בטיחות וגיהות

עלון בטיחות עכשיו גם באינטרנט
www.osh.org.il

המוסד לבטיחות ולגיהות
בטיחות ובריאות בעבודה - זה אנחנו.

ISSN: 0793-2480
המערכת: מזא"ה 22 ת"א, ת.ד. 1122, מיקוד 61010, טל' 03-5266476

גיליון 500
ינואר 2012
טבת תשע"ב

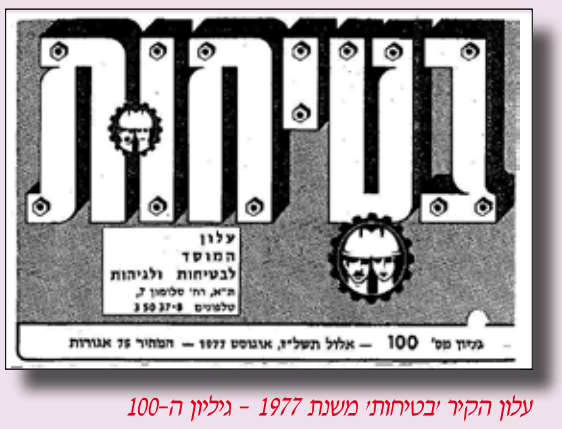
עלון הקיר שלנו כבר בן 40 פלוס!

ב-1970, במסגרת עבודתה של מחלקת ההוצאה לאור של המוסד לבטיחות ולגיהות, יצא עלון הקיר הראשון. למעלה מ-40 שנה עברו, ומאז ועד היום הוא יוצא מדי חודש בחודשו. הזמנים משתנים וגם הוא, עלון הקיר שלנו מקבל מדי פעם מראה חדש, גם אם תכניו ממשיכים לדבוק בהמלצות לפועל ולעובד בישראל כיצד לשמור ולהגן על חייו ובריאותו במסגרת עבודתו. אספנו מעט זכרונות מאותה תקופה. בואו ניתן כבוד לעלון הקיר 'בטיחות וגיהות'. קבלו אותו:

וכך, מילה במילה, כתוב היה בעמוד הראשון של עלון ה-100:

"הרבה מאוד מים זרמו בירדן (אם כי לא מספיק) מדי שנה מאז החילונו, לפני כשבע שנים, בהוצאה לאור של עלון זה. במשך שנים רצינו למצוא דרך להגיע אליך ולהביא בפניך את דבר הבטיחות בעבודה. רצינו למצוא אמצעי פשוט ויעיל שנוכל להפיצו בכל המפעלים ובמקומות העבודה האחרים. יותר מכל היה לנו חשוב למצוא את השפה המתאימה, על מנת שאת/אתה אמנם תקראו את שאנו רוצים לומר לך בכתב (מחוסר אפשרות לפגוש כל אחד מכם ולשוחח עמו בעי"פ).

*ואז נולד הרעיון - לא אצלנו, אלא אצל ידידינו **חיים יחיאל**, מהנדס הבטיחות של מפעלי "כור". כיום, לאחר שנים שהעלון מצוי "בכל מקום" - במפעל, בחווה החקלאית, בבית האריזה, באוניברסיטה, בטכניון ובבתי הספר המקצועיים, אני יודע שהשגנו את מטרתנו. קוראים את העלון, וכאשר אין הוא מגיע בזמן אני מקבל מכתבים מלאי טענות וטרוניות על איחור בקבלתו (למען האמת אני ממש נהנה ממכתבים אלה - לא בגלל האיחור בקבלת העלון, אלא בגלל שאכפת לכם כאשר אין הוא מגיע...)*



עלון הקיר 'בטיחות' משנת 1977 - גיליון ה-100

*נכון, אין העלון מושלם ואינו שואף לשלמות, אבל אפשר לשפרו, וזאת נעשה. אני חייב הרבה תודה לחיים יחיאל ידידי וכן חייב אני תודה לעורך, **יעקב צויגהפט**, איש המוסד, שאינו חוסך כל מאמץ להגיש לך עלון טוב ככל הניתן. ואחרון אחרון חביב אני חייב תודה לכם הקוראים על תשומת הלב שאתם נותנים לאותיות ולמילים בעלון".*

