

# “ការកាយទូរណែលនិងគ្រឿងចក្រស្ថាបនា និងការងាររៀបចំដី”

ចំណុចសំខាន់សម្រាប់សុវត្ថិភាពនិងសុខភាព

## សុវត្ថិភាពក្នុងការបំពេញការងារខ្លាំងទូរណែល (ការងារទឹកកន្លែងខ្ពស់/អណ្តូង)

### (1) ការងារអណ្តូងបញ្ជូរនៅក្នុងការខ្លាំងទូរណែល

ការងារអណ្តូងបញ្ជូរនៅក្នុងការស្ថាបនាទូរណែលរួមមាន ៖

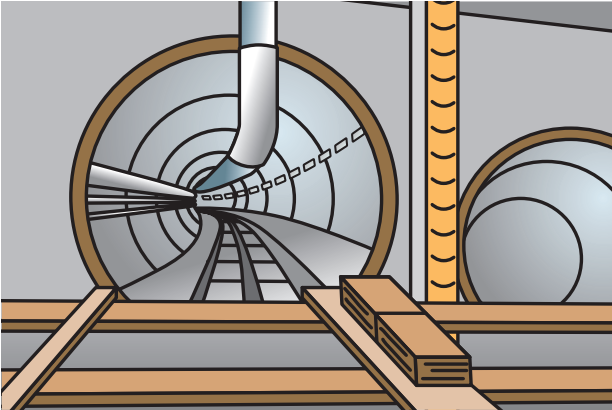
- ដឹកជញ្ជូនសម្ភារនិងគ្រឿងបរិក្ខារចេញចូលក្នុងអណ្តូង
- ប្រតិបត្តិការគ្រឿងចក្រ

អណ្តូងបញ្ជូរប្រែប្រួលតាមទំហំនិងចំណុះការងារដោយអាស្រ័យលើកម្រិតនិងស្ថានភាពសំណង់ ។ វិធានការបង្ការការធ្លាក់ឬធ្លាក់សម្ភារនិងគ្រឿងបរិក្ខារមានសារៈសំខាន់ណាស់ ។

#### អណ្តូងបញ្ជូរ

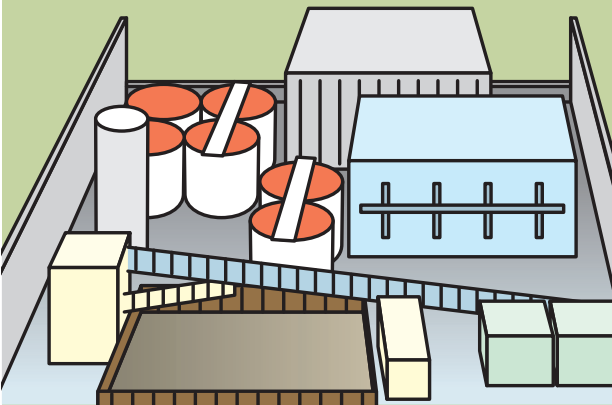
អណ្តូងបញ្ជូរប្រើដើម្បីដឹកជញ្ជូនសម្ភារនិងគ្រឿងបរិក្ខារចាំបាច់សម្រាប់សំណង់ទូរណែលទៅក្នុងកន្លែងកាយទូរណែលឬទៅកាន់ផ្លូវថ្នល់ ។

វត្ថុធ្ងន់ដូចជាសម្ភារនិងគ្រឿងបរិក្ខារត្រូវដឹកជញ្ជូនចេញចូលដោយប្រើផ្លូវនិងអណ្តូង ។



#### បរិក្ខារគ្រឿងចក្រ

បរិក្ខារគ្រឿងចក្រគឺជាគ្រឿងបរិក្ខារមិនស្ថិតនៅលើផ្លូវថ្នល់ដែលចាំបាច់សម្រាប់ការស្ថាបនាទូរណែល ។ មានកន្លែងស្តុកដីដែលកាយចេញនិងជាកន្លែងសម្រាប់សមាជិកដឹកជញ្ជូនទូរណែល ។ ការដំឡើងនិងការយកវត្ថុទាំងនេះចេញនិងប្រតិបត្តិការគ្រឿងបរិក្ខារនៅអំឡុងពេលសំណង់ទូរណែលត្រូវបានធ្វើឡើង ។

