



**ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា  
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ**

**ក្រសួងការងារនិងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ  
អគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសនិងវិជ្ជាជីវៈ**

**កញ្ចប់សិក្សាផ្នែកលើសមត្ថភាពកម្រិត៥**

**សមត្ថភាពមូលដ្ឋាន**

**សញ្ញាបត្រជាន់ខ្ពស់បច្ចេកទេស**



សមត្ថភាពមូលដ្ឋាន  
ម៉ូឌុល ៧

ការត្រួតពិនិត្យបញ្ហាប្រឈមការងារ OHS នៅក្នុង  
សំណង់ឧស្សាហកម្ម

Occupational Health & Safety



គណៈកម្មាធិការជាតិបណ្តុះបណ្តាល

# មាតិកា

ទំព័រ

របៀបប្រើប្រាស់សម្ភារសិក្សាផ្នែកលើសមត្ថភាពនេះ.....	i
មាតិកាម៉ូឌុលសង្ខេប .....	1
ល.ស០១ ៖ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ .....	2
សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.១-១ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ .....	3
ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.១-១ .....	35
ចម្លើយគំរូ ៥.៧.១-១ .....	36
ល.ស០២៖ ការការពារ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ .....	37
សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.២-១៖ ការការពារ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ .....	38
ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.២-១ .....	42
ចម្លើយគំរូ ៥.៧.២-១.....	43
ល.ស០៣៖ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់.....	44
សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.៣-១៖ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ .....	45
ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.៣-១ .....	54
គំរូចម្លើយ ៥.៧.៣-១ .....	55

## របៀបប្រើប្រាស់សម្ភារសិក្សាផ្នែកលើសមត្ថភាពនេះ

សូមស្វាគមន៍!

ម៉ូឌុលនេះមានសម្ភារបណ្តុះបណ្តាលនិងសកម្មភាពសម្រាប់អ្នក ដើម្បីបំពេញផ្នែកសមត្ថភាព “ត្រួតពិនិត្យបញ្ហាប្រឈមការងារ OHS នៅក្នុងសំណង់ឧស្សាហកម្ម” មានចំណេះដឹង ជំនាញ និងឥរិយាបថដែលតម្រូវសម្រាប់ផ្នែកមួយនៃសមត្ថភាពមូលដ្ឋានរបស់គុណវុឌ្ឍិកម្រិត៥ នៃក្របខណ្ឌគុណវុឌ្ឍិជាតិកម្ពុជា។

អ្នកត្រូវអនុវត្តសកម្មភាពរៀនជាបន្តបន្ទាប់ ដើម្បីសម្រេចលទ្ធផលសិក្សានីមួយៗ នៃម៉ូឌុល។ នៅក្នុងលទ្ធផលសិក្សានីមួយៗ មានសន្លឹកព័ត៌មាន និង/ឬសន្លឹកប្រតិបត្តិ ឬ សន្លឹកការងារ ឬ បញ្ជីលក្ខណវិនិច្ឆ័យនៃការអនុវត្ត (ឯកសារយោងសម្រាប់អានបន្ថែមដើម្បីជួយអ្នកឱ្យយល់កាន់តែច្បាស់ និងសកម្មភាពដែលមានតម្រូវការ)។ អនុវត្តសកម្មភាពទាំងនេះដោយខ្លួនឯង ហើយឆ្លើយនូវស្វ័យវាយតម្លៃនៅចុងបញ្ចប់ នៃលទ្ធផលសិក្សានីមួយៗ។ អ្នកអាចដកសន្លឹកចម្លើយនៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ូឌុលនីមួយៗ (ឬយកពីអ្នកសម្របសម្រួល / គ្រូបង្វឹករបស់អ្នកនូវក្រដាសស) ដើម្បីសរសេរចម្លើយរបស់អ្នកសម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យខ្លួនឯង។ ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរ សុំកុំស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការស្នើសុំជំនួយពីអ្នកសម្របសម្រួល ឬគ្រូរបស់អ្នក។

**ចងចាំថា៖**

- និយាយជាមួយគ្រូរបស់អ្នក និងយល់ព្រមអំពីវិធីដែលអ្នកនឹងរៀបចំវគ្គបណ្តុះបណ្តាលនេះ។ អានម៉ូឌុលដោយយកចិត្តទុកដាក់។ វាត្រូវបានបែងចែកជាផ្នែកដែលគ្របដណ្តប់លើជំនាញនិងចំណេះដឹងទាំងអស់ដែលអ្នកត្រូវការដើម្បីបញ្ចប់ម៉ូឌុលនេះដោយជោគជ័យ។
- ធ្វើការតាមរយៈព័ត៌មានទាំងអស់ និងបំពេញសកម្មភាពនៅក្នុងផ្នែកនីមួយៗ។
- អានសន្លឹកព័ត៌មានហើយបំពេញស្វ័យវាយតម្លៃ។ ឯកសារយោងដែលបានស្នើត្រូវបានរាប់បញ្ចូលក្នុងការបំពេញបន្ថែមនូវសម្ភារដែលមាននៅក្នុងម៉ូឌុលនេះ។
- ភាគច្រើនប្រហែលជាគ្រូរបស់អ្នកក៏នឹងក្លាយជាអ្នកត្រួតពិនិត្យ ឬអ្នកគ្រប់គ្រងរបស់អ្នកដែរ។ គាត់នៅទីនោះដើម្បីគាំទ្រអ្នក និងបង្ហាញអ្នកនូវវិធីត្រឹមត្រូវក្នុងការធ្វើវា។
- អ្នកនឹងទទួលបានឱកាសជាច្រើនដើម្បីសួរសំណួរ និងការអនុវត្តលើការងារ។ ត្រូវប្រាកដថា អ្នកអនុវត្តជំនាញថ្មីរបស់អ្នកក្នុងអំឡុងពេលពេលម៉ោងធ្វើការធម្មតា។ វិធីនេះអ្នកនឹងធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងទាំងល្បឿន និងការចងចាំរបស់អ្នក ហើយក៏ជាទំនុកចិត្តរបស់អ្នកផងដែរ។
- និយាយជាមួយមិត្តរួមការងារឬមិត្តរួមថ្នាក់ដែលមានបទពិសោធន៍ច្រើន ហើយសុំការណែនាំ។
- ប្រើស្វ័យវាយតម្លៃនៅចុងបញ្ចប់នៃផ្នែកនីមួយៗ ដើម្បីសាកល្បងវឌ្ឍនភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។ ប្រើបញ្ជីលក្ខណវិនិច្ឆ័យការអនុវត្តដែលបានរកឃើញបន្ទាប់ពីសន្លឹកព័ត៌មាន ដើម្បីពិនិត្យមើលការអនុវត្តដោយខ្លួនឯង។
- នៅពេលអ្នករួចរាល់សូមឱ្យគ្រូរបស់អ្នកមើលអ្នកអនុវត្តសកម្មភាពដែលមានចែងនៅលើម៉ូឌុលនេះ។
- នៅពេលអ្នកធ្វើការតាមរយៈសកម្មភាព សូមសួរយោបល់ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរអំពីវឌ្ឍនភាពរបស់អ្នក។ គ្រូរបស់អ្នកនឹងបន្តផ្តល់មតិគ្រលប់ / ការវាយតម្លៃជាមុន។ នៅពេលអ្នកបញ្ចប់ធាតុនីមួយៗ

ដោយជោគជ័យ សុំសួរគ្រូរបស់អ្នកឱ្យកត់សំគាល់លើរបាយការណ៍ដែលអ្នកត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ការវាយតម្លៃ។

- នៅពេលអ្នកមានអារម្មណ៍ជឿជាក់ថា អ្នកមានសមត្ថភាពក្នុងការអនុវត្តគ្រប់គ្រាន់ សូមស្នើសុំគ្រូរបស់អ្នកឱ្យវាយតម្លៃអ្នក។ លទ្ធផលនៃការវាយតម្លៃរបស់អ្នកនឹងត្រូវបានកត់ត្រាទុកនៅក្នុងតារាងវឌ្ឍនភាព និងតារាងសមិទ្ធផលរបស់អ្នក។
- អ្នកត្រូវមានសមត្ថភាពចំពោះម៉ូឌុលនេះជាមុន មុនពេលអ្នករៀនម៉ូឌុលបន្ទាប់។

### ការទទួលស្គាល់ការសិក្សាដែលមានមុន ( ទ.ស.ម. )

អ្នកប្រហែលជាមានចំណេះដឹង និងជំនាញមួយចំនួន ឬច្រើនមាននៅក្នុងសៀវភៅសម្ភារសិក្សាផ្នែកលើសមត្ថភាពនេះនេះ ពីព្រោះអ្នក៖

- បានធ្វើការមួយរយៈ
- បានបញ្ចប់ការបណ្តុះបណ្តាលនៅក្នុងវិស័យនេះ។

ប្រសិនបើអ្នកអាចបង្ហាញដល់គ្រូរបស់អ្នកថាអ្នកមានសមត្ថភាព នៅលើជំនាញឬជំនាញជាក់លាក់ណាមួយ សូមនិយាយជាមួយគ្រូអំពីការទទួលស្គាល់ការសិក្សាដែលមានពីមុន ដូច្នេះអ្នកមិនចាំបាច់ធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលម្តងទៀតទេ។

ប្រសិនបើអ្នកមានគុណវុឌ្ឍិ ឬវិញ្ញាបនបត្រសមត្ថភាពពីការបណ្តុះ បណ្តាលពីមុន សូមបង្ហាញវាទៅគ្រូរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើជំនាញដែលអ្នកទទួលបាននៅមានសុពលភាព និងពាក់ព័ន្ធនឹងផ្នែកនៃសមត្ថភាព វាអាចក្លាយជាផ្នែកមួយនៃកស្តតាំងដែលអ្នកអាចបង្ហាញសម្រាប់ ទ.ស.ម.។ អ្នកអាចនឹងមិនប្រាកដអំពីសុពលភាពទៅលើជំនាញរបស់អ្នក សូមពិភាក្សារឿងនេះជាមួយគ្រូរបស់អ្នក។

នៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ូឌុលនេះ គឺជាកំណត់ត្រាប្រចាំថ្ងៃរបស់គ្រូ។ ប្រើកំណត់ត្រានេះដើម្បីកត់ត្រាកាលបរិច្ឆេទសំខាន់ៗ ការងារដែលបានអនុវត្ត និងព្រឹត្តិការណ៍នៅកន្លែងធ្វើការផ្សេងទៀត ដែលនឹងជួយអ្នកក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែមដល់គ្រូ ឬអ្នកវាយតម្លៃសមត្ថភាពរបស់អ្នក។ កំណត់ត្រានៃសមិទ្ធផលនេះក៏ត្រូវបានផ្តល់ជូនសម្រាប់គ្រូបង្វឹករបស់អ្នក នៅពេលអ្នកបញ្ចប់ម៉ូឌុល។

## **មាតិកាម៉ូឌុលសង្ខេប**

<b>ផ្នែកសមត្ថភាព</b>	៖ ត្រួតពិនិត្យបញ្ហាការងារ OHS នៅក្នុងសំណង់ឧស្សាហកម្ម
<b>ចំណងជើងម៉ូឌុល៖</b>	៖ ការត្រួតពិនិត្យបញ្ហាការងារ OHS នៅក្នុងសំណង់ឧស្សាហកម្ម
<b>ការពិពណ៌នាម៉ូឌុល៖</b>	៖ ផ្នែកនេះគ្របដណ្តប់លើចំណេះដឹង ជំនាញ និងឥរិយាបថដែលត្រូវការសម្រាប់ត្រួតពិនិត្យបញ្ហាការងារ OHS នៅក្នុងសំណង់ឧស្សាហកម្ម ។
<b>រយៈពេលសិក្សា៖</b>	៖ ៣០ ម៉ោង
<b>សង្ខេបពីលទ្ធផលសិក្សា ( ល.ស ) ៖</b>	

ក្រោយពីបានបញ្ចប់ម៉ូឌុលនេះ សិស្សឬសិក្ខាកាមនឹងមានសមត្ថភាពដូចខាងក្រោម៖

ល.ស០១៖ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ

ល.ស០២៖ ការការពារ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ

ល.ស០៣៖ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់

## **ល.ស០១ ៖ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ**

ក្រោយពីបានបញ្ចប់នូវលទ្ធផលសិក្សានេះ សិស្ស ឬសិក្ខាកាមនឹងមានសមត្ថភាពដូចខាងក្រោម៖

- ពន្យល់ការភាពខុសគ្នារវាងហានិភ័យ និងគ្រោះថ្នាក់
- ពន្យល់ពីការវាយតម្លៃហានិភ័យ រួមទាំងគ្រោះថ្នាក់ ហានិភ័យ និង OHS
- កំណត់ប្រភេទនៃគ្រោះថ្នាក់ និងចំណាត់ថ្នាក់ហានិភ័យ
- បង្ហាញពីដំណើរការវាយតម្លៃហានិភ័យជាមួយនឹងកម្មវិធីរបស់វា។



## សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.១-១ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ

### តើអ្វីជាគ្រោះថ្នាក់?

អត្ថន័យនៃពាក្យគ្រោះថ្នាក់អាចប្រែប្រួល ប្រហែលៗ ជាញឹកញាប់វេចនានុក្រមមិនផ្តល់ និយមន័យជាក់លាក់ ឬផ្សំវាជាមួយពាក្យ "ហានិភ័យ" ទេ។ ជាឧទាហរណ៍ វេចនានុក្រមមួយ កំណត់គ្រោះថ្នាក់ថាជា "គ្រោះថ្នាក់ ឬហានិភ័យ" ដែលជួយពន្យល់ពីមូលហេតុដែលមនុស្ស ជាច្រើនប្រើពាក្យជំនួសគ្នា។



មាននិយមន័យជាច្រើនសម្រាប់គ្រោះថ្នាក់ ប៉ុន្តែនិយមន័យទូទៅបំផុតនៅពេលនិយាយអំពីសុខភាព និងសុវត្ថិភាពនៅកន្លែងការងារគឺ៖

**គ្រោះថ្នាក់** គឺជាប្រភពនៃ ការខូចខាត ដែលអាចកើតមាន គ្រោះថ្នាក់ ឬផលប៉ះពាល់សុខភាពអវិជ្ជមានលើអ្វីមួយ ឬនរណាម្នាក់ ។

ជាទូទៅ គ្រោះថ្នាក់គឺជាសក្តានុពលសម្រាប់គ្រោះថ្នាក់ ឬផលប៉ះពាល់ (ឧទាហរណ៍ចំពោះមនុស្ស ដែលជាផលប៉ះពាល់ដល់សុខភាព ដល់ស្ថាប័ន ដូចជាការបាត់បង់ទ្រព្យសម្បត្តិ ឧបករណ៍ ឬដល់បរិស្ថាន) ។

ជួនកាលផលប៉ះពាល់ជាលទ្ធផលត្រូវបានសំដៅថាជាគ្រោះថ្នាក់ជំនួសឱ្យប្រភពពិតប្រាកដនៃគ្រោះថ្នាក់។ ឧទាហរណ៍ ជំងឺរបេង (TB) អាចត្រូវបានគេហៅថា "គ្រោះថ្នាក់" ដោយអ្នកខ្លះ ប៉ុន្តែជាទូទៅ បាក់តេរីបង្កជំងឺរបេង (*Mycobacterium tuberculosis*) នឹងត្រូវបានចាត់ទុកថាជា "គ្រោះថ្នាក់" ឬ "ភ្នាក់ងារជីវសាស្ត្រគ្រោះថ្នាក់"។

### តើឧទាហរណ៍នៃគ្រោះថ្នាក់មានអ្វីខ្លះ?

គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការអាចមកពីប្រភពដ៏ទូលាយមួយ។ ឧទាហរណ៍ទូទៅរួមមានសារធាតុ សម្ភារៈ ដំណើរការ ការអនុវត្តជាដើម ដែលមានសមត្ថភាពបង្កគ្រោះថ្នាក់ ឬប៉ះពាល់សុខភាពដល់បុគ្គល ឬទ្រព្យសម្បត្តិ។ សូមមើលតារាងទី ១ ។

តារាងទី ១ ឧទាហរណ៍នៃគ្រោះថ្នាក់ និងឥទ្ធិពលរបស់វា។		
គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ	ឧទាហរណ៍នៃគ្រោះថ្នាក់	ឧទាហរណ៍នៃគ្រោះថ្នាក់ដែលបង្កឡើង
រឿង	កាំបិត	កាត់
សារធាតុ	បេនហ្សេន	ជំងឺមហារីកឈាម
សម្ភារៈ	ជំងឺរបេង <i>Mycobacterium</i>	ជំងឺរបេង
ប្រភពថាមពល	អគ្គិសនី	ឆក់, ឆក់



លក្ខខណ្ឌ	ឥដ្ឋសើម	រអិល, ធ្លាក់
ដំណើរការ	ការផ្សារដែក	គ្រុនក្តៅនៃលោហធាតុ
អនុវត្ត	ការដឹកយកវ៉ែច្នើង	ស៊ីលីកូស៊ីស
អាកប្បកិរិយា	ការគំរាមកំហែង	ការចប់បារម្ភ ការភ័យខ្លាច ការធ្លាក់ ទឹកចិត្ត

គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងការងារក៏រួមបញ្ចូលការអនុវត្ត ឬលក្ខខណ្ឌដែលបញ្ចេញថាមពលដែលមិនអាចគ្រប់គ្រងបានដូចជា៖

- វត្ថុដែលអាចធ្លាក់ពីកម្ពស់ (ថាមពលសក្តានុពល ឬទំនាញផែនដី)
- ប្រតិកម្មគីមីដែលរត់ទៅឆ្ងាយ (ថាមពលគីមី),
- ការបញ្ចេញឧស្ម័នបង្ហាប់ ឬចំហាយទឹក (សម្ពាធ សីតុណ្ហភាពខ្ពស់)
- ការភ្ជាប់សក់ ឬសម្លៀកបំពាក់នៅក្នុងឧបករណ៍បង្វិល (ថាមពល kinetic) ឬ
- ទំនាក់ទំនងជាមួយអេឡិចត្រូតនៃថ្មឬ capacitor (ថាមពលអគ្គិសនី) ។

### តើហានិភ័យគឺជាអ្វី?

**ហានិភ័យ** គឺជាឱកាស ឬប្រូបាប៊ីលីតេ ដែលមនុស្សម្នាក់នឹងត្រូវរងគ្រោះថ្នាក់ ឬជួបប្រទះ ផលប៉ះពាល់ដល់សុខភាព ប្រសិនបើប៉ះពាល់នឹង គ្រោះថ្នាក់។ វាក៏អាចអនុវត្តចំពោះស្ថានភាពដែល មានការបាត់បង់ទ្រព្យសម្បត្តិ ឬឧបករណ៍ ឬផល ប៉ះពាល់ដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់បរិស្ថាន។

ឧទាហរណ៍៖ ហានិភ័យនៃការកើតមហារីកពីការ ជក់បារីអាចត្រូវបានបង្ហាញដូចជា៖



- "អ្នកជក់បារីគឺ ១២ ដង (ឧទាហរណ៍) ទំនងជាស្លាប់ដោយសារជំងឺមហារីកសួតជាងអ្នកមិនជក់បារី" ឬ
- "ចំនួនអ្នកជក់បារី ១០០,០០០ នាក់ដែលនឹងវិវត្តទៅជាមហារីកសួត" (ចំនួនពិតប្រាកដអាស្រ័យលើ កត្តាដូចជាអាយុរបស់ពួកគេ និងរយៈពេលប៉ុន្មានឆ្នាំដែលពួកគេជក់បារី) ។

ហានិភ័យទាំងនេះត្រូវបានបង្ហាញថាជាប្រូបាប៊ីលីតេ ឬលទ្ធភាពនៃការវិវត្តទៅជាជំងឺ ឬការងាររបស់ ចំណែកគ្រោះថ្នាក់សំដៅទៅលើភ្នាក់ងារដែលទទួលខុសត្រូវ (ពោលគឺការជក់បារី)។

កត្តាដែលជះឥទ្ធិពលដល់កម្រិត ឬលទ្ធភាពនៃហានិភ័យគឺ៖

- លក្ខណៈនៃការប៉ះពាល់៖ តើមនុស្សម្នាក់ត្រូវបានប៉ះពាល់នឹងវត្ថុ ឬលក្ខខណ្ឌគ្រោះថ្នាក់ (ឧ. ច្រើន ដងក្នុងមួយថ្ងៃ ឬម្តងក្នុងមួយឆ្នាំ)

- របៀបដែលមនុស្សត្រូវបានលាតត្រដាង (ឧទាហរណ៍ ការដកដង្ហើមដោយចំហាយទឹក ការប៉ះស្បែក) និងភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃផលប៉ះពាល់។ ឧទាហរណ៍ សារធាតុមួយអាចបង្កជាមហារីកស្បែក ខណៈសារធាតុមួយទៀតអាចធ្វើឱ្យរលាកស្បែក។ មហារីកមានផលប៉ះពាល់ខ្លាំងជាងការរលាក។

## ១.១ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ

### តើការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺជាអ្វី?



ការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺជាពាក្យដែលប្រើដើម្បីពិពណ៌នាអំពីដំណើរការទាំងមូល ឬវិធីសាស្ត្រដែលអ្នក៖

- កំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងកត្តាហានិភ័យដែលមានសក្តានុពលបង្កគ្រោះថ្នាក់ (ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់)។
- វិភាគ និងវាយតម្លៃហានិភ័យដែលទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់នោះ (ការវិភាគហានិភ័យ និងការវាយតម្លៃហានិភ័យ)។
- កំណត់មធ្យោបាយសមស្របដើម្បីលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬគ្រប់គ្រងហានិភ័យ នៅពេលដែលគ្រោះថ្នាក់មិនអាចលុបបំបាត់បាន (ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ)។

ការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺការពិនិត្យមើលឱ្យបានហ្មត់ចត់នៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នកដើម្បីកំណត់វត្ថុស្ថានភាព ដំណើរការជាដើម ដែលអាចបណ្តាលឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ ជាពិសេសចំពោះមនុស្ស។ បន្ទាប់ពីការកំណត់អត្តសញ្ញាណត្រូវបានធ្វើឡើង អ្នកវិភាគនិងវាយតម្លៃថាហានិភ័យទំនងជានឹងធ្ងន់ធ្ងរប៉ុណ្ណា។ នៅពេលដែលការប្តេជ្ញាចិត្តនេះត្រូវបានធ្វើឡើង នោះអ្នកអាចសម្រេចចិត្តបន្ទាប់ថាតើវិធានការបែបណាដែលគួរមានដើម្បីលុបបំបាត់ ឬគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់មិនឱ្យកើតឡើង។

ស្តង់ដារ CSA Z1002 "សុខភាព និងសុវត្ថិភាពការងារ - ការកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងការលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ និងការវាយតម្លៃ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ" ប្រើប្រាស់លក្ខខណ្ឌដូចខាងក្រោម៖

**ការវាយតម្លៃហានិភ័យ** - ដំណើរការទាំងមូលនៃការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ ការវិភាគហានិភ័យ និងការវាយតម្លៃហានិភ័យ។

ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ - ដំណើរការនៃការស្វែងរក ការចុះបញ្ជី និងការកំណត់លក្ខណៈនៃគ្រោះថ្នាក់។

ការវិភាគហានិភ័យ - ដំណើរការសម្រាប់ស្វែងយល់ពីធម្មជាតិនៃគ្រោះថ្នាក់ និងកំណត់កម្រិតនៃហានិភ័យ។

**កំណត់សម្គាល់៖**

(១) ការវិភាគហានិភ័យផ្តល់នូវមូលដ្ឋានសម្រាប់ការវាយតម្លៃហានិភ័យ និងការសម្រេចចិត្តអំពីការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។

(២) ព័ត៌មានអាចរួមបញ្ចូលទិន្នន័យបច្ចុប្បន្ន និងប្រវត្តិសាស្ត្រ ការវិភាគទ្រឹស្តី មតិដែលបានជូនដំណឹង និងកង្វល់របស់អ្នកពាក់ព័ន្ធ។

(៣) ការវិភាគហានិភ័យរួមមានការប៉ាន់ប្រមាណហានិភ័យ។

ការវាយតម្លៃហានិភ័យ - ដំណើរការនៃការប្រៀបធៀបហានិភ័យដែលបានប៉ាន់ប្រមាណប្រឆាំងនឹងលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យហានិភ័យដែលបានផ្តល់ឱ្យដើម្បីកំណត់ពីសារៈសំខាន់នៃហានិភ័យ។

ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ - សកម្មភាពអនុវត្តការសម្រេចចិត្តវាយតម្លៃហានិភ័យ។

ចំណាំ៖ ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យអាចពាក់ព័ន្ធនឹងការត្រួតពិនិត្យ ការវាយតម្លៃឡើងវិញ និងការអនុលោមតាមការសម្រេចចិត្ត។