נ. עמידן, מנכ"ל המוסד ■

מוקדי שירות טלפוניים:
גורמי סיכון אופייניים וסקר סיכונים לאיתור מוקדם

מאת עידו מורג, יועץ ארגונומיה והנדסת אנוש

מוקד שירות טלפוני הינו ארגון שעיקר המערך התפעולי שלו מבוסס על תקשורת טלפונית עם לקוחות. מדובר בסביבה דינמית שיש בה סיכונים

פעילות המוקדים מכילה הן שיחות יוצאות למטרות מכירות ושיווק והן שיחות נכנסות למטרות שירות לקוחות, תמיכה טכנית, מתן מידע וגבייה. מוקדנים עונים בממוצע ל-100 עד 250 שיחות נכנסות ביום.

סביבת העבודה במוקד הינה דינמית וככזו היא נושאת בחובה גם מגוון של סיכונים בריאותיים שהמודעות אליהם בקרב העובדים והמעסיקים נמוכה ביותר.

התסמינים המעידים על קיום סיכונים כאלה כוללים כאבים ותחושות אי נוחות במערכת שריר-שלד הנובעים מישיבה ממושכת ומחוסר התאמה של עמדת העבודה למוקדן; מתחים פסיכולוגיים הנובעים מעומס עבודה גבוה, מדרישות תפקיד של מנהלים, מעבודה מול לקוחות "קשים" ומעבודה במשמרות; ליקויי הגיה הנובעים מעומס שיחות עם לקוחות ויכולים לבוא לידי ביטוי בפגיעה במיתרי הקול, בכאב, בצרידות ואף באיבוד זמני של היכולת לדבר; מתסמינים אחרים המכונים "סינדרום הבניין החולה", שמקורם במאפיינים סביבתיים כדוגמת זרימה לא מספקת של אוויר צח ממערכת האוורור, תאורה לקויה או ריחות חריפים כמו צבע וחומרי ניקוי. תסמינים אלה עלולים לגרום לכאבי ראש, לעייפות יתרה, לגירויים בעיניים, באף ובגרון ולבעיות נשימה.

להפחתת החשיפה של העובדים לסיכונים אלה משמעות רבה: היא מעלה את תפוקת העבודה, וזאת בעקבות קיצור משך השיחות וקיצור משך ההמתנה בין השיחות, היא משפרת את איכות השירות ללקוחות ומעלה את שביעות הרצון של המוקדנים.

על מנת לאתר את גורמי הסיכון ולצמצם את חשיפת העובדים אליהם פיתח המוסד סקר סיכונים לשימוש עצמי. ביצוע סקר כזה הינו קל ופשוט ומבוסס על שאלונים למילוי עצמי של העובדים והמנהלים וניתנים להורדה מאתר האינטרנט של המוסד לבטיחות ולגיהות.

אם בסיום ביצוע סקר הסיכונים ירצו המשתמשים לבצע ניתוח נתונים של תוצאות הסקר ולקבל עזרה באיתור בעיות ובפתרונות מתאימים, הם מוזמנים לפנות לאגף הגיהות של המוסד. תמיכה זו של אגף הגיהות תכלול גם מדידה על ידי מדריך המוסד של מאפיינים סביבתיים במוקד, כדוגמת ריכוז פחמן דו חמצני, לחות יחסית, טמפרטורה, רעש ותאורה. ■

שעות נוספות עלולות להגדיל סיכון למחלת לב

מחקר בריטי חדש קובע, שמי שעובד שעות נוספות באופן קבוע עלול להגדיל ב-60% את הסיכון שלו לסבול ממחלת לב