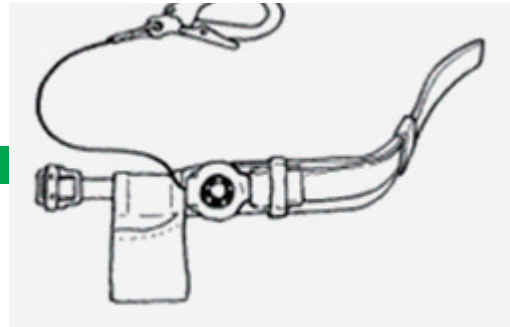
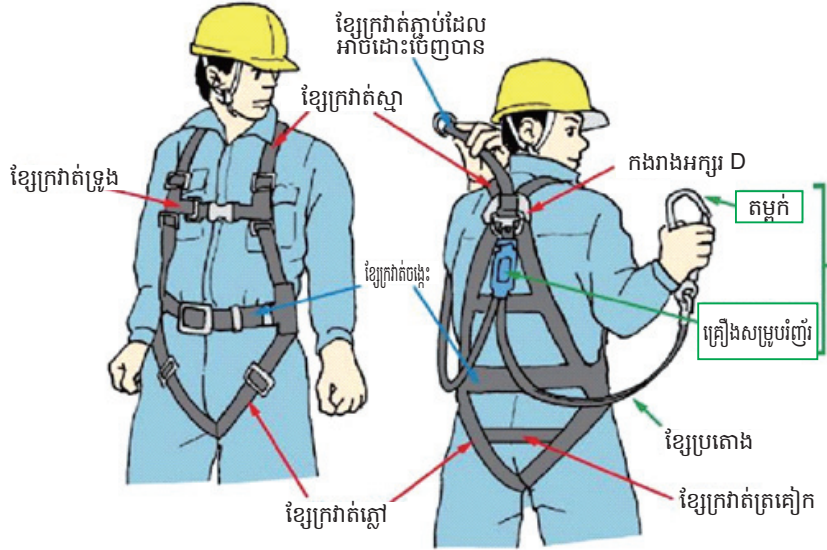


## ( 2 ) ប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់ ( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ )

1. ចំពោះស្ថានភាពដូចតទៅនេះ៖  
នៅពេលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ធ្លាក់ដោយសារតែបំពេញការងារនៅកម្ពស់  
លើសពី 2 ម៉ែត្រ ចូរពាក់ប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់  
( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ ) ។

2. ប្រភេទប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់ ( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ )  
ប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់ ( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ ) មានពីរប្រភេទ៖  
ប្រភេទខ្សែក្រវាត់ចង្កេះនិងប្រភេទចង្វាយខ្សែពេញ ។ នៅពេលធ្លាក់  
ដោយសារតែប្រភេទក្រវាត់ចង្កេះប៉ះទង្គិចរាងកាយខ្លាំង  
ពេក ជាគោលការណ៍គួរប្រើ”ប្រភេទចង្វាយខ្សែពេញ” ។

ប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់  
( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ប្រភេទចង្វាយខ្សែពេញ )