**ហេតុអ្វីបានជាការវាយតម្លៃហានិភ័យមានសារៈសំខាន់ ?**

ការវាយតម្លៃហានិភ័យមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ដោយសារពួកវាបង្កើតជាផ្នែកសំខាន់មួយនៃផែនការគ្រប់គ្រងសុខភាព និងសុវត្ថិភាពការងារ។ ពួកគេជួយ៖

- បង្កើតការយល់ដឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យ។
- កំណត់អត្តសញ្ញាណអ្នកណាដែលអាចប្រឈមមុខនឹងហានិភ័យ (ឧទាហរណ៍ បុគ្គលិក អ្នកបោសសម្អាត អ្នកទស្សនា អ្នកម៉ៅការ សាធារណៈជន។ល។)។
- កំណត់ថាតើកម្មវិធីត្រួតពិនិត្យត្រូវបានទាមទារសម្រាប់គ្រោះថ្នាក់ជាក់លាក់មួយឬអត់។
- កំណត់ថាតើវិធានការត្រួតពិនិត្យដែលមានស្រាប់គឺគ្រប់គ្រាន់ ឬប្រសិនបើគួរធ្វើបន្ថែមទៀត។
- ការពារការងាររបួស ឬជំងឺ ជាពិសេសនៅពេលដែលបានធ្វើនៅដំណាក់កាលរចនា ឬផែនការ។
- ផ្តល់អាទិភាពដល់គ្រោះថ្នាក់ និងវិធានការត្រួតពិនិត្យ។
- បំពេញតាមតម្រូវការផ្លូវច្បាប់ប្រសិនបើមាន។

**តើអ្វីជាគោលដៅនៃការវាយតម្លៃហានិភ័យ ?**

គោលបំណងនៃដំណើរការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺដើម្បីវាយតម្លៃគ្រោះថ្នាក់ បន្ទាប់មកដកចេញនូវគ្រោះថ្នាក់នោះ ឬកាត់បន្ថយកម្រិតហានិភ័យរបស់វាដោយបន្ថែមវិធានការត្រួតពិនិត្យតាមការចាំបាច់។ តាមរយៈការធ្វើដូច្នេះ អ្នកបានបង្កើតកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និងមានសុខភាពល្អជាងមុន។

គោលដៅគឺព្យាយាមឆ្លើយសំណួរខាងក្រោម៖

- តើមានអ្វីអាចកើតឡើង និងស្ថិតក្នុងកាលៈទេសៈណាខ្លះ?
- តើមានផលវិបាកអ្វីខ្លះ?
- តើផលវិបាកដែលអាចកើតឡើងទំនងយ៉ាងណា?
- តើហានិភ័យត្រូវបានគ្រប់គ្រងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ឬត្រូវមានវិធានការបន្ថែម?

### តើការវាយតម្លៃហានិភ័យត្រូវធ្វើនៅពេលណា ?

វាអាចមានហេតុផលជាច្រើនដែលចាំបាច់ត្រូវការវាយតម្លៃហានិភ័យ រួមទាំង៖

- មុនពេលដំណើរការ ឬសកម្មភាពថ្មីត្រូវបានណែនាំ។
- មុនពេលការផ្លាស់ប្តូរត្រូវបានណែនាំដល់ដំណើរការ ឬសកម្មភាពដែលមានស្រាប់ រួមទាំងនៅពេលដែលផលិតផល គ្រឿងម៉ាស៊ីន ឧបករណ៍ ការផ្លាស់ប្តូរឧបករណ៍ ឬព័ត៌មានថ្មីទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់កើតឡើង។
- នៅពេលគ្រោះថ្នាក់ត្រូវបានកំណត់។

### តើអ្នករៀបចំផែនការសម្រាប់ការវាយតម្លៃហានិភ័យដោយរបៀបណា ?

ជាទូទៅកំណត់៖

- តើវិសាលភាពនៃការវាយតម្លៃហានិភ័យរបស់អ្នកនឹងទៅយ៉ាងណា (ឧ. ត្រូវដាក់លាក់អំពីអ្វីដែលអ្នកកំពុងវាយតម្លៃ ដូចជាអាយុកាលរបស់ផលិតផល តំបន់រាងកាយដែលសកម្មភាពការងារកើតឡើង ឬប្រភេទនៃគ្រោះថ្នាក់)។
- ធនធានដែលត្រូវការ (ឧ. បណ្តុះបណ្តាលក្រុមបុគ្គលដើម្បីអនុវត្តការវាយតម្លៃ ប្រភេទប្រភពព័ត៌មាន។ល។)។
- តើវិធានការវិភាគហានិភ័យប្រភេទណាដែលត្រូវប្រើ (ឧ. តើមានគ្រឿង ឬប៉ារ៉ាម៉ែត្រត្រូវមានកម្រិតណា ដើម្បីផ្តល់នូវការវាយតម្លៃដែលពាក់ព័ន្ធបំផុត)។
- តើអ្នកណាជាអ្នកពាក់ព័ន្ធ (ឧទាហរណ៍ អ្នកគ្រប់គ្រង អ្នកគ្រប់គ្រង កម្មករ តំណាងកម្មករ អ្នកផ្គត់ផ្គង់។ល។)។
- ច្បាប់ បទប្បញ្ញត្តិ កូដ ឬស្តង់ដារដែលពាក់ព័ន្ធអាចអនុវត្តនៅក្នុងដែនសមត្ថកិច្ចរបស់អ្នក ក៏ដូចជាគោលការណ៍ និងនីតិវិធីរបស់អង្គការផងដែរ។

### តើការវាយតម្លៃហានិភ័យត្រូវបានធ្វើដោយរបៀបណា ?

ការវាយតម្លៃគួរតែធ្វើឡើងដោយបុគ្គលមានសមត្ថកិច្ច ឬក្រុមបុគ្គលដែលមានចំណេះដឹងការងារល្អអំពីស្ថានភាពដែលកំពុងសិក្សា។ រួមបញ្ចូលទាំងនៅក្នុងក្រុម ឬជាប្រភពនៃព័ត៌មាន អ្នកគ្រប់គ្រង និងកម្មករដែលធ្វើការជាមួយដំណើរការដែលកំពុងត្រួតពិនិត្យ ដោយសារបុគ្គលទាំងនេះស្គាល់ច្បាស់បំផុតជាមួយប្រតិបត្តិការនេះ។

ជាទូទៅ ដើម្បីធ្វើការវាយតម្លៃ អ្នកគួរតែ៖

- កំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់។

- កំណត់លទ្ធភាពនៃគ្រោះថ្នាក់ ដូចជា របួស ឬជំងឺដែលកើតឡើង និងភាពធ្ងន់ធ្ងរបស់វា។
  - ពិចារណាអំពីស្ថានភាពប្រតិបត្តិការធម្មតា ក៏ដូចជាព្រឹត្តិការណ៍ដែលមិនមានលក្ខណៈស្តង់ដារ ដូចជាការថែទាំ ការបិទ ការដាច់ចរន្តអគ្គិសនី ការសង្គ្រោះបន្ទាន់ អាកាសធាតុខ្លាំងជាដើម។
  - ពិនិត្យមើលព័ត៌មានសុខភាព និងសុវត្ថិភាពដែលមានទាំងអស់អំពីគ្រោះថ្នាក់ ដូចជាសន្លឹក ទិន្នន័យសុវត្ថិភាព (SDS) អក្សរសិល្ប៍អ្នកផលិត ព័ត៌មានពីអង្គការល្បីឈ្មោះ លទ្ធផលនៃការធ្វើ តេស្ត របាយការណ៍ត្រួតពិនិត្យកន្លែងធ្វើការ កំណត់ត្រានៃឧបករណ៍ហេតុនោះកន្លែងធ្វើការ (គ្រោះ ថ្នាក់) រួមទាំងព័ត៌មានអំពីប្រភេទ និងប្រភេទ។ នៃការកើតឡើង, ជំងឺ, របួស, ជិតនឹក។ល។
  - ស្វែងយល់ពីតម្រូវការច្បាប់អប្បបរមាសម្រាប់យុត្តាធិការរបស់អ្នក។
- កំណត់សកម្មភាពចាំបាច់ដើម្បីលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬគ្រប់គ្រងហានិភ័យដោយប្រើឋានានុក្រមនៃ វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។
- វាយតម្លៃដើម្បីបញ្ជាក់ថាគ្រោះថ្នាក់ត្រូវបានលុបចោល ឬប្រសិនបើហានិភ័យត្រូវបានគ្រប់គ្រង យ៉ាងត្រឹមត្រូវ។
- ត្រួតពិនិត្យដើម្បីធ្វើឱ្យប្រាកដថាការគ្រប់គ្រងនៅតែបន្តមានប្រសិទ្ធភាព។
- រក្សាទុកឯកសារ ឬកំណត់ត្រាដែលអាចចាំបាច់។ ឯកសារអាចរួមបញ្ចូលការរៀបរាប់លម្អិតអំពី ដំណើរការដែលប្រើដើម្បីវាយតម្លៃហានិភ័យ គូសបញ្ជាក់ការវាយតម្លៃណាមួយ ឬលម្អិតអំពីរបៀប ដែលការសន្និដ្ឋានត្រូវបានធ្វើឡើង។

នៅពេលធ្វើការវាយតម្លៃ សូមពិចារណាផងដែរ៖

- វិធីសាស្ត្រ និងនីតិវិធីដែលប្រើប្រាស់ក្នុងដំណើរការ ប្រើប្រាស់ ការគ្រប់គ្រង ឬរក្សាទុកសារធាតុ ។ល។
- ការប៉ះពាល់ជាក់ស្តែង និងសក្តានុពលរបស់កម្មករ (ឧ. តើកម្មករប៉ុន្មាននាក់អាចត្រូវបានលាតត្រដាង , តើការប៉ះពាល់នោះជាអ្វី និងតើពួកគេនឹងត្រូវលាតត្រដាងញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា)។
- វិធានការ និងនីតិវិធីចាំបាច់ដើម្បីគ្រប់គ្រងការប៉ះពាល់បែបនេះដោយមធ្យោបាយនៃការគ្រប់គ្រង វិស្វកម្ម ការអនុវត្តការងារ និងការអនុវត្តអនាម័យ និងមធ្យោបាយផ្សេងៗ។
- រយៈពេល និងភាពញឹកញាប់នៃកិច្ចការ (រយៈពេលប៉ុន្មាន និងញឹកញាប់ប៉ុណ្ណាដែលកិច្ចការត្រូវបាន ធ្វើ)។
- ទីតាំងដែលកិច្ចការត្រូវបានធ្វើ។
- គ្រឿងម៉ាស៊ីន ឧបករណ៍ សម្ភារៈជាដើម ដែលប្រើប្រាស់ក្នុងប្រតិបត្តិការ និងរបៀបប្រើប្រាស់ (ឧ. ស្ថានភាពរូបវន្តនៃសារធាតុគីមី ឬលើកបន្ទុកធ្ងន់ៗពីចម្ងាយ)។
- អន្តរកម្មដែលអាចកើតមានជាមួយសកម្មភាពផ្សេងទៀតនៅក្នុងតំបន់ និងប្រសិនបើកិច្ចការអាចប៉ះ ពាល់ដល់អ្នកដទៃ (ឧទាហរណ៍ អ្នកសម្អាត អ្នកទស្សនា។ល។)។
- វដ្តជីវិតរបស់ផលិតផល ដំណើរការ ឬសេវាកម្ម (ឧទាហរណ៍ ការរចនា ការសាងសង់ ការប្រើប្រាស់ ការរំសាយចេញ)។
- ការអប់រំនិងបណ្តុះបណ្តាលកម្មករបានទទួល។

- របៀបដែលមនុស្សម្នាក់នឹងមានប្រតិកម្មក្នុងស្ថានភាពជាក់លាក់មួយ (ឧទាហរណ៍ តើអ្វីជាប្រតិកម្មទូទៅបំផុតរបស់មនុស្សម្នាក់ ប្រសិនបើម៉ាស៊ីនបរាជ័យ ឬដំណើរការខុសប្រក្រតី)។

វាជាការសំខាន់ក្នុងការចងចាំថាការវាយតម្លៃត្រូវតែគិតគូរមិនត្រឹមតែស្ថានភាពបច្ចុប្បន្ននៃកន្លែងធ្វើការប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែស្ថានភាពសក្តានុពលណាមួយផងដែរ។

តាមរយៈការកំណត់កម្រិតនៃហានិភ័យដែលទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់ និយោជក និងគណៈកម្មាធិការសុខភាព និងសុវត្ថិភាព (ក្នុងករណីដែលសមស្រប) អាចសម្រេចថាតើកម្មវិធីត្រួតពិនិត្យត្រូវបានទាមទារនិងកម្រិតណា។

