



“ការរកយកដែលនិងគ្រឿងចំក្បាស្ទីប្រចាំខែ”

ចំណុចសំខាន់សម្រាប់សុវត្ថិភាពនិងសុខភាព

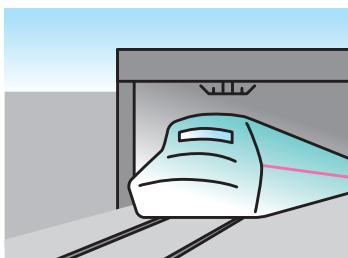
សូវត្ថិភាពក្នុងការបំពេញការងារខ្ពស់ទូទៅ (ការងារខ្ពស់ទូទៅ)

ការងារខ្ពស់ទូទៅគឺជាលក្ខណៈដើម្បីកសាងដួចទូទៅនិងនិងអណ្តាឃដែលចាំបាច់សម្រាប់សំណង់ទូទៅ។

(1) ប្រភេទទូទៅនិងវិធីសារត្រួតស្វាបនា

1. ប្រពេទទូទៅនៅក្នុង

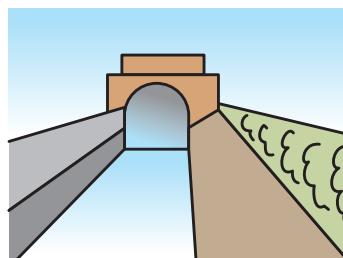
ទូទៅគឺជាលប្ហាផស្អែកប្រពេទទូទៅដើម្បីកសាងដួចទូទៅនិងនិងអណ្តាឃដែលចាំបាច់សម្រាប់សំណង់ទូទៅ។ ទូទៅមានទីតាំងដូចជាផាណិជ្ជកម្មជាការងារខ្ពស់ទូទៅ។ ទូទៅមានទីតាំងដូចជាបន្ទាយការងារខ្ពស់ទូទៅ។ ទូទៅមានទីតាំងដូចជាបន្ទាយការងារខ្ពស់ទូទៅ។



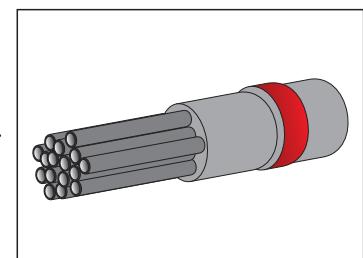
ទូទៅនិងវិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ



ទូទៅនិងវិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ



ទូទៅនិងវិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ



បំពង់ខ្សែកាបអគ្គិសនី

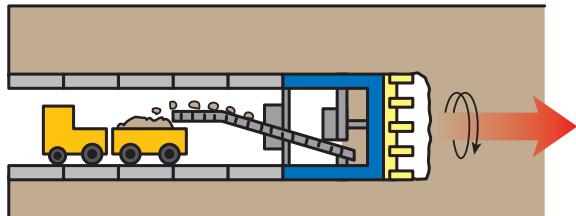
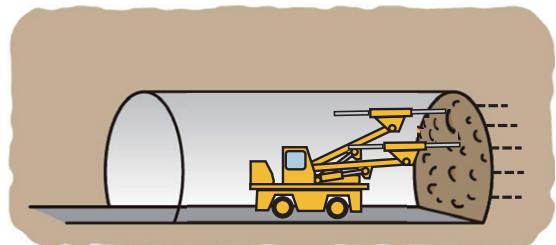
2. វិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ

វិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ

បន្ទាបពុការយដ្ឋានជាសម្រាប់ប្រពេទទូទៅដើម្បីកសាងនិងការងារខ្ពស់ទូទៅ។ ការងារខ្ពស់ទូទៅមានទីតាំងដូចជាបន្ទាយការងារខ្ពស់ទូទៅ។