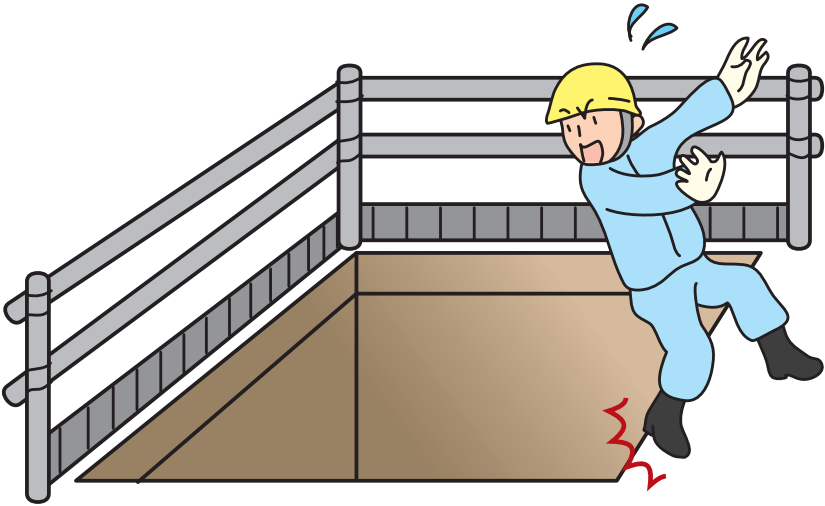


ប្រភេទខ្សែក្រវាត់ចង្កេះ

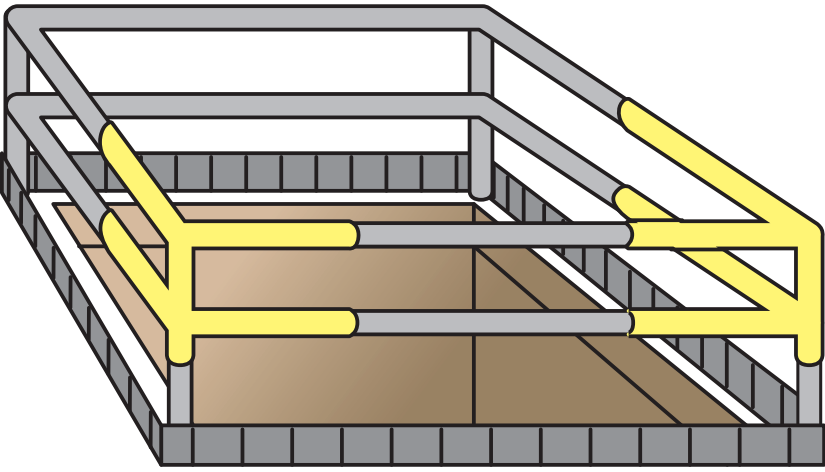
3. ចាំបាច់ត្រូវតែទទួលការបណ្តុះបណ្តាលពិសេស ។  
នៅពេលប្រើប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់  
( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ប្រភេទចង្វាយខ្សែពេញ ),  
ចាំបាច់ត្រូវតែទទួលការបណ្តុះបណ្តាលពិសេស ដែលរួមមាន  
ច្បាប់ពាក់ពន្ធ និងជំនាញជាក់ស្តែងដូចជាការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ជាដើម ។

### (3) សុវត្ថិភាពបំពេញការងារនៅត្រង់ប្រឡោះដែលគ្មានអ៊ីយ៉ាំង

នៅពេលធ្វើការងារនៅជិតអណ្តូងបញ្ជូរ នៅអំឡុងពេលផ្ទុកឬទម្លាក់សម្ភារឬគ្រឿងបរិក្ខារ, ចាំបាច់ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នក្រែងលោឆ្នាក់ពីប្រឡោះដែលគ្មានអ៊ីយ៉ាំង ។