### តើហានិភ័យអាចត្រូវបានវាយតម្លៃដោយរបៀបណា?

ហានិភ័យគួរតែត្រូវបានកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងពិនិត្យឡើងវិញជាប្រព័ន្ធ ដើម្បីធានាថាវត្ថុសកម្មភាព ស្ថានភាព ដំណើរការជាដើម ដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់មនុស្ស ឬទ្រព្យសម្បត្តិត្រូវបានគ្រប់គ្រង។ វិធីមួយដើម្បីធានាថាហានិភ័យទាំងអស់ត្រូវបានវាយតម្លៃតាមរបៀបដូចគ្នាគឺត្រូវប្រើទម្រង់វាយតម្លៃហានិភ័យ។ នីតិវិធីនេះគួរតែត្រូវបានអនុវត្តដោយអ្នកដែលមានបទពិសោធន៍ និងស្គាល់ច្បាស់ពីសកម្មភាព (ឧទាហរណ៍ "អ្នកមានសមត្ថភាព")។

### តើមាននីតិវិធីសម្រាប់កំណត់ហានិភ័យទេ?

មិនមានវិធីមួយដើម្បីវាយតម្លៃហានិភ័យទេ ហើយមានឧបករណ៍ និងបច្ចេកទេសវាយតម្លៃហានិភ័យជាច្រើនដែលអាចប្រើបាន។ ជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្រដែលសមស្របបំផុតនឹងស្ថានភាពរបស់អ្នក។ ក្នុងគ្រប់ករណីទាំងអស់ ការវាយតម្លៃហានិភ័យគួរតែត្រូវបានបញ្ចប់សម្រាប់សកម្មភាព កិច្ចការ ជាដើម មុនពេលសកម្មភាពចាប់ផ្តើម។

ជំហានសកម្មភាព	អាចដឹកជញ្ជូនបាន។
១ កំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងសក្តានុពលរបស់ពួកគេក្នុងការបង្កគ្រោះថ្នាក់។	សារពើភ័ណ្ឌនៃគ្រោះថ្នាក់។
២ ចាត់ថ្នាក់គ្រោះថ្នាក់តាមអាទិភាព។	បញ្ជីនេះនឹងមានប្រយោជន៍ក្នុងការរៀបចំផែនការសកម្មភាពបន្ថែមទៀត។
៣ កំណត់វិធានការលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬវិធានការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។	កំណត់ត្រានៃការលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬវិធានការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៅទីតាំងផ្សេងៗ។ ភាពគ្រប់គ្រាន់នៃការលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬវិធានការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។ បញ្ជីនៃការគ្រប់គ្រងដែលទាមទារ ឬណែនាំដោយច្បាប់ស្តង់ដារ ការអនុវត្តល្អបំផុត ឬគោលនយោបាយរបស់អង្គការ។
៤ លុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬអនុវត្តការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។	ការត្រួតពិនិត្យគឺនៅនឹងកន្លែង និងដំណើរការយ៉ាងត្រឹមត្រូវ។



៥	វាស់ស្ទង់ប្រសិទ្ធភាពនៃការត្រួតពិនិត្យ។	ត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំ ដើម្បីបញ្ជាក់ថាការគ្រប់គ្រងបន្តដំណើរការ។
៦	ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរដើម្បីកែលម្អជាបន្តបន្ទាប់។	តាមដានសម្រាប់ការកែលម្អ។

### តើទម្រង់វាយតម្លៃហានិភ័យគំរូគឺជាអ្វី?

ខាងក្រោមនេះគឺជាគំរូមួយ។ ត្រូវប្រាកដថាប្តូរវាតាមតម្រូវការរបស់អ្នកនៅកន្លែងការងាររបស់អ្នក។ គោលដៅគឺដើម្បីឆ្លើយសំណួរទាំងអស់ខាងក្រោម។ របៀបដែលអ្នកពិតជាវាយតម្លៃហានិភ័យអាចប្រែប្រួលពីស្ថានភាពមួយទៅស្ថានភាពមួយ ហើយអាចរួមបញ្ចូលបច្ចេកទេសនៃការបំផុសគំនិត ឬប្រើបញ្ជីត្រួតពិនិត្យ ឬម៉ាទ្រីសវាយតម្លៃ។ ចងក្រងឯកសារដំណើរការដែលបានប្រើ និងរបៀបដែលការសម្រេចចិត្តត្រូវបានឈានដល់។

<b>ទម្រង់វាយតម្លៃហានិភ័យគំរូ</b>
ឈ្មោះអ្នកធ្វើការវាយតម្លៃ៖
កាលបរិច្ឆេទ៖
សកម្មភាព / នីតិវិធីកំពុងត្រូវបានវាយតម្លៃ៖
គ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យដែលគេដឹង ឬរំពឹងទុកទាក់ទងនឹងសកម្មភាព៖
ផលវិបាកដែលអាចកើតមាន៖ តើមានផលវិបាកអ្វីខ្លះ? តើផលវិបាកទាំងនេះទំនងជាកើតឡើងយ៉ាងណា? តើអ្វីទៅជាភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃគ្រោះថ្នាក់?
តើនរណាជាអ្នកប្រចុយ?
វិធានការដែលត្រូវអនុវត្ត ដើម្បីលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬបន្ថយកម្រិតហានិភ័យ៖
តើមានហានិភ័យនៃវិធានការត្រួតពិនិត្យបរាជ័យដែរឬទេ? តើមានផលវិបាកយ៉ាងណា?
តម្រូវការបណ្តុះបណ្តាល៖
កម្រិតហានិភ័យដែលនៅសល់៖
សកម្មភាពដែលត្រូវធ្វើឡើងក្នុងគ្រាអាសន្ន៖
ឯកសារយោង ប្រសិនបើមាន៖
ហត្ថលេខារបស់អ្នកវាយតម្លៃ៖

### តើការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់គឺជាអ្វី?

ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់គឺជាផ្នែកមួយនៃដំណើរការដែលប្រើដើម្បីវាយតម្លៃប្រសិនបើស្ថានភាពជាក់លាក់ណាមួយ ធាតុ វត្ថុ ជាដើមអាចបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់។ ពាក្យដែលប្រើជាញឹកញាប់ដើម្បីពិពណ៌នាអំពីដំណើរការពេញលេញគឺ ការវាយតម្លៃហានិភ័យ ៖



- កំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងកត្តាហានិភ័យដែលមានសក្តានុពលបង្កគ្រោះថ្នាក់ (ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់)។
- វិភាគ និងវាយតម្លៃហានិភ័យដែលទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់នោះ (ការវិភាគហានិភ័យ និងការវាយតម្លៃហានិភ័យ)។
- កំណត់មធ្យោបាយសមស្របដើម្បីលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬគ្រប់គ្រងហានិភ័យ នៅពេលដែលគ្រោះថ្នាក់មិនអាចលុបបំបាត់បាន (ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ)។

សរុបមក គោលដៅគឺស្វែងរក និងកត់ត្រាគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាននៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក។ វាអាចជួយក្នុងការធ្វើការជាក្រុម និងរួមបញ្ចូលទាំងមនុស្សដែលស្គាល់តំបន់ការងារ ក៏ដូចជាមនុស្សដែលមិនមាន - វិធីនេះអ្នកមានទាំងបទពិសោធន៍ និងភ្នែកស្រស់ដើម្បីធ្វើការត្រួតពិនិត្យ។ ក្នុងករណីណាក៏ដោយ បុគ្គល ឬក្រុមគួរតែមានសមត្ថកិច្ចដើម្បីអនុវត្តការវាយតម្លៃ និងមានចំណេះដឹងល្អពីគ្រោះថ្នាក់ដែលកំពុងត្រូវបានវាយតម្លៃ ស្ថានភាពណាមួយដែលអាចកើតមាន និងវិធានការការពារដែលសមស្របទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ ឬហានិភ័យនោះ។

ដើម្បីប្រាកដថាគ្រោះថ្នាក់ទាំងអស់ត្រូវបានរកឃើញ៖

- មើលគ្រប់ទិដ្ឋភាពនៃការងារ។
- រួមបញ្ចូលសកម្មភាពដែលមិនមែនជាទម្លាប់ ដូចជាការថែទាំ ជួសជុល ឬការសម្អាត។
- រកមើលនៅឧប្បត្តិហេតុ / ឧប្បត្តិហេតុ / កំណត់ត្រាជិតបាត់។
- រួមបញ្ចូលមនុស្សដែលធ្វើការក្រៅបណ្តាញទាំងនៅផ្ទះ នៅលើគេហទំព័រការងារផ្សេងទៀត អ្នកបើកបរ បុគ្គលិកទូរគមនាគមន៍ ជាមួយអតិថិជន។ល។
- រកមើលពីរបៀបដែលការងារត្រូវបានរៀបចំ ឬធ្វើ (រួមទាំងបទពិសោធន៍របស់មនុស្សដែលកំពុងធ្វើការងារ ប្រព័ន្ធដែលកំពុងប្រើប្រាស់។ល។)។
- សូមក្រឡេកមើលលក្ខខណ្ឌមិនប្រក្រតីដែលអាចព្យាករណ៍បាន (ឧទាហរណ៍៖ ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមានលើនីតិវិធីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ ដែលអាចមិនមាននៅក្នុងស្ថានភាពអាសន្ន ការដាច់ចរន្តអគ្គិសនី។ល។)។
- កំណត់ថាតើផលិតផល ម៉ាស៊ីន ឬឧបករណ៍អាចត្រូវបានផ្លាស់ប្តូរដោយចេតនា ឬអចេតនា (ឧ. ឧបករណ៍ការពារសុវត្ថិភាពដែលអាចដកចេញបាន)។
- ពិនិត្យមើលដំណាក់កាលទាំងអស់នៃវដ្តជីវិត។
- ពិនិត្យហានិភ័យចំពោះភ្ញៀវ ឬសាធារណជន។
- ពិចារណាក្រុមមនុស្សដែលអាចមានកម្រិតនៃហានិភ័យផ្សេងៗគ្នា ដូចជាកម្មករវ័យក្មេង ឬគ្មានបទពិសោធន៍ ជនពិការ ឬម្តាយទើបនឹងកើត ឬកំពុងមានសង្ស័យ។

វាអាចជួយបង្កើតគំនូសតាង ឬតារាងដូចជា៖

ឧទាហរណ៍នៃការវាយតម្លៃហានិភ័យ				
កិច្ចការ	គ្រោះថ្នាក់	ហានិភ័យ	អាទិភាព	គ្រប់គ្រង
ចែកចាយផលិតផលដល់អតិថិជន	អ្នកបើកបរធ្វើការតែម្នាក់ឯង	ប្រហែលជាមិនអាចហៅរកជំនួយបានទេប្រសិនបើចាំបាច់		
	អ្នកបើកបរត្រូវធ្វើការច្រើនម៉ោងម្តងម្កាល	អស់កម្លាំង ការសម្រាកខ្លីរវាងការផ្លាស់ប្តូរ		
	អ្នកបើកបរជារឿយៗស្ថិតក្នុងស្ថានភាពកកស្ទះខ្លាំង	បង្កើនឱកាសនៃការប៉ះទង្គិច		
		ម៉ោងធ្វើការយូរជាង		
	អ្នកបើកបរត្រូវលើកប្រអប់នៅពេលបញ្ជូនផលិតផល	របួសខ្នង ពីការលើក ការឈោងយក ជាដើម។		

**តើគ្រោះថ្នាក់ប្រភេទណាខ្លះ?**

វិធីទូទៅដើម្បីចាត់ថ្នាក់គ្រោះថ្នាក់គឺតាមប្រភេទ៖

- **ជីវសាស្ត្រ** - បាក់តេរី មេរោគ សត្វល្អិត រុក្ខជាតិ បក្សី សត្វ និងមនុស្ស។ល។
- **គីមី** - អាស្រ័យលើលក្ខណៈរូបវន្តគីមីនិងជាតិពុលនៃសារធាតុគីមី។
- **ergonomic** - ចលនាច្រំដែល ការដំឡើងស្ថានីយការងារមិនត្រឹមត្រូវ។ល។
- **រាងកាយ** - វិទ្យុសកម្ម, វាលម៉ាញ៉េទិក, សីតុណ្ហភាពខ្លាំង, សម្ពាធខ្លាំង (សម្ពាធខ្ពស់ឬខ្ពះចន្លោះ), សំលេងរំខាន។ល។
- **ផ្លូវចិត្ត** - ភាពតានតឹង អំពើហឹង្សា។ល។
- **សុវត្ថិភាព** - គ្រោះថ្នាក់អិល/ធ្លាក់ ការការពារម៉ាស៊ីនមិនសមរម្យ ដំណើរការខុសប្រក្រតី ឬខូចឧបករណ៍។

