

Bảng Hướng Dẫn An Toàn Dành Cho Nhân Viên Vệ Sinh

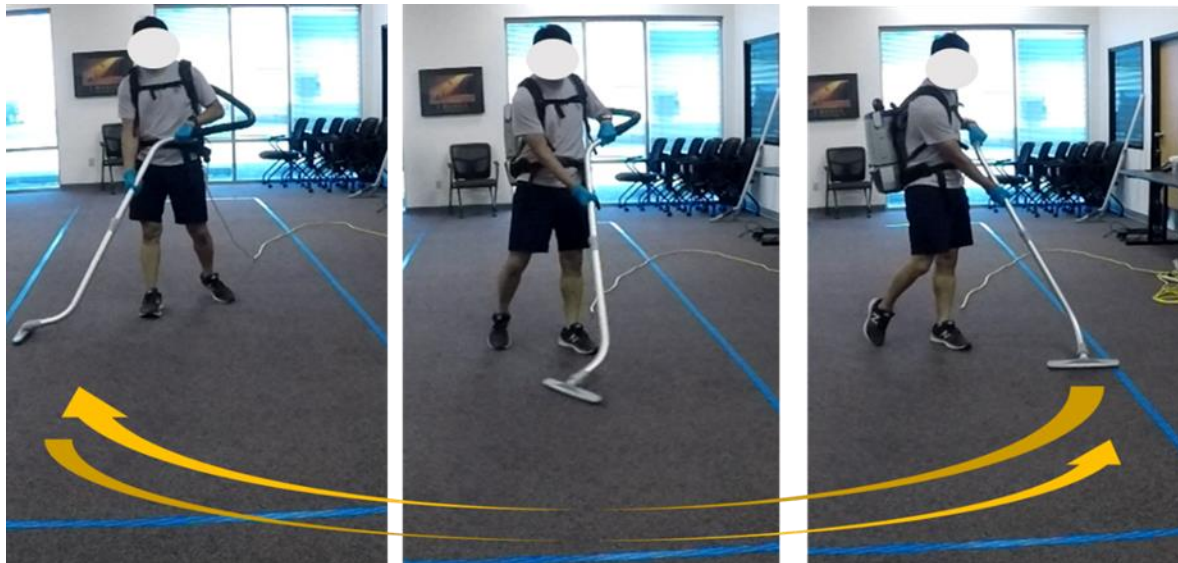
Một loạt hướng dẫn về sức khỏe và an toàn để ngăn ngừa chấn thương liên quan đến công việc trong ngành vệ sinh



Mùa Thu 2024

Công việc hút bụi an toàn hơn

Nhiều nhân viên lao công và nhân viên vệ sinh báo cáo về chấn thương lưng liên quan đến công việc, thường là do sử dụng máy hút bụi. Các chấn thương đã thường xảy ra khi: nâng hoặc mang máy hút bụi, đeo vào hoặc tháo ra máy hút bụi đeo lưng, thực hiện cùng một thao tác trong nhiều giờ (chuyển động lặp đi lặp lại) hoặc các chấn thương do vấp ngã trên ống hút và dây điện hoặc đi xuống cầu thang/bậc thang.



Đối với người lao động:

- Dọn sạch khu vực theo cách tốt nhất mà quý vị có thể trước khi hút bụi – xác định các khu vực hoặc vật dụng có thể gây vấp (vướng chân) hoặc té ngã
 - Hết sức cẩn thận khi hút bụi cầu thang
- Tránh mang trên lưng máy hút bụi đeo lưng quá cao
- Trên các cơ vai, chuyển động quét từ bên này sang bên kia để dàng hơn thao tác quét từ trước ra sau
- Luôn mang máy hút bụi đeo lưng bằng cả hai dây đeo vai
- Cố gắng mang máy hút bụi đeo lưng lên cả hai vai cùng một lúc.
- Nếu có thể, hãy nhờ đồng nghiệp giúp đỡ quý vị hoặc đặt máy hút bụi lên bàn hay bề mặt chịu được trọng lượng

Đối với chủ lao động:

- Cung cấp: khóa huấn luyện về các biện pháp tốt nhất để vệ sinh an toàn và thiết bị được bảo dưỡng tốt có thể điều chỉnh để phù hợp với người lao động của mình
- Người lao động phải được phép nghỉ giải lao ([RCW 49.12](#))