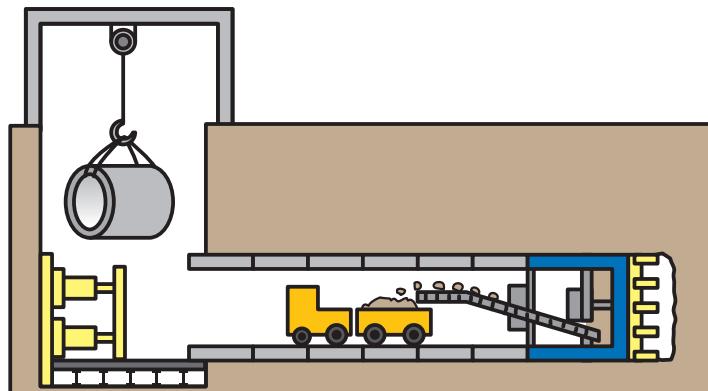
វិធីសារត្រួតស្វាបនានឹងការងារខ្ពស់ទូទៅ

ការងារខ្ពស់ទូទៅគឺជាការងារដែលបានប្រពេទទូទៅដើម្បីកសាងនិងការងារខ្ពស់ទូទៅ។ ការងារខ្ពស់ទូទៅគឺជាការងារដែលបានប្រពេទទូទៅដើម្បីកសាងនិងការងារខ្ពស់ទូទៅ។ ការងារខ្ពស់ទូទៅគឺជាការងារដែលបានប្រពេទទូទៅដើម្បីកសាងនិងការងារខ្ពស់ទូទៅ។



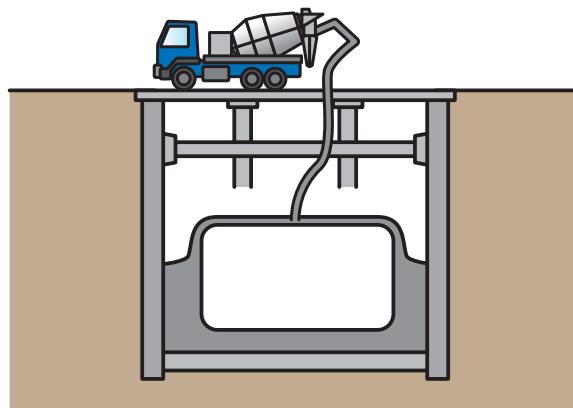
វិធីសាស្ត្រខ្លួន

សម្រាប់ទូទៅ បំពង់ដែលគេដើលិត្តរបៀប
ស្របពាណិជ្ជកម្មបានយកមកប្រែ។
ឧណៈពេលគ្រឹងចក្រកំពងកាយដី
បំពង់ដែលត្រូវបានក្រឹងចក្រកាយដី
គ្រឹងប្រុងប្រាក់ក្នុងដីដោយប្រើដៃងទម្រ
ដែលដើរើងនៅក្នុងអណ្តាគបញ្ហរ។



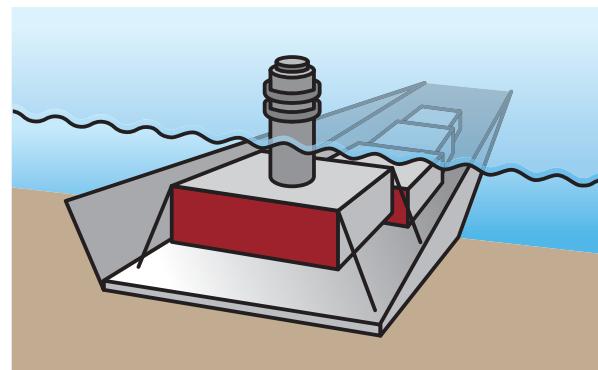
វិធីសាស្ត្រកាត់សីក

ការកាយដីចេញខាងក្រោមពេលកំពុងពង្រីងដោយទម្រទៀត។
កសាងទូទៅនៅក្នុងកន្លែងដែលបានកាយដីចេញ។
បន្ទាប់ពីកសាងទូទៅលួចបែក ផ្ទើកដៃងក្រាត់
ទូទៅលួចបែកបំពេញ។