**តើខ្ញុំដឹងថាអ្វីជាគ្រោះថ្នាក់ដោយរបៀបណា?**

វិធីមួយទៀតដើម្បីមើលសុខភាព និងសុវត្ថិភាពនៅកន្លែងការងារគឺសួរខ្លួនឯងនូវសំណួរខាងក្រោម។ ទាំងនេះគ្រាន់តែជាឧទាហរណ៍ប៉ុណ្ណោះ។ អ្នកអាចរកឃើញធាតុ ឬស្ថានភាពផ្សេងទៀតដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់។ រាយធាតុណាដែលគួរពិនិត្យ។ ក្នុងអំឡុងពេលដំណើរការវាយតម្លៃហានិភ័យ កម្រិតនៃគ្រោះថ្នាក់នឹងត្រូវបានវាយតម្លៃ។

តើសម្ភារៈ ឬស្ថានភាពអ្វីខ្លះដែលខ្ញុំទាក់ទងជាមួយ? លទ្ធភាពអាចរួមបញ្ចូល៖

- **អគ្គិសនី**
- **សារធាតុគីមី** (រាវ ឧស្ម័ន អង្គធាតុរាវ អំពូ ចំហាយទឹក ។ល។)

- សីតុណ្ហភាព ក្តៅ ឬត្រជាក់ខ្លាំង ( ឧ. ហាងនំប៉័ង រោងចក្រ កែច្នៃសាច់ )
- វិទ្យុសកម្មអ៊ីយ៉ុង / មិនអ៊ីយ៉ុង ( ឧទាហរណ៍ កាំរស្មីអ៊ិច កាំរស្មី អ៊ុលត្រាវីយូឡេ (ព្រះអាទិត្យ) )
- កង្វះអុកស៊ីសែន
- ទឹក។

តើសម្ភារៈ ឬឧបករណ៍អ្វីខ្លះដែលខ្ញុំអាចវាយបាន ?

- វត្ថុរំកិល ( ឧ. រថក្រោះ ស្អួច យានជំនិះ )
- វត្ថុហោះ ( ឧ. ផ្កាភ្លើង ឬបំណែកពីការកិន )
- សម្ភារៈធ្លាក់ ( ឧ. ឧបករណ៍ពីលើ )

តើវត្ថុ ឬឧបករណ៍អ្វីខ្លះដែលខ្ញុំអាចវាយប្រហារ ឬវាយលើរាងកាយរបស់ខ្ញុំ ឬផ្នែកមួយនៃរាងកាយរបស់ខ្ញុំអាចជាប់ក្នុង បើក ឬនៅចន្លោះ ?

- វត្ថុដែលនៅស្ងៀម ឬមានចលនា
- វត្ថុដែលលេចចេញ
- តែមមុតស្រួចឬ jagged
- ច្របាច់ចំណុចនៅលើម៉ាស៊ីន (កន្លែងដែលផ្នែកនៅជិតគ្នាខ្លាំង)
- វត្ថុដែលលេចចេញ (លេចចេញ)
- វត្ថុផ្លាស់ទី (ឧបករណ៍បញ្ជូន ច្រវាក់ ខ្សែក្រវ៉ាត់ ខ្សែពួរ។ល។)

តើខ្ញុំអាចធ្លាក់ពីអ្វី ? ( ឧ. ធ្លាក់ដល់កម្រិតទាប )

- វត្ថុ, រចនាសម្ព័ន្ធ, រថក្រោះ, silos, lofts
- ជណ្តើរ , ផ្លូវដើរលើក្បាល
- ជំបូល
- ដើមឈើ, ច្រាំងថ្មបោទ

តើខ្ញុំអាច អិល ឬធ្វើជំណើរ លើអ្វី ? ( ឧ. ធ្លាក់ក្នុងកម្រិតដូចគ្នា )

- ស្ទះនៅជាន់ ជណ្តើរ
- បញ្ហាផ្ទៃ (សើម ខ្លាញ់ ទឹកកក )
- ស្បែកជើងដែលមានស្ថានភាពមិនល្អ

តើខ្ញុំអាច ហួសកម្លាំង ដោយរបៀបណា ?

- ការលើក
- ទាញ
- រុញ
- ដឹក
- ចលនាដដែលៗ

តើខ្ញុំអាចជួបស្ថានភាពអ្វីផ្សេងទៀត?

- មនុស្សមិនស្គាល់/គ្មានការអនុញ្ញាតនៅក្នុងតំបន់
- ស្ថានភាពដែល អាច កើតមាន [អំពើហិង្សា](#)
- [ធ្វើការតែម្នាក់ឯង](#)
- [កន្លែងចង្អៀត](#)
- សម្ភារៈបាត់/ខូចខាត
- ឧបករណ៍ / នីតិវិធីថ្មីនៅកន្លែងធ្វើការ
- ភ្លើង/ផ្ទុះ
- ការលេចធ្លាយឬការបញ្ចេញជាតិគីមី

តើអ្នកដឹងដោយរបៀបណាថាគ្រោះថ្នាក់នឹងបង្កគ្រោះថ្នាក់ (បង្កគ្រោះថ្នាក់)?

គ្រោះថ្នាក់នីមួយៗគួរតែត្រូវបានសិក្សាដើម្បីកំណត់កម្រិតហានិភ័យរបស់វា។ ដើម្បីស្រាវជ្រាវគ្រោះថ្នាក់ អ្នកអាចមើល៖

- ព័ត៌មានអំពីផលិតផល / ឯកសាររបស់អ្នកផលិត។
- បទពិសោធន៍កន្លងមក (ចំណេះដឹងពីកម្មករ។ល។)។
- តម្រូវការច្បាប់ និង/ឬស្តង់ដារដែលអាចអនុវត្តបាន។
- ក្រមខុស្យាហាមឬនៃការអនុវត្ត / ការអនុវត្តល្អបំផុត។
- សម្ភារៈសុខភាព និងសុវត្ថិភាពអំពីគ្រោះថ្នាក់ ដូចជាសន្លឹកទិន្នន័យសុវត្ថិភាព (SDSs) ការសិក្សា ស្រាវជ្រាវ ឬព័ត៌មានអ្នកផលិតផ្សេងទៀត។
- ព័ត៌មានពីអង្គការល្បីឈ្មោះ។
- លទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្ត (សំណាកបរិយាកាស ឬខ្យល់នៃកន្លែងធ្វើការ ស្បែកសាស្ត្រ។ល។)។
- អ្នកជំនាញផ្នែកសុខភាព និងសុវត្ថិភាពការងារ។
- ព័ត៌មានអំពីរបូសពីមុន ជំងឺ ជិតនឹក របាយការណ៍ឧប្បត្តិហេតុ។ល។
- ការសង្កេតលើដំណើរការឬកិច្ចការ។

ចងចាំថាត្រូវរួមបញ្ចូលកត្តាដែលរួមចំណែកដល់កម្រិតនៃហានិភ័យដូចជា៖

- បរិយាកាសការងារ (ឬង់ លក្ខខណ្ឌ។ល។)។
- ប្រព័ន្ធការងារដែលកំពុងប្រើប្រាស់។
- ជួរនៃលក្ខខណ្ឌដែលអាចព្យាករណ៍បាន។
- វិធីដែលប្រភពអាចបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ (ឧ. ការស្រូបចូល ការលេបចូល ។ល។)។
- តើមនុស្សម្នាក់នឹងត្រូវលាតត្រដាងញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា និងប៉ុន្មាន។

អន្តរកម្ម សមត្ថភាព ជំនាញ បទពិសោធន៍របស់កម្មករដែលធ្វើការងារ។

**ចុះបើខ្ញុំថ្មីនៅកន្លែងធ្វើការ?**

ប្រសិនបើអ្នកទើបតែចូលធ្វើការនៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក ដើម្បីស្វែងយល់ពីគ្រោះថ្នាក់នៃការងាររបស់អ្នក អ្នកអាច៖

- សួរអ្នកគ្រប់គ្រងរបស់អ្នក។
- សួរសមាជិកនៃគណៈកម្មាធិការសុខភាព និងសុវត្ថិភាព ឬអ្នកតំណាងសុខភាព និងសុវត្ថិភាព របស់អ្នក។
- សួរអំពីនីតិវិធីប្រតិបត្តិការស្តង់ដារ និងការប្រុងប្រយ័ត្នសម្រាប់ការងាររបស់អ្នក។
- ពិនិត្យស្លាកផលិតផល និងសន្លឹកទិន្នន័យសុវត្ថិភាព
- យកចិត្តទុកដាក់លើសញ្ញា និងការព្រមានផ្សេងទៀតនៅក្នុងការងាររបស់អ្នក។
- មើលផ្ទាំងរូបភាព ឬការណែនាំនៅច្រកចូលបន្ទប់ផ្ទុកសារធាតុគីមី ដើម្បីព្រមានអំពីផលិតផល គ្រោះថ្នាក់
- សួរអំពីសេចក្តីណែនាំប្រតិបត្តិការ នីតិវិធីការងារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដំណើរការ។ល។

**តើហានិភ័យត្រូវបានចាត់ថ្នាក់ឬមានអាទិភាពយ៉ាងណា?**

ចំណាត់ថ្នាក់ ឬការផ្តល់អាទិភាពដល់គ្រោះថ្នាក់ គឺជាមធ្យោបាយមួយ ដើម្បីជួយកំណត់ថា ហានិភ័យណា មួយធ្ងន់ធ្ងរបំផុត ហើយដូច្នេះត្រូវគ្រប់គ្រងមួយណាមុនគេ។ អាទិភាពជាធម្មតាត្រូវបានបង្កើតឡើងដោយ គិតគូរពីការប៉ះពាល់បុគ្គលិក និងសក្តានុពលនៃឧប្បត្តិហេតុ របួស ឬជំងឺ។ តាមរយៈការកំណត់អាទិភាព ចំពោះហានិភ័យ អ្នកកំពុងបង្កើតចំណាត់ថ្នាក់ ឬបញ្ជីសកម្មភាព។

មិនមានវិធីសាមញ្ញ ឬតែមួយដើម្បីកំណត់កម្រិតនៃហានិភ័យនោះទេ។ បច្ចេកទេសតែមួយនឹងអនុវត្តក្នុង គ្រប់ស្ថានភាពទាំងអស់។ អង្គការត្រូវកំណត់ថាតើបច្ចេកទេសមួយណានឹងដំណើរការល្អបំផុតសម្រាប់ ស្ថានភាពនីមួយៗ។ ចំណាត់ថ្នាក់គ្រោះថ្នាក់ទាមទារចំណេះដឹងអំពីសកម្មភាពនៅកន្លែងធ្វើការ ភាពបន្ទាន់ នៃស្ថានភាព និងសំខាន់បំផុតគឺការវិនិច្ឆ័យគោលបំណង។

សម្រាប់ស្ថានភាពសាមញ្ញ ឬស្មុគស្មាញតិច ការវាយតម្លៃអាចជាការពិភាក្សា ឬវគ្គបំផុសគំនិតដោយផ្អែក លើចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍។ ក្នុងករណីខ្លះ បញ្ជីត្រួតពិនិត្យ ឬម៉ាទ្រីសប្រូបាប៊ីលីតេអាចមានប្រយោជន៍។ សម្រាប់ស្ថានភាពស្មុគស្មាញកាន់តែច្រើន ក្រុមបុគ្គលិកដែលមានចំណេះដឹងដែលស៊ាំនឹងការងារជា ធម្មតាចាំបាច់។

ជាឧទាហរណ៍ សូមពិចារណាម៉ាទ្រីសហានិភ័យដ៏សាមញ្ញនេះ។ តារាងទី 1 បង្ហាញពីទំនាក់ទំនងរវាងប្រូបាប៊ីលីតេ និងភាពធ្ងន់ធ្ងរ។

**Table 1: Risk matrix**

<b>Probability</b>	<b>High</b>			
	<b>Med.</b>			
	<b>Low</b>			
		<b>Low</b>	<b>Med.</b>	<b>High</b>
		<b>Severity</b>		

ការវាយតម្លៃភាពធ្ងន់ធ្ងរនៅក្នុងឧទាហរណ៍នេះតំណាងឱ្យ៖

- ខ្ពស់៖ ការបាក់ឆ្អឹងធំ ការពុល ការបាត់បង់ឈាម របួសក្បាលធ្ងន់ធ្ងរ ឬជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ
- មធ្យម៖ ស្លឹក, សំពាធ, រលាកក្នុងតំបន់, រលាកស្បែក, ជំងឺហឺត, របួសដែលទាមទារថ្លៃសម្រាកពីការងារ
- ទាប៖ របួសដែលត្រូវការជំនួយដំបូងតែប៉ុណ្ណោះ; ការឈឺចាប់រយៈពេលខ្លី រមាស់ ឬវិលមុខ