המחקר בחן 6,000 עובדי מדינה בריטיים, כאשר במחקר נלקחו בחשבון גורמי סיכון מוכרים למחלות לב דוגמת עישון. החוקרים הציעו מספר הסברים למצאי המחקר, בין היתר שאנשים שעובדים כל יום שלוש או ארבע שעות נוספות עלולים להיות לחוצים יותר או מדוכאים. הסבר נוסף אומר, כי ניתן לכנות עובדים אלה כבעלי סוג אישיות הנקראת "A type", כלומר אנשים שיכולים להיות תוקפניים ונוחים להתרגז. לחילופין, לאנשים שנמצאים יותר שעות בעבודה יש פחות זמן להתעמל ולהירגע וקרוב לוודאי שהם יעבדו גם בשעת מחלה. המחקר גם מתבסס על מחקר נוסף שנערך על ידי מומחה בתחום הבריאות והרווחה, שמצא כי 72% מהמשתתפים עובדים מספר שעות רב מאשר שעות העבודה הבסיסיות שלהם, 29% נשארים מאוחר בעבודה פעמיים בשבוע ו-27% עובדים עד שעות מאוחרות כל יום. אחד החוקרים ציין, שהמחקר מצביע על כך שהעובדה שאנשים עובדים שעות עבודה רבות מושרשת בתרבות העבודה העכשווית, וכי למיתון הכלכלי יש השפעה על הדרך בה אנשים עובדים.

לבנת כהן, פסיכולוגית ארגונית במרכז המידע של המוסד לבטיחות ולגיהות, פירסמה את עיקרי המחקר ותוצאותיו בעלון האלקטרוני (Newsletter) של אתר המוסד לבטיחות ולגיהות. ■

בעיתונות המקומית מצאנו:

כמעט אסון מדליפת גז ממשאית

בחלקה האחורית של משאית המובילה חומרים מסוכנים זוהתה דליפת גז. למקום הוזעקו מיד אנשי התחזוקה של חברת הגז ומיד אחריהם כל גורמי החירום - כיבוי אש, מד"א ומשטרה.

מבדיקה ראשונית עולה, כי גילוי הערנות והתגובה המהירה של צוותי החירום הם שמנעו מאסון להתרחש - אסון שיכול היה להיות כבד.

■■■

שני פועלים נפלו ונפצעו

פועל שיפוצים נפל מסולם במהלך עבודה בדירת מגורים ונפצע קשה.

פועל במפעל נפל לתוך בור עם כימיקלים בעומק 1.5 מ' ונפצע באורח בינוני.

צוותי מד"א העניקו לשני הפועלים - כל אחד בנפרד, סיוע רפואי ושניהם פונו לבית החולים.

■■■

תאונת עבודה במכרה

פועל מכרה בדרום הארץ נפצע קשה מאוד במהלך עבודה. מחקירה ראשונית של משרד התמ"ת עולה, כי העובד מעד ונפגע בגבו וכי לא נמצאה עבירה על החוק, אולם אחיו של הפצוע טען כי מדובר ברשלנות.

עוד נמסר כי הפצוע משותק ממרכז הגוף ומטה ולסתו נשברה. הוא מורדם ומונשם.

מבירור עולה, כי במכרה נתגלו בעבר ליקויי בטיחות חמורים ובשנתיים האחרונות נהרגו במקום שני עובדים.

במקרה שלפנינו, הפועל שימש כנהג, כלל לא אמור היה להיכנס למכרה אך בכל זאת, מסיבה שטרם הובהרה, הוא נכנס פנימה.

האירוע נמצא בחקירה על ידי הרשויות המוסמכות.

■■■

פועל בניין התחשמל למוות

פועל באתר בנייה התחשמל, נפל מגובה רב ונהרג. רופא של מד"א קבע את מותו.

פועל במפעל נפל מגובה ונפצע באורח בינוני. צוות של מד"א הוזעק למקום, הגיש לפצוע סיוע ראשוני והוא פונה לבית החולים.

■■■

שלוש מאצבעותיו נקטעו

חשמלאי, חבר קיבוץ, נפגע בתאונת עבודה ברפת. הוא הגיע לבצע תיקונים במשאבה לניקוז מים ברפת, ידו הימנית נתפסה ברצועות המנוע של המשאבה ושלוש מאצבעותיו נקטעו באופן חלקי.