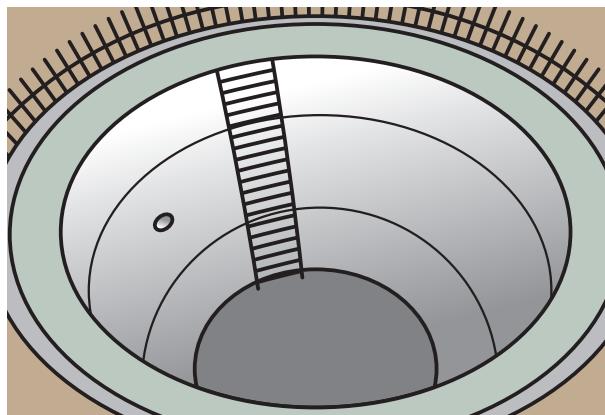
វិធីសាស្ត្រខ្លួនទូទៅនៅមួលទូទៅ

ដីកដ្ឋានទូទៅដែលដែលដើលិត្តរបៀបស្របតាមនាក់
ហើយពីនឹងចិត្តការបង្កើតក្នុងបាត់សមូទ្រ បុទ្ធនេ
ហើយត្រូវបានបង្កើតក្នុងប្រាក់។



3. គ្រឹងប្រជាធិប្រើបាន

អណ្តាគបញ្ហរម្រួយគ្រឹងកសាងទីដៃងដាច់នាក់
ទៀនដែរដាក់ទូទៅនិងផ្ទើកដីនៅអំឡុង
ពេលសាបនា។ បន្ទាប់ពីសាបនាស្រប គេប្រែក
សម្រាប់គោលបំណងដៃង ដូចជាបន្ទប់
និងជាប់មសម្រាប់ខ្សោយចេញចូល។



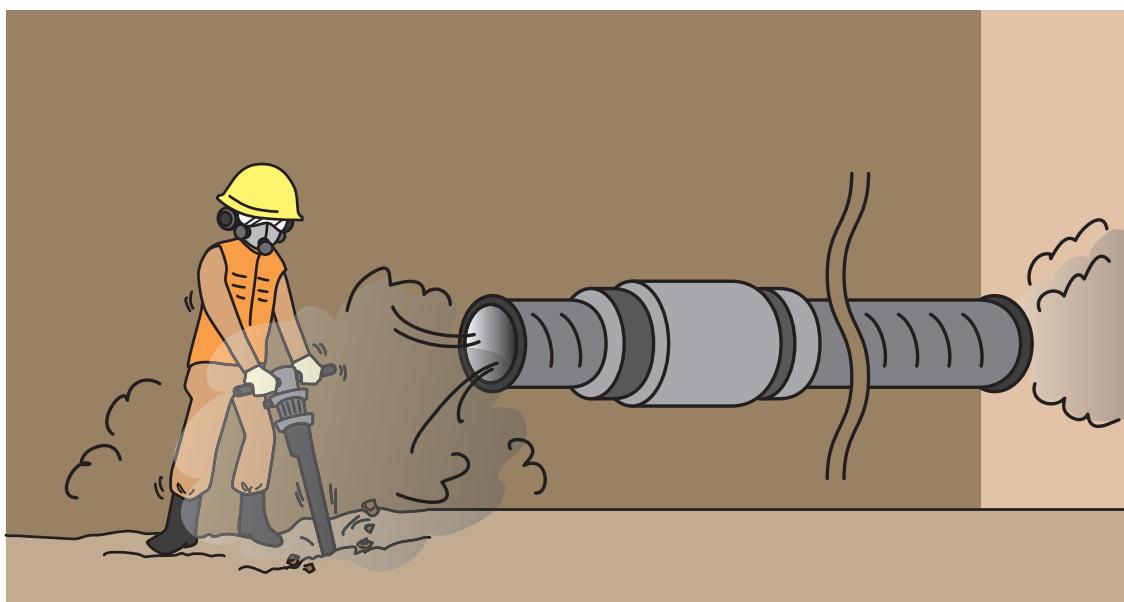
(2) សុវត្ថិភាពនៅក្នុងការងារថាត់ចែងធ្វើលី