ការវាយតម្លៃប្រូបាប៊ីលីតេក្នុងឧទាហរណ៍នេះតំណាងឱ្យ៖

- ខ្ពស់៖ បុគ្គលម្នាក់ៗអាចទទួលបានបទពិសោធន៍ម្តង ឬពីរដងក្នុងមួយឆ្នាំ
- មធ្យម៖ បុគ្គលម្នាក់ៗអាចទទួលបានបទពិសោធន៍ម្តងរៀងរាល់ប្រាំឆ្នាំម្តង
- កម្រិតទាប៖ អាចកើតឡើងម្តងក្នុងជីវិតការងារ

កោសិកាក្នុងតារាងទី 1 ត្រូវគ្នាទៅនឹងកម្រិតហានិភ័យ ដូចបង្ហាញក្នុងតារាងទី 2 ។

**Table 2: Risk Ratings**

<b>Description</b>	<b>Colour Code</b>
Immediately Dangerous	
High Risk	
Medium Risk	
Low Risk	
Very Low Risk	

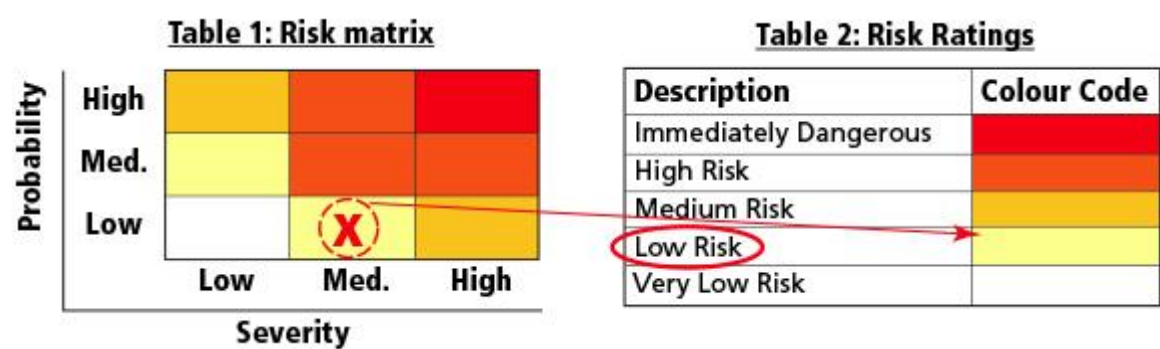
ការវាយតម្លៃហានិភ័យទាំងនេះត្រូវគ្នាទៅនឹងសកម្មភាពដែលបានណែនាំដូចជា៖

- គ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗ៖ បញ្ឈប់ដំណើរការ និងអនុវត្តការត្រួតពិនិត្យ
- ហានិភ័យខ្ពស់៖ ស៊ើបអង្កេតដំណើរការ និងអនុវត្តការត្រួតពិនិត្យភ្លាមៗ
- ហានិភ័យមធ្យម៖ បន្តដំណើរការ។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ ផែនការត្រួតពិនិត្យត្រូវតែត្រូវបានបង្កើតឡើង ហើយគួរតែត្រូវបានអនុវត្តឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ហានិភ័យទាប៖ បន្តដំណើរការ ប៉ុន្តែត្រូវតាមដានជាប្រចាំ។ ផែនការត្រួតពិនិត្យក៏គួរតែត្រូវបានស៊ើបអង្កេតផងដែរ។
- ហានិភ័យទាបណាស់៖ បន្តតាមដានដំណើរការ

ចូរយើងប្រើឧទាហរណ៍មួយ៖ នៅពេលគួរបន្ទប់ លាមកមួយជំហានត្រូវតែប្រើដើម្បីទៅដល់តំបន់ខ្ពស់ជាង។ បុគ្គលនឹងមិនឈរខ្ពស់ជាង 1 ម៉ែត្រ (3 ហ្វីត) នៅពេលណាមួយឡើយ។ ក្រុមវាយតម្លៃបានពិនិត្យស្ថានភាពហើយយល់ស្របថាការធ្វើការពីលាមកមួយជំហាននៅចម្ងាយ 1 ម៉ែត្រទំនងជា៖

- បណ្តាលឱ្យមានរបួសរយៈពេលខ្លី ដូចជាសំពាធ ឬបាក់ឆ្អឹង ប្រសិនបើបុគ្គលនោះដួល។ ការស្លឹកធ្ងន់ធ្ងរអាចត្រូវការថ្ងៃសម្រាកពីការងារ។ លទ្ធផលនេះគឺស្រដៀងគ្នាទៅនឹងការវាយតម្លៃកម្រិតមធ្យម។
- កើតឡើងម្តងក្នុងមួយជីវិតការងារ ព្រោះការគួរគំនូរគឺជាសកម្មភាពមិនធម្មតាសម្រាប់អង្គការនេះ។ លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យនេះគឺស្រដៀងទៅនឹងការវាយតម្លៃប្រូបាប៊ីលីតេទាប។

នៅពេលប្រៀបធៀបទៅនឹងតារាងម៉ាទ្រីសហានិភ័យ (តារាងទី 1) តម្លៃទាំងនេះត្រូវគ្នាទៅនឹងហានិភ័យទាប។



កន្លែងធ្វើការសម្រេចចិត្តអនុវត្តវិធានការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ រួមទាំងការប្រើលាមកជាមួយនឹងកំពូលធំដែលនឹងអនុញ្ញាតឱ្យបុគ្គលរក្សាលំនឹងនៅពេលឈរលើលាមក។ ពួកគេក៏បានកំណត់ផងដែរថា ខណៈពេលដែលផ្នែកម្រាលរាបស្មើ ពួកគេបានផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់បុគ្គលម្នាក់ៗអំពីសារៈសំខាន់នៃការធ្វើឱ្យ



ប្រាកដថាជើងរបស់លាមកតែងតែស្ថិតនៅលើផ្ទៃរាបស្មើ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏បានរួមបញ្ចូលនូវជំហានដើម្បីជៀសវាងការឈានដល់ហួសពេលកំពុងគួរ។

តើមានវិធីសាស្ត្រអ្វីខ្លះក្នុងការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់?



នៅពេលដែលអ្នកបានបង្កើតអាទិភាព អង្គការអាចសម្រេចចិត្តលើវិធីដើម្បីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ជាក់លាក់នីមួយៗ។ វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ ជាញឹកញយត្រូវបានដាក់ជាក្រុមដូចខាងក្រោម៖

- ការលុបបំបាត់ (រួមទាំងការជំនួស) ។
- ការគ្រប់គ្រងវិស្វកម្ម។
- ការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាល។
- ឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន។

តើកម្មវិធីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់គឺជាអ្វី?

កម្មវិធីត្រួតពិនិត្យគ្រោះថ្នាក់មានគ្រប់ជំហានចាំបាច់ ដើម្បីការពារកម្មករពីការប៉ះពាល់នឹងសារធាតុឬប្រព័ន្ធ ការបណ្តុះបណ្តាល និងនីតិវិធីដែលត្រូវការដើម្បីតាមដានការប៉ះពាល់របស់កម្មករ និងសុខភាពរបស់ពួកគេចំពោះគ្រោះថ្នាក់ដូចជាសារធាតុគីមី សម្ភារៈ ឬសារធាតុ ឬប្រភេទគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងទៀតដូចជាសំលេងរំខាននិងរំញ័រ។ កម្មវិធីត្រួតពិនិត្យគ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ គួរតែគូសបញ្ជាក់នូវវិធីសាស្ត្រណាមួយដែលត្រូវបានប្រើដើម្បីគ្រប់គ្រងការប៉ះពាល់ និងរបៀបដែលការត្រួតពិនិត្យទាំងនេះនឹងត្រូវបានត្រួតពិនិត្យសម្រាប់ប្រសិទ្ធភាព។

តើខ្ញុំដឹងដោយរបៀបណា ថាតើត្រូវការវិធីគ្រប់គ្រងបែបណា?

ការជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្រត្រួតពិនិត្យសមស្របមិនតែងតែងាយស្រួលនោះទេ។ ជាញឹកញយវាពាក់ព័ន្ធនឹង [ការវាយតម្លៃហានិភ័យ](#) ដើម្បីវាយតម្លៃ និងកំណត់អាទិភាពនៃគ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យ។ លើសពីនេះទៀត

ទាំង "ធម្មតា" និងស្ថានភាពសក្តានុពលឬមិនធម្មតាណាមួយត្រូវតែត្រូវបានសិក្សា។ កម្មវិធីនីមួយៗគួរតែត្រូវបានរចនាឡើងយ៉ាងពិសេស ដើម្បីបំពេញតម្រូវការនៃកន្លែងធ្វើការនីមួយៗ។ ដូច្នេះហើយ គ្មានកម្មវិធីពីរនឹងដូចគ្នាទេ។

ការជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្រត្រួតពិនិត្យអាចរួមបញ្ចូល៖

- ការវាយតម្លៃ និងជ្រើសរើសការគ្រប់គ្រងបណ្តោះអាសន្ន និងអចិន្ត្រៃយ៍។
- ការអនុវត្តវិធានការបណ្តោះអាសន្នរហូតដល់ការត្រួតពិនិត្យអចិន្ត្រៃយ៍ (វិស្វកម្ម) អាចត្រូវបានដាក់ឱ្យដំណើរការ។
- ការអនុវត្តការត្រួតពិនិត្យជាអចិន្ត្រៃយ៍នៅពេលដែលអាចអនុវត្តបានដោយសមហេតុផល។

ឧទាហរណ៍ ក្នុងករណីគ្រោះថ្នាក់នៃសំឡេង វិធានការបណ្តោះអាសន្នអាចត្រូវបានប្រើប្រាស់ការការពារការស្តាប់។ រយៈពេលវែង ការគ្រប់គ្រងអចិន្ត្រៃយ៍អាចប្រើវិធីវិស្វកម្មដើម្បីដកចេញ ឬញែកប្រភពសំឡេងរំខាន។

**ហេតុអ្វីកន្លែងធ្វើការគួរអនុវត្តការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់?**

ក្នុងគ្រប់ករណីទាំងអស់ និយោជកមានកាតព្វកិច្ចត្រូវ ឧស្សាហ៍ព្យាយាម និងទទួលខុសត្រូវចំពោះ 'ការប្រុងប្រយ័ត្នសមហេតុផលទាំងអស់ ក្រោមកាលៈទេសៈពិសេស ដើម្បីការពារការរងរបួស ឬឧបទ្វ័រហេតុនៅកន្លែងធ្វើការ'។

គ្រោះថ្នាក់មួយចំនួន និងការគ្រប់គ្រងរបស់ពួកគេនឹងត្រូវបានគូសបញ្ជាក់ជាពិសេសនៅក្នុងច្បាប់។ ក្នុងស្ថានភាពដែលមិនមានវិធីច្បាស់លាស់ក្នុងការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ ឬប្រសិនបើច្បាប់មិនកំណត់កម្រិត ឬគោលការណ៍ណែនាំ អ្នកគួរតែស្វែងរកការណែនាំពីអ្នកជំនាញផ្នែកសុខភាពដូចជា អនាម័យការងារ អ្នកជំនាញខាងសរីរវិទ្យា វិស្វករ ឬអ្នកជំនាញសុវត្ថិភាពអំពីអ្វីដែលជា "ការអនុវត្តល្អបំផុត" ឬ "ការអនុវត្តស្តង់ដារ" នៅពេលធ្វើការក្នុងស្ថានភាពនោះ។



There is NOT a fine line  
between Safe and Unsafe

រូបភាពទី ១

## ចូរចងចាំ!

ដែនកំណត់ ឬគោលការណ៍ណែនាំផ្លូវច្បាប់ (ដូចជាដែនកំណត់នៃការប៉ះពាល់នឹងការងារ) មិនគួរត្រូវបានចាត់ទុកថាជាបន្ទាត់រវាង "សុវត្ថិភាព" និង "មិនមានសុវត្ថិភាព" ឡើយ។ វិធីសាស្ត្រដ៏ល្អបំផុតគឺត្រូវរក្សាការប៉ះពាល់ជានិច្ច ឬហានិភ័យនៃគ្រោះថ្នាក់ឱ្យទាបតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

តើមានវិធីសំខាន់ៗអ្វីខ្លះ ដើម្បីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់?

