

## Các Tấm Chắn Bảo Vệ Gây Chấn Thương Vai Cho Tài Xế Xe Buýt

**Chú Ý:** Sở làm của các tài xế xe buýt

### Động Tác Lặp Đi Lặp Lại Gây Chấn Thương Vai

Các tài xế xe buýt từ một số cơ quan trung chuyển ở Tiểu Bang Washington đã bị các triệu chứng chấn thương vai do đặt các tấm chắn bảo vệ được điều khiển thủ công khi đóng mở nhiều lần đã lắp đặt như là một biện pháp phòng ngừa COVID-19.

Các tài xế xe buýt phải vươn sang hai bên, lùi người về phía sau và dùng lực để di chuyển tấm chắn bảo vệ. Tấm chắn này đưa khớp vai vào tận cuối phạm vi chuyển động của nó. Thực hiện động tác nguy hiểm này nhiều lần trong suốt ca làm việc có thể làm tổn thương khớp theo thời gian. Viêm cơ chóp xoay đặc biệt dễ bị chấn thương do các động tác lặp đi lặp lại như thế này.

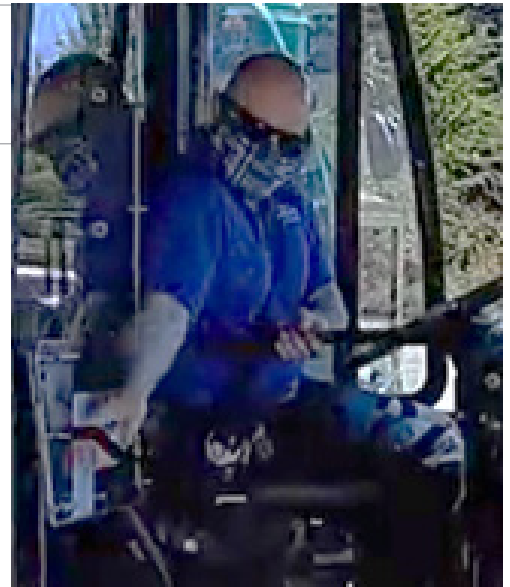
Chấn thương vai nói chung là một trong các loại chấn thương nghiêm trọng nhất ở nơi làm việc, với thời gian nghỉ việc trung bình hơn bốn tháng và chi phí khoảng \$28,000 cho mỗi công nhân bị chấn thương. Xem ấn phẩm SHARP — [www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-research/files/2019/wmsdclaimssnapshot\\_shoulder.pdf](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-research/files/2019/wmsdclaimssnapshot_shoulder.pdf) — để biết thêm thông tin.

### Cách Thức Ngăn Ngừa Chấn Thương

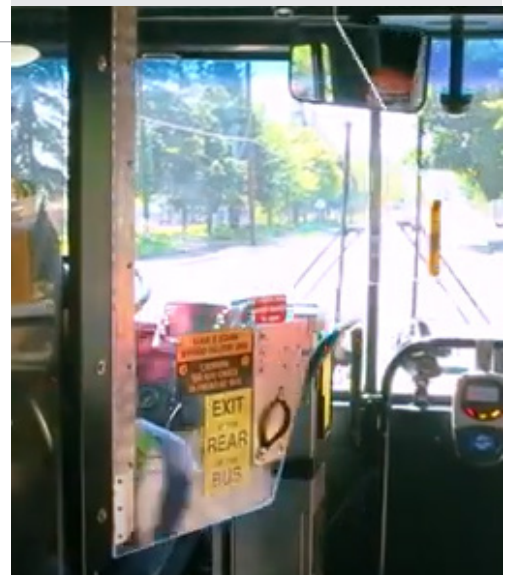
Giải pháp tốt nhất là tự động hóa các tấm chắn bảo vệ để tài xế xe buýt có thể đóng mở các tấm chắn mà không cần với quá xa và sử dụng các động tác nguy hiểm được lặp đi lặp lại. Giải pháp này không chỉ loại bỏ động tác gây ra chấn thương vai, nó cũng có thể bảo đảm sử dụng đúng cách ở mỗi trạm dừng.