1. ផ្លូវីហើតមេញ្ញី

- ការខ្លួនបូបបេតុង
- នៅខាងក្រុងរុងក្រោមដីបន្ទាប់ពីបំផុះ
- ការធ្វើការចិមដីនឹងខ្សោច
- ការងារបាត់បាត់បេតុង
- ធ្វើលីដែលកែតឡើងដោយប្រើយន្តផ្ទុងកាត់និងការសម្ងាត់ផ្លូវីដែលកកដីនៅក្នុងការធ្វើក្រោមដី

2. វិធានការកាត់បន្ទូយផ្លូវី

ការបើតខ្សោលបៃប្រើប្រាយប្រើប្រាយប៉ូត្រូដីជូនផ្លូវី។ ដើម្បីបង្ការការយុតបែប ការសាបទីកគេត្រូវតែកណាត់លេវ្យឯនយានយន្ត។



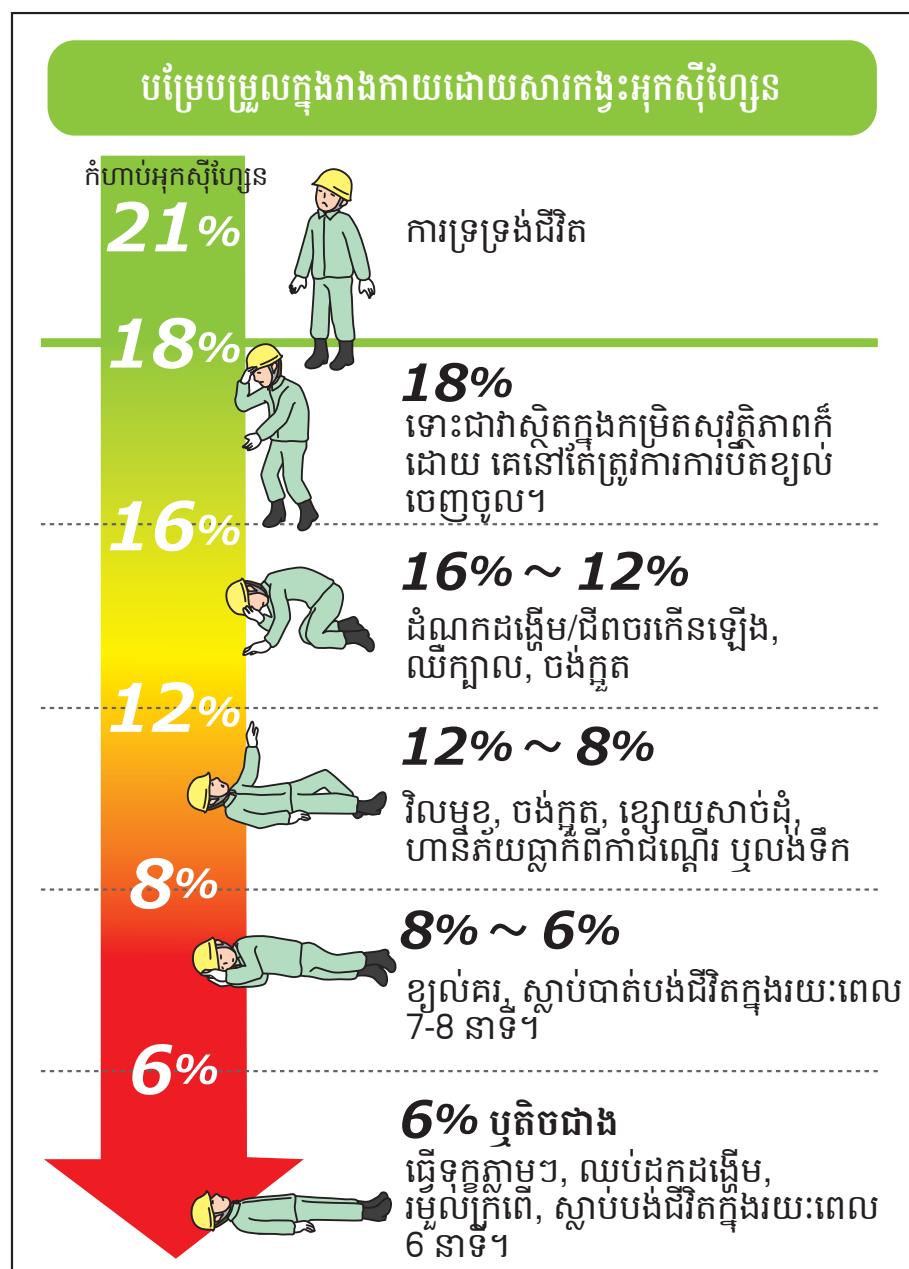
3. ឧបករណីបង្ការដីណាកដផ្លូវី

ត្រូវតែកាត់មាស់ការពេញលីនៅពេលធ្វើការងារនៅក្នុងបិស្បានមានផ្លូវីហើយ។ ជាតិសេស គេប្រើរាលម្រាប់ការងារការកាយដីខាងក្រោមដីចាប់ជាការកាយដីដោយប្រើប្រាយប៉ូត្រូបាមពល ការបំពេញការងារនៅតាមកន្លែងដែលធ្វើការធ្វើការនឹងទម្ងាក និងកន្លែងការងារបាត់បាត់បេតុង។