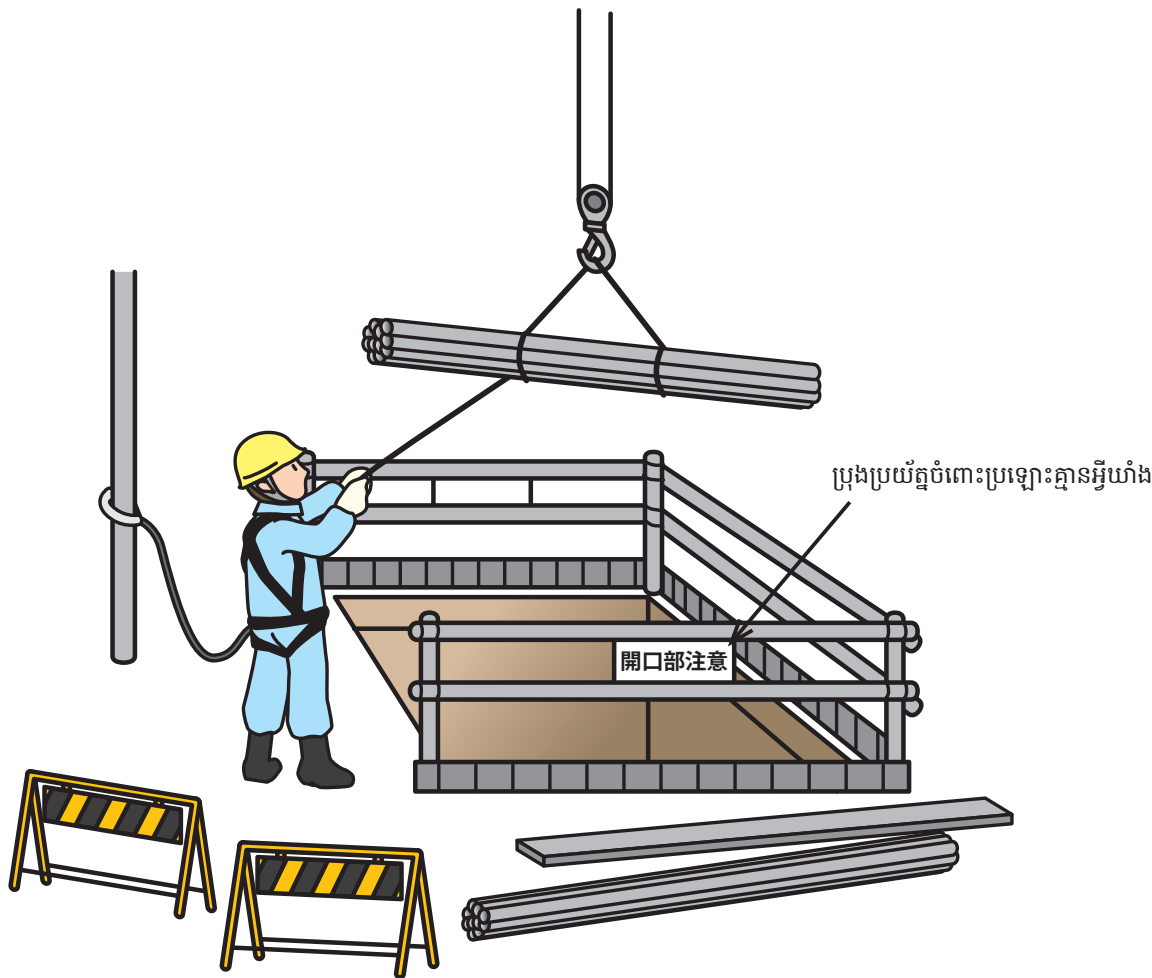
1. ការបង្ការការធ្លាក់នៅត្រង់ប្រឡោះដែលគ្មានអ៊ីយ៉ាំង  
ត្រូវតែដាក់របងហ៊ុំ, បង្កាន់ដៃ, គម្រប ។ល។ នៅត្រង់កន្លែងដែលអាចបង្កគ្រោះនៅត្រង់ប្រឡោះដែលគ្មានអ៊ីយ៉ាំង ឬគ្រឹមផ្នែកហូមការងារដែលមានកម្ពស់ 2 ម៉ែត្រ ឬខ្ពស់ជាងនេះ ។  
ប្រឡោះដែលគ្មានអ៊ីយ៉ាំងមិនកំណត់ត្រឹមផ្នែកនៅផុតពីដីប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែជាផ្នែកហូមបំពេញការងារនៅក្នុងអណ្តូងបញ្ជូរផងដែរ ។



## 2. ចំណុចនៅត្រង់ប្រឡោះដែលគ្មានអ្វីយ៉ាង

ហាមដោះបង្កាន់ដៃចេញដោយគ្មានការអនុញ្ញាត ។

ប្រសិនបើចាំបាច់ត្រូវដោះវាចេញដោយខានមិនបានសម្រាប់ហេតុផលការងារ ចូរសុំការអនុញ្ញាតពីមេការជាមុនសិន ហើយចាប់ដំឡើងវិញជា បន្ទាន់នៅពេលបំពេញការងាររួច ។