មធ្យោបាយសំខាន់ៗក្នុងការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់រួមមាន៖

- ការលុបបំបាត់ ៖ ដកគ្រោះថ្នាក់ចេញពីកន្លែងធ្វើការ។
- ការជំនួស ៖ ជំនួសគ្រោះថ្នាក់ (ឧ. ផលិតផលគ្រោះថ្នាក់ ម៉ាស៊ីន។ល។) ជាមួយនឹងគ្រោះថ្នាក់តិចជាង។
- ការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្ម ៖ រួមបញ្ចូលការរចនា ឬការកែប្រែទៅលើរុក្ខជាតិ ឧបករណ៍ ប្រព័ន្ធខ្យល់ចេញចូល និងដំណើរការដែលកាត់បន្ថយប្រភពនៃការប៉ះពាល់។
- ការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាល៖ គ្រប់គ្រងដែលផ្លាស់ប្តូរប្រែប្រួលដែលការងារត្រូវបានធ្វើ រួមទាំងពេលវេលានៃការងារ គោលនយោបាយ និងច្បាប់ផ្សេងទៀត និង ការអនុវត្តការងារ ដូចជាស្តង់ដារ និងនីតិវិធីប្រតិបត្តិការ (រួមទាំងការបណ្តុះបណ្តាល ការថែរក្សាគេហដ្ឋាន និងការថែទាំឧបករណ៍ និងការអនុវត្តអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន)។
- បរិក្ខារការពារផ្ទាល់ខ្លួន ៖ គ្រឿងបរិក្ខារដែលពាក់ដោយបុគ្គលដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ ដូចជាការប៉ះពាល់ជាមួយសារធាតុគីមី ឬការប៉ះពាល់នឹងសំឡេង។



## តើឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន (PPE) ជាអ្វី?

PPE គឺជាឧបករណ៍ពាក់ដោយកម្មករដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ជាក់លាក់។ ឧទាហរណ៍នៃ PPE រួមមានឧបករណ៍ដកដង្ហើម ស្រោមដៃ អាវជាយ ការការពារការធ្លាក់ និងឈុតរាងកាយពេញ ក៏ដូចជាការការពារក្បាល ភ្នែក និងជើង។ ការប្រើប្រាស់ PPE គឺគ្រាន់តែជាធាតុមួយនៅក្នុងកម្មវិធីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ពេញលេញដែលនឹងប្រើយុទ្ធសាស្ត្រជាច្រើនដើម្បីរក្សាបរិយាកាសប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសុខភាពល្អ។ PPE មិនកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ដោយខ្លួនឯង ហើយក៏មិនធានាការការពារជាអចិន្ត្រៃយ៍ ឬសរុបដែរ។



តើឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន (PPE) មានតួនាទីអ្វី?

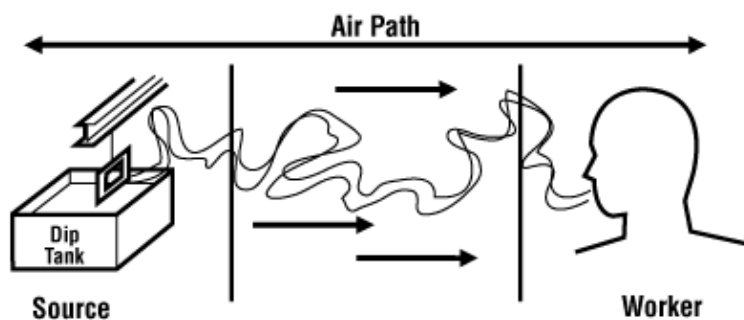
គ្រោះថ្នាក់មាននៅគ្រប់កន្លែងធ្វើការ ដូច្នេះយុទ្ធសាស្ត្រការពារកម្មករមានសារៈសំខាន់ណាស់។ អាទិភាពគួរតែអនុវត្តតាម " [ឋានានុក្រមនៃការគ្រប់គ្រង](#) " រួមទាំងការលុបបំបាត់ ការជំនួស ឬការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វក



ម្តងទៀតនៅប្រភពរបស់ពួកគេ ឬតាមបណ្តោយផ្លូវរវាងប្រភព និងកម្មករ។ មានវិធីសាស្ត្រជាច្រើន ហើយអ្វីដែលសមស្របបំផុតចំពោះស្ថានភាពជាក់លាក់គួរតែត្រូវបានប្រើ។

ការត្រួតពិនិត្យជាធម្មតាត្រូវបានដាក់៖

1. នៅប្រភព (កន្លែងដែលគ្រោះថ្នាក់ "មកពី") ។
2. នៅតាមផ្លូវ (កន្លែងដែលគ្រោះថ្នាក់ "ធ្វើដំណើរ") ។
3. នៅកម្មករ។



រូបភាពទី 1 - តំបន់ត្រួតពិនិត្យ៖ នៅប្រភព តាមបណ្តោយផ្លូវ និងនៅកម្មករ

ការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់នៅប្រភពរបស់វា គឺជាជម្រើសដំបូង ពីព្រោះវិធីសាស្ត្រនេះនឹងលុបបំបាត់វាចេញពី កន្លែងធ្វើការទាំងស្រុង ឬញែកវាចេញពីកម្មករ។ វិធីសាស្ត្រនេះអាចតម្រូវឱ្យមានការជំនួសសម្ភារៈដែល មិនមានគ្រោះថ្នាក់ ភាពងាយនៃគ្រោះថ្នាក់ ខ្យល់ចេញចូល ការបន្ថែមលក្ខណៈសុវត្ថិភាពទៅនឹងឧបករណ៍ ដែលមានស្រាប់ ការរៀបចំឡើងវិញនូវដំណើរការការងារ ឬការទិញឧបករណ៍ថ្មី។ ការគ្រប់គ្រងផ្នែករដ្ឋបាល ដូចជាការអនុវត្តការងារ ការអប់រំ/បណ្តុះបណ្តាល និងការរក្សាគេហដ្ឋាន ក៏ជាមធ្យោបាយគ្រប់គ្រង គ្រោះថ្នាក់ផងដែរ។

នៅពេលដែលគ្រោះថ្នាក់ មិនអាចដកចេញ ឬគ្រប់គ្រងបានគ្រប់គ្រាន់ ឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន (PPE) អាចត្រូវបានប្រើប្រាស់។

**តើខ្ញុំចាប់ផ្តើមរៀបចំផែនការយុទ្ធសាស្ត្រការពារដោយរបៀបណា?**

មុនពេលការសម្រេចចិត្តណាមួយត្រូវបានធ្វើឡើងដើម្បីចាប់ផ្តើម ឬពង្រីកកម្មវិធី PPE វាជាការសំខាន់ ណាស់ដែលត្រូវស្វែងយល់ពីគោលការណ៍ជាមូលដ្ឋាននៃយុទ្ធសាស្ត្រការពារ។

ធាតុសំខាន់ៗដែលត្រូវយកមកពិចារណាគឺ៖

- ការការពារកម្មករ
- ការអនុលោមតាមច្បាប់ / បទប្បញ្ញត្តិ / ស្តង់ដារ / គោលការណ៍ណែនាំ
- ការអនុលោមតាមតម្រូវការផ្ទៃក្នុងរបស់ក្រុមហ៊ុន

- លទ្ធភាពបច្ចេកទេស

យុទ្ធសាស្ត្រដ៏ទូលំទូលាយល្អពិចារណាពីគ្រោះថ្នាក់ ធ្វើការ [វាយតម្លៃហានិភ័យ](#) វាយតម្លៃវិធីសាស្ត្រ ត្រួតពិនិត្យដែលអាចកើតមាន រួមបញ្ចូលវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗ និងពិនិត្យមើលការត្រួតពិនិត្យឡើងវិញឱ្យបាន ញឹកញាប់ ដើម្បីប្រាកដថាគ្រោះថ្នាក់បន្តត្រូវបានគ្រប់គ្រង។

### តើពេលណាគួរប្រើ PPE?

PPE ត្រូវបានប្រើដើម្បីកាត់បន្ថយ ឬកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ ឬការប៉ះពាល់ទៅនឹងសារធាតុបង្ករបួសរាង កាយ គឺមី ergonomic ឬជីវសាស្ត្រ។ សូមចងចាំថា គ្រោះថ្នាក់មិនត្រូវបាន "បាត់" នៅពេលដែល PPE ត្រូវបានប្រើប្រាស់ ប៉ុន្តែហានិភ័យនៃការងាររបួសអាចត្រូវបានកាត់បន្ថយ។ ជាឧទាហរណ៍ ការពាក់ ឧបករណ៍ការពារការស្លាប់កាត់បន្ថយលទ្ធភាពនៃការខូចខាតការស្លាប់ នៅពេលដែលដោតត្រចៀក ឬ ស្រោមអនាម័យសមស្របទៅនឹងប្រភេទនៃការប៉ះពាល់នឹងសំឡេង និងនៅពេលដែល PPE ត្រូវបានប្រើ ប្រាស់ត្រឹមត្រូវ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការប្រើឧបករណ៍ការពារការស្លាប់មិនលុបបំបាត់សំលេងរំខាន នោះទេ។

PPE គួរតែត្រូវបានប្រើតែ៖

- ជាវិធានការបណ្តោះអាសន្ន (រយៈពេលខ្លី) មុនពេលការត្រួតពិនិត្យត្រូវបានអនុវត្ត។
- ដែលជាកន្លែងដែលការគ្រប់គ្រងផ្សេងទៀតមិនមានឬគ្រប់គ្រាន់;
- ក្នុងអំឡុងពេលសកម្មភាពដូចជាការថែទាំ សម្អាត និងជួសជុល ដែលការគ្រប់គ្រងទំនាក់ទំនងជា មុនមិនអាចធ្វើទៅបាន ឬមានប្រសិទ្ធភាព។
- ក្នុងអំឡុងពេលស្ថានភាពអាសន្ន។

### តើខ្ញុំរចនាកម្មវិធី PPE យ៉ាងដូចម្តេច?

កម្មវិធី PPE ត្រូវតែមានលក្ខណៈទូលំទូលាយ។ វាទាមទារការប្តេជ្ញាចិត្ត និងការចូលរួមយ៉ាងសកម្មនៅ ដំណាក់កាលធ្វើផែនការ ការអភិវឌ្ឍន៍ និងការអនុវត្តពីគ្រប់កម្រិត៖ អ្នកគ្រប់គ្រងជាន់ខ្ពស់ អ្នកគ្រប់គ្រង និងកម្មករ។ កម្មវិធី PPE ល្អមានធាតុផ្សំសំខាន់ៗទាំងនេះ៖

- ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងការវាយតម្លៃហានិភ័យ
- ការជ្រើសរើសការគ្រប់គ្រងសមស្រប
- ការជ្រើសរើស PPE ដែលសមស្រប
- សម
- ការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាល



- ការគាំទ្រផ្នែកគ្រប់គ្រង
- ការថែទាំ
- សវនកម្មនៃកម្មវិធី

**គោលនយោបាយសុខភាព និងសុវត្ថិភាពការងារ** របស់អង្គការ គួរតែជាសេចក្តីថ្លែងការណ៍អំពីគោលការណ៍ និងច្បាប់ទូទៅដែលបម្រើជាការណែនាំសម្រាប់សកម្មភាព។ អ្នកគ្រប់គ្រងជាន់ខ្ពស់ត្រូវតែប្តេជ្ញាចិត្តដើម្បីធានាថាគោលនយោបាយ និងនីតិវិធីត្រូវបានអនុវត្ត។ កម្មវិធី PPE ត្រូវតែមាន ហើយត្រូវតែមើលឃើញថាមានសារៈសំខាន់ស្មើគ្នាជាមួយនឹងគោលនយោបាយ នីតិវិធី និងកម្មវិធីផ្សេងៗរបស់អង្គការ។

ការតែងតាំងអ្នកសម្របសម្រួលកម្មវិធីនឹងជួយធ្វើឱ្យប្រាកដថាកម្មវិធីទទួលបានជោគជ័យ។ អ្នកសម្របសម្រួលមានទំនួលខុសត្រូវក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថាធាតុនីមួយៗនៃកម្មវិធីគឺនៅនឹងកន្លែង និងដំណើរការ។