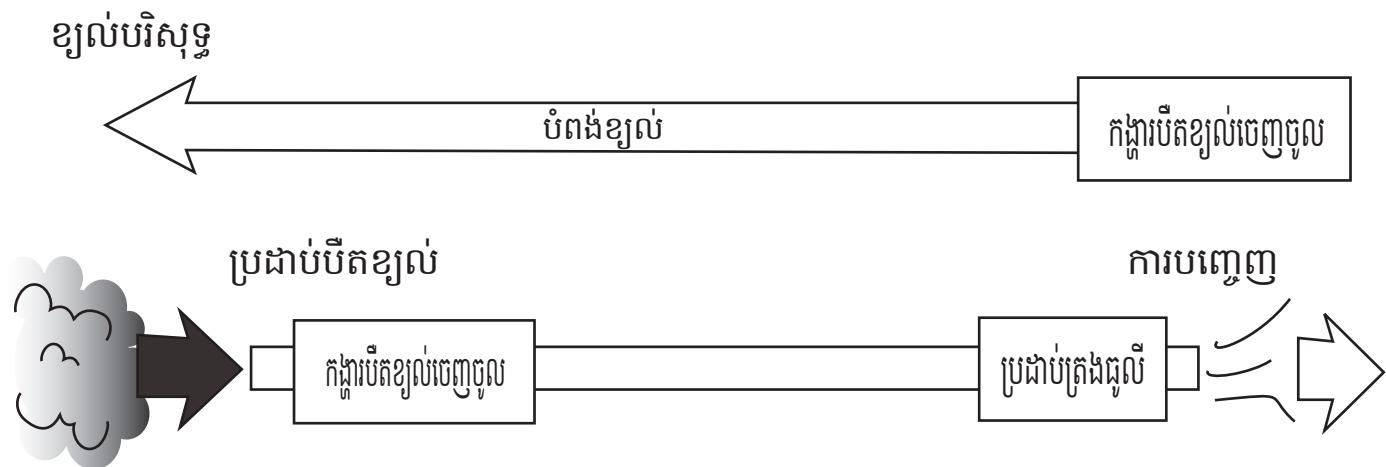


(3) វិធានការចំពោះកង្វ់៖អុកសុំហេរូន/ឧស្សាហ៍ពុល

នៅក្នុងការងារសាបនាទូទៅ ចំពោះត្រូវប្រើប្រាស់តួចចំពោះកង្វ់៖អុកសុំហេរូននិងការបំពេញខ្លួនពុល។ ការបោះឆ្នែមអុកសុំដីនិងការបោះឆ្នែមអុកសុំដាច់ស្សាហ៍តាមពេលវេលាដីនិងតាមតម្លៃ។ នៅត្រូវដែលអ្នកចុះឡើងការបោះឆ្នែមការងារដោយមិនពាក់គ្រឹះចំណាំ។ លើសពីនេះឡើតិចចំណាំដែលបានបង្កើតឡើង។

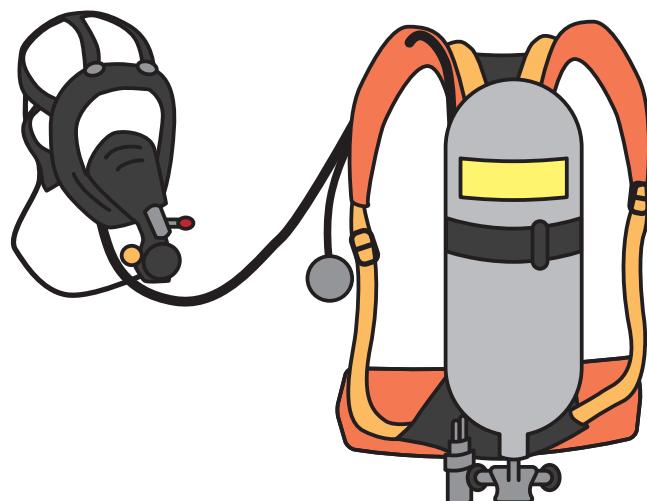


1. វិធានការចំណោះកង្វែងអកសិរីម្រោទ/ឧស្សែនពុល
 នៅក្នុងការងារសំណង់ ការបញ្ចូនឯងបញ្ហាលខ្សោលធ្វើឡើង
 ដោយប៉ុតខ្សោលក្នុងក្រុងជាមុនពុលបេញ ហើយ