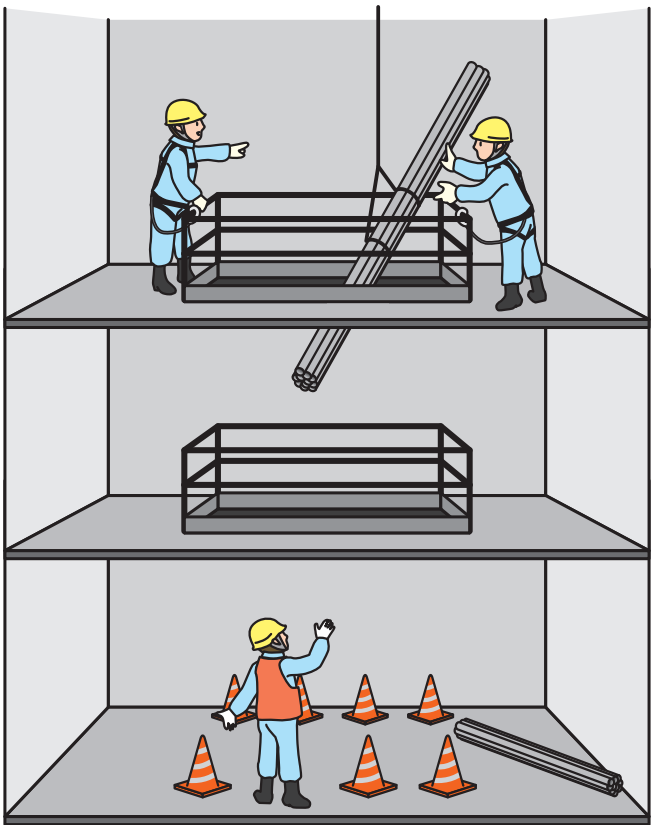


នៅពេលដោះបង្កាន់ដៃ/របារកណ្តាលចេញពីកន្លែងដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ ចាំបាច់ត្រូវពាក់ ប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់ ( ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់ ) និងហាមថ្នាក់វានឹងបង្កាន់ដៃ ។ លេសពីនេះទៀត ហាមឡើងនិងចុះដោយប្រើបង្កាន់ដៃឬរបារកណ្តាលជាកាំជណ្តើរ ។

### (4) សុវត្ថិភាពកន្លែងការងារដែលគ្រោះថ្នាក់ដោយសារការខ្ចាតឬធ្លាក់វត្ថុ

មានគ្រោះថ្នាក់កើតឡើង ដូចជាការធ្លាក់សម្ភារពីប្រឡោះដែលគ្មានអ្វីឃាំង និងប៉ះចំបុគ្គលិកនៅខាងក្រោមអណ្តូងបញ្ជូរ។ នៅក្នុងការស្ថាបនាទូលំទូលាយ, សម្ភារនិងគ្រឿងបរិក្ខារដែលគេចាត់ចែងគឺមានទំហំធំនិងវែង ដូច្នេះអាចមានគ្រោះថ្នាក់ព្រោះតែបាត់បង់លំនឹងដោយប៉ះនឹងប្រឡោះដែលគ្មានអ្វីឃាំង និងបន្ទុកស្ទួចធ្លាក់។

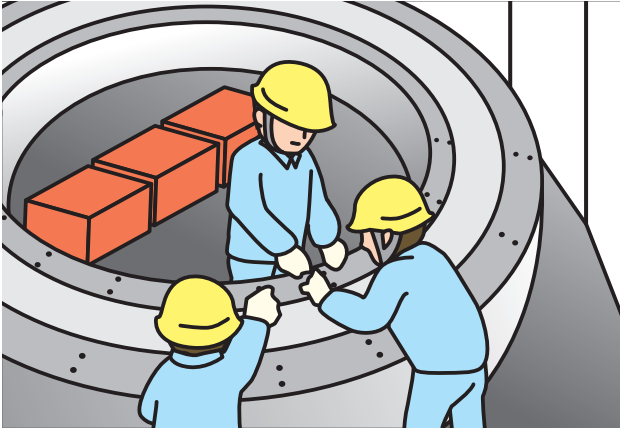
ហាមមនុស្សចូលនៅខណៈពេលកំពុងលើកនិងទម្លាក់សម្ភារ ដូច្នេះចូរកុំបំពេញការងារនៅកម្រិតខាងលើនិងខាងក្រោមក្នុងពេលជាមួយគ្នា។ ចំពោះវត្ថុវែង ចូរប្រើខ្សែពួរជំនួយដើម្បីបង្ការការធ្លាក់បន្ទុកវាយប៉ាយ។ លើសពីនេះទៀត ចូរប្រើប្រព័ន្ធបង្ការការធ្លាក់ (ចង្វាយខ្សែបង្ការការធ្លាក់) នៅពេលចាប់កាន់បន្ទុកនៅត្រង់ប្រឡោះដែលគ្មានអ្វីឃាំង។