■■■

לחץ בעבודה עלול לגרום לסוכרת

עובד בנק טען כי מבחנים שהעביר אותו המעסיק גרמו לו לחלות בסוכרת. לדבריו, יום אחד זומן למבדקי התאמה לקבלת קביעות בבנק. לטענתו, כתוצאה מכך נגרמו לו מתח נפשי, חרדה ונדודי שינה, שנמשכו עד קבלת תוצאות המבדקים. במקביל החל לסבול מיובש בפה, צימאון והשתנה מוגברת. חודש לאחר מכן נמסרה לו הודעת פיטורין ובאוגוסט הוא אובחן כחולה סוכרת. האיש הוכר כנפגע תאונת עבודה. ■

דע יותר - קבל יותר
הצטרף לחוג העמיתים של המוסד לבטיחות ולגיהות
צלצל
03-6575147

טיפים לנהיגה בריאה

מאת ד"ר יוהנה גייגר, מדריכת ארגונומיה ארצית

מצב ישיבה מקשה על גבך בבית, במשרד וברכב. להלן כמה טיפים שיקלו על גופך במהלך נהיגה

במצב ישיבה מנח הדיסק הבין-חולייתי אינו מאפשר בלימת זעזועים טובה. הרקמות הנוספות, בהן שרירים ורצועות, אינן נמצאות במצב מאוזן וחשופות לעומס רב. בזמן נהיגה הישיבה קשה עוד יותר: היא סטטית מאוד, וגם כשאנו מושיטים ידיים להגה ורגליים לדוושות אין אפשרות לגיוון תנוחה. היא מתוחה מאד, באשר אנו דרוכים ומתמודדים עם תנאי כביש משתנים. בנוסף, הגב חשוף לרטט הנובע מהרכב עצמו.

שילוב של גורמים אלה מקשה מאד על הגב בעת הנסיעה, ועוד יותר בזמן הקימה הראשונה ממושב הנהג.

איך שומרים על הגב בזמן נהיגה?

■ **כוונו את מושב הרכב.** לפני כל נסיעה בדקו את מצב המושב והתאימו אותו לנוחותכם.

■ **שנו מדי פעם תנוחה.** נועו בתוך המושב. שנו מדי פעם את זווית המשענת או כיוונון המושב בעת עצירת הרכב.

■ **צאו מדי פעם מהרכב.** נצלו כל עצירה - לצורך תדלוק, העלאת נוסעים או לכל סיבה אחרת - ליציאה מהרכב ולמתיחת הגב לאחור.

■ **שמרו על הגב בזמן הנהיגה.** היעזרו בכרית או במגבת מגולגלת שתונח מאחורי הקשת המותנית, כדי לתמוך בשקע הטבעי של הגב בזמן הנהיגה.

■ **שמרו על הגב עם סיום הנסיעה,** בעיקר אם הייתה ממושכת. הימנעו ממאמץ לפני שאתם משחררים את העומס המצטבר לאחר הנהיגה. לדוגמה, אם עליכם לפרוק מטען מהרכב שחררו לפני כן את מתח הגוף שהצטבר במהלך הנהיגה ורק אחר כך העמיסו על גופכם מטען חדש. ■

היום לפני...

לרגל חגיגות ה-500 לעלון הקיר:
מנשר שר העבודה ל'חודש הבטיחות' 1970

חומר זה לקוח מעלון 'בטיחות' גיליון מס' 2, 1970

פועלי ישראל, מעסיקים, מנהלי עבודה, פעילי הבטיחות!

השנה אנו מקיימים את חודש הבטיחות בפעם השמינית. בחודש זה יעשו כל העוסקים במלאכת הבטיחות, מאמץ-יתר להגביר את תודעת הבטיחות במגמה להוריד את עקומת תאונות העבודה. ברור שהבטיחות בעבודה חייבת לעמוד בראש דאגתם של העובדים והמעסיקים בכל ימות השנה, אולם ראוי נושא זה שידובר בו רבות ותוקדש לו תשומת לב מיוחדת ופעילות ענפה ובלתי שגרתית חודש אחד בשנה.