 បង្កើតនិងបញ្ហាលខ្សោលបរិសុទ្ធបាន



2. ឧបករណ៍ដៃនូយដីណាកដដើម្បី

ឧបករណ៍ដៃនូយដីណាកដដើម្បីមគឺជាគ្រឹះងច្ចក់រការពោះដៃនូយដីណាកដដើម្បី
 ដែលបង្ហាញប៉ុតខ្សោលនៅក្នុងបរយាតសហរដ្ឋបញ្ហាលនៅក្នុងជួងខ្សោល។ ចូរ
 ស្រួលយល់ពារបែងប្រើឧបករណ៍ដៃនូយដីណាកដដើម្បីនៅក្នុងករណី
 ដែន្និ៍សប្តាហ្មោះ។



(4) សុវត្ថិភាពនៅក្នុងកន្លែងការងារដែលមានសំឡោះនិងរំព្រោះ

នៅពេលប្រើប្រាស់ក្រណីរំព្រោះកាន់ទប់ដោយដៃ តាំងចំត្រូវយល់ពីវិធាន សុវត្ថិភាពសម្រាប់រំព្រោះនិងសំឡោះ។

1. ចំណោះស្រាវជ្រួមដែលទេរសំឡោះ

ការងារដែលប្រើប្រាស់ក្រណីរំព្រោះដូចជាការបំបែកបូបបែកតុង បុករកយើងដោយដៃដោយប្រើប្រាស់ក្រណីរំព្រោះ។