# (5) សុវត្ថិភាពក្នុងការចាត់ចែងវត្ថុធ្ងន់

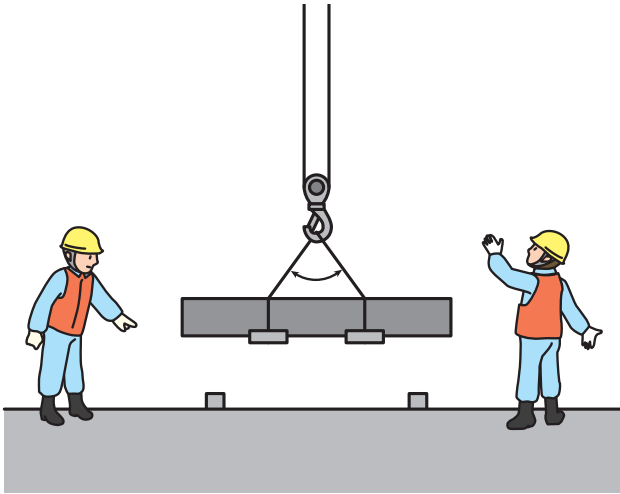
វត្ថុជាច្រើនដែលប្រើប្រាស់នៅក្នុងការស្ថាបនាទូរណែលសុទ្ធតែជាវត្ថុធ្ងន់ ។

- ការផ្លាស់ទីគ្រឿងចក្រខ្នងទូរណែលនិងគ្រឿងបរិក្ខារផ្សេងៗ និងការដឹកជញ្ជូនពួកវាទៅក្នុងអណ្តូងបញ្ជូរ
- ការងារដឹកជញ្ជូនគ្រឿងបំណែកចូល (សមាជិករៀបទូរណែល) និងបំពង់ ។
- ការជញ្ជូនចូលនិងផ្ទុកដែលទប់និងដៃក្រីបសម្រាប់ធ្វើគ្រោង ។
- ការជញ្ជូនសម្ភារចេញ/ចូល និងកិច្ចការដទៃទៀត ។



1. ការបញ្ជាក់អំពីការងារយោងឬស្ទួច  
 នៅពេលបន្តកសួចរបស់ដងសន្ទូចមានទម្ងន់ 1 តោន ឬច្រើនជាងនេះ  
 បុគ្គលិកនោះត្រូវតែជាអ្នកដែលបានបញ្ចប់  
 “វគ្គបណ្តុះបណ្តាលជំនាញសម្រាប់ប្រតិបត្តិការស្ទួចយោង”  
 សម្រាប់ការស្ទួចនិងការងារដទៃទៀតដែលមិនគិតពីទម្ងន់ ។

2. បម្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការងារស្ទួចយោង  
 ហាមចូលក្នុងតំបន់នៅក្រោមបន្ទុក  
 ស្ទួចនៃដងសន្ទូច ។



# (6) សុវត្ថិភាពនៅការបំពេញការងារកាត់ដែកប្រើឧស្ម័ន។ល។

ការកាត់ដោយឧស្ម័នប្រើដើម្បីកាត់ផ្នែកដែកបែប ។  
នៅក្នុងការងារកាត់ដែកដោយឧស្ម័ន ក្រៅពីសុវត្ថិភាពរបស់បុគ្គលិក  
ការគិតគូរពីបរិស្ថានជុំវិញក៏មានសារៈសំខាន់ផងដែរ  
ដើម្បីបង្ការការព្រួយផ្តាភ្លើងនៅអំឡុងពេលកាត់ ។



## 1. គ្រឿងបរិក្ខារកាត់ប្រើឧស្ម័ន

ឧស្ម័នដូចជាអុកស៊ីហ្សែន  
អាសេទីឡែន និងប្រូប៉ានត្រូវតែបញ្ចូលទៅក្នុងធុងដែកឧស្ម័នសម្អាតខ្ពស់ ។  
ពណ៌ធុងឧស្ម័នគេកំណត់ពណ៌ខ្មៅសម្រាប់អុកស៊ីហ្សែន  
និងពណ៌ត្នោតសម្រាប់អាសេទីឡែន ។