Nếu không thể tự động hóa vào thời điểm này, quý vị có thể thực hiện các sửa đổi tạm thời về các tấm chắn điều khiển bằng tay, như:

- Dịch chuyển tay cầm trên tấm chắn đến vị trí cho phép tài xế đóng mở tấm chắn mà động tác với quá xa ít hơn. Gắn tay cầm theo hướng dọc để tài xế có thể nắm tay cầm bằng tay mình theo tư thế “bắt tay” tự nhiên.
- Gắn dây đeo vào tấm chắn và treo đầu kia gắn với cơ thể tài xế để ngăn chặn động tác với quá xa và nguy hiểm.
- Bảo đảm rằng nam châm hoặc các thiết bị khác được sử dụng để giữ chặt tấm chắn, do đó yêu cầu phải có lực tối thiểu cần thiết để điều khiển trong khi vẫn giữ tấm chắn đúng chỗ.



Vươn người sang một bên và lùi lại nhiều lần để điều khiển các tấm chắn bảo vệ trên xe buýt, như minh họa ở đây, khiến tài xế có nguy cơ chấn thương vai. Hình ảnh được cung cấp bởi King County Metro.



Các tấm chắn bảo vệ tự động, như tấm chắn này, có thể ngăn ngừa chấn thương vai. Để xem cách thức loại tấm chắn này hoạt động, hãy xem video này: [www.youtube.com/watch?v=\\_O52f\\_g6Oag](https://www.youtube.com/watch?v=_O52f_g6Oag). Hình ảnh và video được cung cấp bởi King County Metro.



---

## Các nguồn tài liệu khác mà quý vị có thể tiếp cận

---

Để tìm một bản sao **điện tử** về Cảnh Giác Nguy Cơ, hãy đi đến [www.Lni.wa.gov/safety-health/preventing-injuries-illnesses/hazardalerts](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/preventing-injuries-illnesses/hazardalerts).

Trang web An Toàn L&I: [www.Lni.wa.gov/safety-health](http://www.Lni.wa.gov/safety-health).

Để biết các luật lệ khác có liên quan, hãy liên hệ với văn phòng L&I địa phương của quý vị hoặc truy cập vào trang web về các luật lệ an toàn: [www.Lni.wa.gov/SafetyRules](http://www.Lni.wa.gov/SafetyRules).

Để tìm văn phòng L&I gần nhất, hãy truy cập vào [www.Lni.wa.gov/Offices](http://www.Lni.wa.gov/Offices).

### Tôi có thể nhận được sự trợ giúp từ Sở Lao Động & Công Nghiệp không?

Sở Lao Động & Công Nghiệp cung cấp dịch vụ tư vấn, huấn luyện và hỗ trợ kỹ thuật miễn phí cho doanh nghiệp. Gọi ngay hôm nay để sắp xếp buổi tư vấn bảo mật miễn phí hoặc đi đến [www.Lni.wa.gov/SafetyConsultants](http://www.Lni.wa.gov/SafetyConsultants) để biết thêm thông tin.

Quý vị cũng có thể gọi 1-800-423-7233 hoặc ghé thăm văn phòng L&I địa phương và xin gặp Nhân Viên Quản Lý Tư Vấn.

---

Cảnh báo này được triển khai bởi Nha An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (DOSH) trực thuộc L&I nhằm cảnh báo doanh nghiệp, nhóm lao động và người lao động về các mối nguy tiềm ẩn liên quan đến các hoạt động việc làm. **Đây không phải là một điều lệ và cũng không hình thành các nghĩa vụ pháp lý mới.** Thông tin được cung cấp bao gồm hướng dẫn được đề xuất về cách thức tránh các mối nguy ở nơi làm việc và mô tả các luật lệ bắt buộc có liên quan đến an toàn và sức khỏe. DOSH khuyến nghị quý vị cũng nên kiểm tra các luật lệ có liên quan để biết thêm các yêu cầu.