2. ម៉ោងបំពេញការងារ

ម៉ោងបំពេញការងារដោម្បួយឧបករណីរំព្រោះដោឡូឡើតីរម៉ោងក្នុងម្នាយបី។

3. ការរកក្នុងប្រជាធិបតេយ្យ

ដើម្បីកាត់បន្ទយហានកិយទទួលនូវសំឡោះ ចូរប្រើគ្រឹះងច្ចារទូប់សំឡោះដូចជា ជាប្រជាប់ខ្លួនប្រចាំថ្ងៃកនិងផ្ទុកប្រចាំថ្ងៃក។ ប្រស្ថាមដែនទូប់រំព្រោះដើម្បីកាត់បន្ទយហានកិយនៅការទទួលនូវសំឡោះ។ ប្រជាប់ខ្លួនប្រចាំថ្ងៃកនិងប្រស្ថាមដែនគ្នាដូចជាប្រចាំថ្ងៃទូទៅ។



(5) ប្រពិបត្តិការនៅត្រួងគេមកត់

ដោយហេតុបាតិដីនៅត្រួងដើរការងារខ្លួនទូលោល
ទូលោលនៃការសាបនាទូលោលកាត់ភ្លើ (មុខ)
អាចមានគ្រាជ៊ង្ហាក់ផ្តាក់ប្រឈម (រប់)។

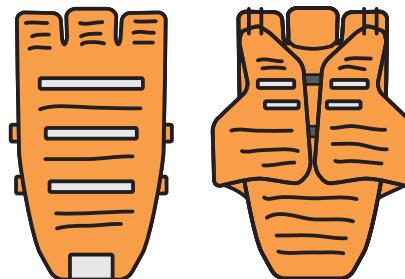
1. អ្នកឃ្លាយឱ្យឯកសាបនាទូលោលជាមធាសានជូនបានដែលបានខ្លួន
ត្រូវរាយការណើពីការផ្តាក់ដីថ្មី។

ចូលចិត្តឱ្យធានការដែន្នែសបេឡិចិច្ចុងខាងមុខទូលោលជាបន្ទាន់
ប្រសិនបើមានហានកាយនៃការខ្លួន
ខាតដោយការផ្តាក់ដីថ្មី។



2. ការរកក្រឹងប្រជាប់ការរករាយ

បុគ្គលិកដែលបំពេញការនៅចូងខាងមុខទូលោលត្រូវរាយកាត់មកសុវត្ថិភាព,
ក្រឹងការពារ (ប្រជាបការពារខ្លួន។ល។), សេវកដើរសុវត្ថិភាព (សេវកដើរកដឹង)
និងក្រឹងដំនួនយដ្ឋានកដឹងមែនមានកង្វារអគ្គិសន៍ ប្រសិនប់ចាំបាច់។



ប្រជាប់ការពារខ្លួន

ឧទាហរណ៍អំពីខែករណីការពារសម្រាប់បំពេញការ
នៅចូងខាងមុខទូលោល

(6) ការហើរការណ៍ដែលសនិងពន្លឹតអគ្គិភ័យ



- L** ការងារនៅខាងក្រុងទូលោលគឺជាការងារមួយនៅក្នុងទីធីដែលមិនបានដឹងទៀត (ក្នុងរន្ត)។ ចំពោះហេតុផលនេះ គេចាំបាច់ត្រូវគិតជាប់សុវត្ថិភាព ពីរោងរាយពីទីតាំងដែលនឹងបង្កប់បាន និងបង្កប់បាន ហើយប្រពិបត្តិការដួយសង្ឃារៈនៅក្នុងគ្រាមានគ្រាប់ច្បាក់ត្រូវបំណាយពេលប្រើប្រាស់។
- L** ជាការសំខាន់ត្រូវយល់ដឹងពីវិធីសាស្ត្រដែលនឹងបាន កំបន់ដែលនឹងបាន ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ដែលនឹងបាន និងវិធីសាស្ត្រពន្លឹតអគ្គិភ័យនៅក្នុងការព្រំមលក្ខណៈចំពោះការធ្វាក់ដំបូង ទីកន្លែងនៃ ការធ្វើឱ្យស្ថិត និងអគ្គិភ័យ។