## 2. គ្រឿងបរិក្ខារការពារសុវត្ថិភាព

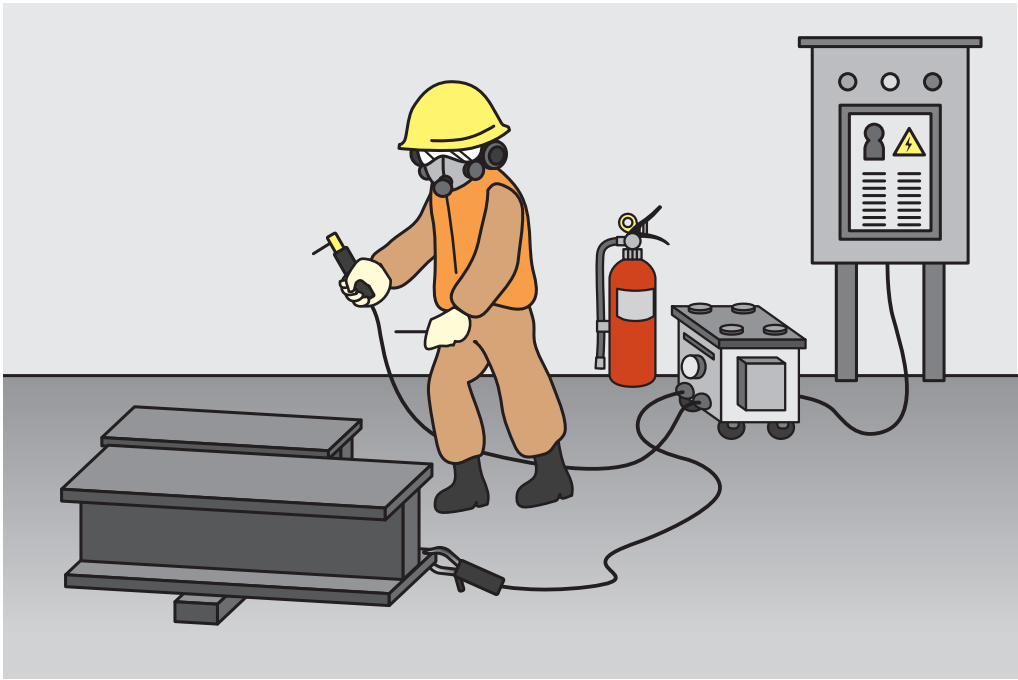
បុគ្គលិកត្រូវពាក់មួកសុវត្ថិភាព វ៉ែនតាការពារ ប្រដាប់ជំនួយដំណកដង្ហើម  
និងស្រោមដៃ ។

## 3. ការបញ្ជាក់

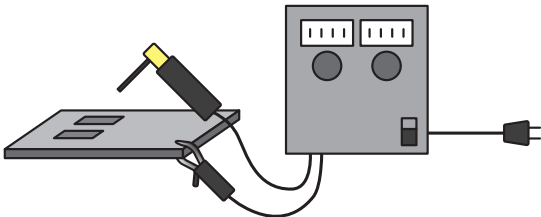
ដើម្បីផ្សារ កាត់ ។ល។ ដោយប្រើឧស្ម័ន បុគ្គលិកគួរតែបានបញ្ចប់  
“វគ្គបណ្តុះបណ្តាលជំនាញសម្រាប់ការផ្សារប្រើឧស្ម័ន”  
ពីព្រោះតែប្រើឧស្ម័នទ្រទ្រង់ចំហេះនិងអុកស៊ីហ្សែន ។

# ( 7 ) សុវត្ថិភាពនៅក្នុងប្រតិបត្តិការផ្សារអ័ក្ស

ការផ្សារអ័ក្ស ( ធូប ) ជាញឹកញយគេប្រើវានៅក្នុងការស្ថាបនាទូរណ៍លដើម្បីផ្សារសម្ភារដែក។



1. ឧបករណ៍ផ្សារអ័ក្ស  
ឧបករណ៍ផ្សារអ័ក្សរួមមានម៉ាស៊ីនផ្សារ ក្បាលផ្សារ និងម៉ាស។



2. វិធានសុវត្ថិភាព  
បុគ្គលិកគួរពាក់មួកសុវត្ថិភាព វ៉ែនតាការពារ ប្រដាប់ជំនួយដំណកដង្ហើម និងស្រោមដៃ ។ល។

3. ការបញ្ជាក់  
នៅពេលអនុវត្តការផ្សារ បុគ្គលិកគួរតែបានបញ្ចប់ “ការបណ្តុះបណ្តាលពិសេសសម្រាប់ការងារផ្សារ” ។