүүл мэнд	510
Бүлэг 28: Эрүүл мэндэд тустай хооллолт	529
Бүлэг 29: Аюулгүй цэвэр ус ба жорлонгийн хүртээмж	539
Бүлэг 30: ХДХВ (Хүний Дархлал Хомсдолын Вирус)	545
Бүлэг 31: Сүрьеэ (ТВ)	558
Бүлэг 32: Амьдрахад таатай газар	563
Бүлэг 33: Үйлдвэрийн хог хаягдал	569
ХАВСРАЛТ А: Зохистой, эрүүл, шударга ажлын төлөөх тэмцэл ба хууль тогтоомж	582
ХАВСРАЛТ Б: Түгээмэл химийн бодис, материал	598
Эх сурвалж	676

Хаанаас олох вэ?

Ажилчдын эрх	
Ажилчдын эрхийн тухай олон улсын хуулиуд	22
Ажлын байрны хяналт шалгалтын эрх	48
Үйлдвэрчний эвлэл зохион байгуулах, үүсгэх эрх	77
Хар тугалга болон хортой химийн бодисыг хориглох	110
Химийн бодисын талаар мэдэх эрх	249
Ажлын байранд цэвэр агаартай байх эрх	335
Хувийн хамгаалах хэрэгсэлтэй байх эрх	361
Шударга ажлын цагтай байх эрх	368
Албадан хөдөлмөрийн хориг	371
Амьдралын стандарт	378
Гэрээр ажиллагчдын эрх	395
Эрх тэгш байх эрх	404
Хүчирхийлэл болон бэлгийн дарамтгүй амьдрах эрх	429
Шилжин ирсэн ажилчдын эрх	448
НҮБ ба ОУХБ хүүхэд ба ажил эрхлэлт сэдвээр	463
Ажлаас шалтгаалсан осол гэмтлийн нөхөн төлбөр авах эрх	474
Эрүүл мэндийн үйлчилгээ авах эрх	476
Нөхөн үржихүйн эрүүл мэндэд нөлөөлдөггүй ажилтай байх эрх	496
ДОХ-той хүмүүсийн ажлын байран дахь эрх	555
Хөдөлмөрийн зохион байгуулалтыг хөхиүлэн дэмжихэд чиглэсэн НҮБ-ын хоёр конвенц	586

Фторын (HF) хүчилд түлэгдсэн үед үзүүлэх анхны тусламж	97
Химийн бодисоор амьсгалсан үед үзүүлэх анхны тусламж	238
Химийн бодис арьс болон нүдэнд хүрэлцсэн үед үзүүлэх анхны тусламж	239
Химийн бодис аманд орсон үед үзүүлэх анхны тусламж	240
Танай үйлдвэрт юу бэлэн байвал зохих вэ?	241
Үйлдвэрийн машинаас үүдэлтэй осол гэмтэлд үзүүлэх анхны тусламж	272
Цахилгаан хүчдэлд цохиулсан үед үзүүлэх анхны тусламж	279
Түлэгдэлтийн үед үзүүлэх анхны тусламж	289
Халууны өвчинд үзүүлэх анхны тусламж	311
Хэт даарсан үед үзүүлэх анхны тусламж	314
Хүчиндүүлсний дараа үзүүлэх анхны тусламж	427



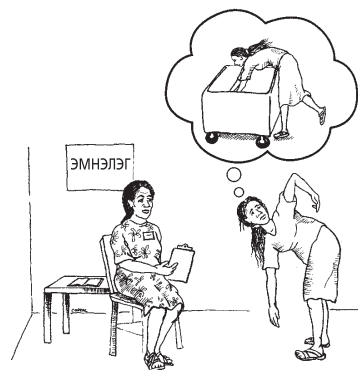
Анхны тусламж

Дасгал

“Гэвч яагаад?!”.....	35	Хэнд хүч байна вэ?	405
Ажилчдын эрүүл мэндийн асуудлын шалтгаанд дүгнэлт хийх нь.....	37	Та өдөрт юу хийдэг вэ?.....	409
Жижиг бүлгүүдтэй ярилцах	58	Бидэнд ч бас хүч бий	414
Санал асуулга явуулах.....	60	Хамтдаа айдастай нүүр тулах	419
Биеийн зураглал бүтээх	64	Дүрд тоглох нь өөртөө итгэх итгэлийг нэмэгдүүлдэг	425
Үйлдвэрийнхээ газрын зургийг зурах	66	Үйлдвэрийн онцгой байдлын төлөвлөгөө	471
Оршин суугаа газрын зураг зурах.....	67	Тайвшрах цаг гарга	527
Танай үйлдвэрт байж болох эргономикийн аюултай нөхцөлүүд.....	178	ДОХ ажил дээр халдварлахгүй	552
Судалгаагаар дамжуулан эргономикийн сайжруулалт хийх нь.....	179	ДОХ хөдөлмөрийн бэрхшээл болохоос чадваргүй гэсэн үг биш.....	553
Агаарыг дага	332	Орчны бохирдлын судалгаа.....	576
Цалингаа шалга	374		

Хэрхэн

Мөнгөн усаар бохирдсон талбайг цэвэрлэх	105	Чихний бөглөөг чихэндээ зөв хийх	356
Сандлын зөөлөвч хийх	185	Өөрийн бодит цалинг тооцоолох	387
Пүрштэй тэрэг хийх	193	Илүү сайн халамж хүртэх	477
Бага хэмжээний химийн бодис асгарсан үед цэвэрлэх	236		
Гэртээ галын хор хийх	288		
Агааржуулалтын системээ шалгах.....	331		
Тоосноос хамгаалах даавуун амны хаалт хийх	350		
Шүүлтүүртэй амны хаалт нь таарч, зөв ажиллаж байгаа эсэхийг шалгах	353		



I ХЭСЭГ

Аюулгүй, шударга ажлын байрыг бий болгох нь

Бүлэг Хуудас

1. Амьдрахын төлөө ажиллах ба сайн сайхан амьдрах
2. Ажлын байранд эрүүл мэндийг дэмжихэд суралцах, бусдад зааж сургах
3. Ажилчдын эрүүл мэндийг сайжруулах ажлыг зохион байгуулах нь.....

8

30

54