מדינת ישראל, השרויה במלחמה על גבולותיה ומיטב בניה מוסרים את חייהם למען קיומה, חייבת לעשות כל מאמץ על מנת למנוע קרבנות אדם ונזקים כלכליים מיותרים למשק.

בשנה שחלפה, ניספו 120 איש בתאונות עבודה, כ-2000 הפכו נכים ומספר תאונות העבודה הסתכם ב-75 אלף. אבידות אלה בנפש, כתוצאה מתאונות עבודה והסבל האנושי הקשה שהן גורמות - אין להן כל תכלית והן לא נכפו עלינו מבחוץ. האשמה היא בתוכנו, התאונות הן תוצאה של חוסר ידע ושל רשלנות ובכוחנו למנוע אותן. נוסף לסבל האנושי נפגעו קשות גם המשק והכלכלה וזאת בשעה שמשקנו וכלכלתנו נתונים במצוקה קשה ביותר. בידינו להפחית ולצמצם את התאונות ולמנוע קיפוח-חיים, סבל ונזק. יודע אני, כי כל העוסקים במלאכת הבטיחות עושים עבודתם נאמנה. מפקחי העבודה, המוסד לבטיחות ולגיהות, עובדים, מעסיקים ופעילי הבטיחות בכל הארץ הגבירו בשנה האחרונה מאמצים לשפר את אמצעי הבטיחות.

המוסד לבטיחות ולגיהות הרחיב את פעולותיו במידה ניכרת בין השאר גם בכל מערכות החינוך בארץ. הוקמו 18 מועצות ציבוריות ארציות שפעילים בהן טובי אנשי המקצוע בשטח הבטיחות והמטרה המאחדת את כולם בפעולות ההסברה וההדרכה היא קידום הבטיחות. מחלקת הפיקוח על העבודה בעזרת עשרות מפקחים, אינה חוסכת מאמץ להגיע לכל מקום עבודה ברחבי הארץ, על מנת לפקח על חוקי העבודה ולהנחות את המפעלים בשיטות בטיחות יעילות.

הממונים על הבטיחות במפעלים, חברי ועדות בטיחות, הפעילים בקרוב ל-1,500 מפעלים ואלפים אחרים, העושים מלאכתם בהתנדבות, יבואו על הברכה.

עזה תקוותי שחודש הבטיחות יגביר תודעת הבטיחות בתוכנו.

הבה נשקיע מאמצים גדולים יותר ונחתור להישגים שמשמעותם פחות תאונות, פחות נפגעים ופחות נזקים לכלכלה על מנת להגביר תפוקה ובטיחות לאדם ולמשק.

יוסף אלמוגי, שר העבודה

המוסד לבטיחות ולגיהות
בטיחות ובריאות בעבודה - זה אנחנו.

מרכז המידע מודיע:

• **יש לך בעיה או שאלה** כללית או אישית בתחומי בטיחות ובריאות בתעסוקה?
• **האם אתה זקוק למידע** בנושאי בטיחות וגיהות, חומרים מסוכנים, מניעת תאונות וכד'?

פנה למרכז המידע ותיענה במהירות

ניתן לפנות טלפונית, באמצעות הפקס או בדוא"ל
כל הפניות נשמרות בסודיות • התשובות ללא תשלום
(למעט תשובות ליועצים פרטיים, לשמאים ולעורכי דין).

כתובתנו: המוסד לבטיחות ולגיהות, מרכז המידע
רח' מזא"ה 22, תל אביב ת.ד. 1122 מיקוד 61010
דוא"ל: info@osh.org.il **טל.** 03-5266455, **פקס.** 03-5266456

שירות חדש לנוחות המשתמשים:
חיוג מקוצר: 9394* מכל טלפון - סלולרי וקווי

הערת המערכת: אני משתדלים לשמור על הטקסט כמו שהוא, ללא שינוי ערכים או תגהה. הרבה חן אפשר למצוא בעברית של אז...