កម្មវិធីត្រូវតែត្រូវបានគ្រោងទុកយ៉ាងប្រុងប្រយ័ត្ន អភិវឌ្ឍយ៉ាងពេញលេញ និងអនុវត្តដោយវិធីសាស្ត្រ។ ផលប្រយោជន៍នៃកម្មវិធីគួរត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយជាសាធារណៈឱ្យបានទូលំទូលាយ ហើយកាលបរិច្ឆេទគោលដៅបានកំណត់ទុកជាមុនសម្រាប់ការអនុលោមតាម។ ប្រសិនបើការប្រើប្រាស់ PPE គឺថ្មីពេលវេលាគួរតែត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យកម្មករជ្រើសរើសរចនាប័ទ្មដែលសមស្របបំផុត ដើម្បីទម្លាប់ក្នុងការពាក់ PPE និងគោរពតាមកម្មវិធី ដោយមិនមានវិធានការអនុវត្តរហូតដល់កាលបរិច្ឆេទគោលដៅ។

ចំណាំ៖ វាមិនអាចទទួលយកបានក្នុងដំណាក់កាលជាបណ្តើរៗនៅក្នុងកម្មវិធី PPE នៅពេលដែលមានតម្រូវការចូលទៅក្នុងបរិយាកាសដែលមានគ្រោះថ្នាក់ ឬកន្លែងដែលការខកខានក្នុងការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍បង្កហានិភ័យធ្ងន់ធ្ងរនៃការរងរបួស។

ការចូលរួមរបស់កម្មករកាន់តែច្រើននៅក្នុងគ្រប់ដំណាក់កាលនៃកម្មវិធី នោះកម្មវិធីនឹងកាន់តែរលូនក្នុងការអនុវត្ត និងដំណើរការ។ អ្នកប្រើប្រាស់ត្រូវតែទទួលបានការអប់រំអំពីមូលហេតុដែល PPE ត្រូវពាក់ និងបណ្តុះបណ្តាលពីរបៀបប្រើប្រាស់វាឱ្យបានត្រឹមត្រូវ វិធីសាស្ត្រនៃការអនុវត្តប៉ះពាល់ដល់ការទទួលយក និងប្រសិទ្ធភាពនៃកម្មវិធីទាំងមូល។

លើសពីនេះ ការអនុលោមតាមច្បាប់របស់កម្មករជាមួយកម្មវិធី PPE ទំនងជាអន់ ប្រសិនបើឧបករណ៍ PPE មិនមានភាពទាក់ទាញ មិនស្រួល ឬត្រូវបានដាក់លើកម្មករដែលមានជម្រើសតិចតួចក្នុងការជ្រើសរើស។ ផ្តល់ជូននូវភាពបត់បែនមួយចំនួនទាក់ទងនឹងម៉ូដែលផ្សេងៗ ឬបង្កើត PPE ដែលត្រូវការតាមដែលអាចធ្វើបាន (ឧទាហរណ៍៖ពេលដែលរក្សាការការពារសមស្រប)។

ការការពារដែលបានផ្តល់នឹងត្រូវបានកាត់បន្ថយយ៉ាងខ្លាំង ប្រសិនបើកម្មករដក PPE ចេញក្នុងរយៈពេលខ្លី។ ការបាត់បង់ការការពារក្នុងអំឡុងពេលដែល PPE មិនត្រូវបានពាក់អាចងាយស្រួលលើសពីការការពារនៅពេលដែលវាត្រូវបានប្រើ។

ជាឧទាហរណ៍ ដើម្បីទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ពេញលេញ [អ្នកការពារការស្តាប់](#) ត្រូវតែពាក់គ្រប់ពេលក្នុង អំឡុងពេលធ្វើការដែលមានសម្លេងរំខាន។ ប្រសិនបើឧបករណ៍ការពារការស្តាប់ត្រូវបានដកចេញត្រឹមតែ រយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះ ការការពារត្រូវបានកាត់បន្ថយយ៉ាងខ្លាំង។ តារាងខាងក្រោមផ្តល់នូវការការពារអតិបរមាដែលផ្តល់ជូនសម្រាប់ការប្រើប្រាស់មិនបន្តនៃឧបករណ៍ការពារការស្តាប់ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព "100%" ដែលបំពាក់តាមឧត្តមគតិ។

ឧទាហរណ៍ នៅពេលដែលការការពារការស្តាប់ត្រូវបានវាយតម្លៃដោយការថយចុះនៃ 25 dB ប្រសិនបើ នរណាម្នាក់ដកឧបករណ៍ការពារការស្តាប់របស់គាត់ក្នុងរយៈពេល 5 នាទីក្នុងមួយម៉ោង ការការពារអតិបរមាដែលត្រូវបានកាត់បន្ថយមកត្រឹមមិនលើសពី 11 dB ។

ផលប៉ះពាល់នៃការដកការការពារការស្តាប់	
ពេលវេលាដកចេញ (ក្នុង 1 ម៉ោង)	ការការពារ អតិបរមា 25 dB ត្រូវបានកាត់បន្ថយ ទៅ (dB)
0 នាទី	គ្មានការកាត់បន្ថយ
1 នាទី	១៧
5 នាទី	១១
10 នាទី	៨
30 នាទី	៣
60 នាទី	០

ប្រភព៖ ការដកឧបករណ៍ការពារការស្តាប់ កាត់បន្ថយការការពារយ៉ាងខ្លាំង។ នាយកប្រតិបត្តិសុខភាព និង សុវត្ថិភាព ចក្រភពអង់គ្លេស (គ្មានកាលបរិច្ឆេទ)។

ឧបករណ៍ការពារត្រចៀកត្រូវតែប្រើ **គ្រប់ពេល** ដើម្បីទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ពេញលេញ។

**ហេតុអ្វីខ្ញុំគួរកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងធ្វើការវាយតម្លៃហានិភ័យជាមុន?**

ជំហានដំបូងក្នុងការអភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធី PPE គឺដើម្បីកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ។ ការ អនុវត្តការងារ ដំណើរការនីតិវិធីការងារ ឧបករណ៍ ផលិតផល ឬឯកសារធ្វើការ និងកត្តាបុគ្គលគួរតែត្រូវ បានពិនិត្យ។

ការយកចិត្តទុកដាក់ជាពិសេសគួរតែត្រូវបានបង់ទៅលើតម្រូវការការងារ ដោយសារប្រភេទនៃគ្រោះថ្នាក់មួយ ចំនួនទាមទារ PPE ច្រើនជាងមួយដុំ។ ជាឧទាហរណ៍ ការធ្វើការជាមួយក្លរីនអាចត្រូវការការការពារផ្លូវ ដង្ហើម ស្បែក និងភ្នែក ដោយសារក្លរីនធ្វើឱ្យលាកទាំងប្រព័ន្ធផ្លូវដង្ហើម និងភ្នាសរំអិលនៃភ្នែក។ វាមានសា

រៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការត្រួតពិនិត្យជាបន្តបន្ទាប់នូវសន្លឹកទិន្នន័យសុវត្ថិភាព (SDSs) ដូចដែលពួកគេបង្ហាញពីគ្រោះថ្នាក់ដែលទាក់ទងនឹងផលិតផលជាក់លាក់ និងធ្វើការណែនាំអំពី PPE ។

**តើជំហានអ្វីខ្លះពាក់ព័ន្ធនឹងការជ្រើសរើស PPE?**

នៅពេលដែលតម្រូវការសម្រាប់ PPE ត្រូវបានបង្កើតឡើង កិច្ចការបន្ទាប់គឺជ្រើសរើសប្រភេទត្រឹមត្រូវ។ លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យពីរត្រូវកំណត់៖

- កម្រិតនៃការការពារដែលត្រូវការ និង
- ភាពសមស្របនៃឧបករណ៍ទៅនឹងស្ថានភាព (រួមទាំងភាពជាក់ស្តែងនៃឧបករណ៍ដែលកំពុងប្រើប្រាស់ និងរក្សាទុកក្នុងការជួសជុលល្អ)។

កម្រិតនៃការការពារ និងការចន្លោះនៃ PPE ត្រូវតែរួមបញ្ចូល ពីព្រោះទាំងពីរចំណុចដល់ប្រសិទ្ធភាពរួមភាពអាចពាក់ និងការទទួលយករបស់វា។

ខាងក្រោមនេះជាគោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ការជ្រើសរើស៖

**ក) ផ្គូផ្គង PPE ទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់**

មិនមានផ្លូវកាត់សម្រាប់ការជ្រើសរើស PPE ទេ។ ជ្រើសរើស PPE ដែលត្រឹមត្រូវដើម្បីផ្គូផ្គងគ្រោះថ្នាក់។ នៅលើការងារមួយចំនួន កិច្ចការដូចគ្នាត្រូវបានអនុវត្តពេញមួយវដ្តការងារទាំងមូល ដូច្នេះវាងាយស្រួលក្នុងការជ្រើសរើស PPE ត្រឹមត្រូវ។ ក្នុងករណីផ្សេងទៀត កម្មករអាចប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់ពីរ ឬច្រើនផ្សេងគ្នា។ **ជាងដែក** អាចត្រូវការ ការ ការពារប្រឆាំងនឹងឧស្ម័នផ្សារ កាំរស្មីពន្លឺដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដែករលាយ និងបន្ទះសៀគ្វីហោះ។ ក្នុងករណីបែបនេះ ការការពារច្រើនគឺត្រូវការចាំបាច់៖ មួកសម្រាប់ផ្សារ វ៉ែនតាសម្រាប់ផ្សារដែក និងឧបករណ៍ដកដង្ហើមសមរម្យ ឬក្រណាត់ផ្សាភ្ជាប់ដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្យល់។

**ខ) ទទួលបានជំនួយ**

ធ្វើការសម្រេចចិត្តដោយផ្អែកលើការវាយតម្លៃហានិភ័យហ្មត់ចត់ ការទទួលយកបុគ្គលិក និងប្រភេទនៃ PPE ដែលមាន។ នៅពេលដែលអ្នកបានកំណត់តម្រូវការ PPE របស់អ្នក ធ្វើការស្រាវជ្រាវ និងទិញទំនិញជុំវិញ។ ពិភាក្សាពីតម្រូវការរបស់អ្នកជាមួយតំណាងផ្នែកលក់ដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល ហើយសុំការណែនាំពីពួកគេ។ តែងតែសួររកជម្រើស និងពិនិត្យមើលការទាមទារផលិតផល និងទិន្នន័យសាកល្បង។ សាកល្បងប្រើ PPE ហើយសាកល្បងវាដើម្បីមើលថាឧបករណ៍បំពេញតាមលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យទាំងអស់របស់អ្នក មុនពេលវាត្រូវបានអនុម័ត។

គ) ចូលរួមជាមួយកម្មករក្នុងការវាយតម្លៃ

វាមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងការមានបុគ្គលិកម្នាក់ៗចូលរួមក្នុងការជ្រើសរើសគំរូជាក់លាក់។ ជំនួយក្នុងការជ្រើសរើសនេះអាចសម្រេចបានដោយការណែនាំគំរូដែលបានអនុម័តទៅក្នុងកន្លែងធ្វើការសម្រាប់ការសាកល្បងដែលកម្មករមានឱកាសវាយតម្លៃផ្សេងៗ។ តាមរបៀបនេះ ព័ត៌មានជាច្រើនទាក់ទងនឹងសមភាព ការល្អលោម និងការទទួលយកបុគ្គលិកនឹងត្រូវបានទទួល។ នៅពេលជ្រើសរើស PPE កម្មករគួរតែជ្រើសរើសក្នុងចំណោមគំរូពីរ ឬបី ដែលអនុញ្ញាតឱ្យមានចំណង់ចំណូលចិត្តផ្ទាល់ខ្លួន។ PPE គួរតែត្រូវបានកំណត់ជាលក្ខណៈបុគ្គល។

ឃ) ពិចារណាលើការល្អលោមរវាងកាយរបស់ PPE (ergonomics)

ប្រសិនបើឧបករណ៍ PPE ធ្ងន់ដោយមិនចាំបាច់ ឬបំពាក់មិនបានល្អ វាមិនទំនងថាវានឹងត្រូវពាក់នោះទេ។ សូមចំណាំផងដែរថា ប្រសិនបើឧបករណ៍ PPE មិនមានភាពទាក់ទាញ ឬមិនស្រួល ឬមិនមានលទ្ធភាពសម្រាប់កម្មករក្នុងការជ្រើសរើសក្នុងចំណោមម៉ូដែល នោះការអនុលោមតាមទំនងជាមិនល្អ។ នៅពេលដែលទម្រង់ PPE ជាច្រើនត្រូវបានពាក់ជាមួយគ្នា អន្តរកម្មត្រូវតែរក្សាទុកក្នុងចិត្ត (ឧ. តើការពាក់អាមេកែតនឹងរំខានដល់ត្រាដែលផ្តល់ដោយឧបករណ៍បិទត្រចៀកដែរឬទេ?)។ ប្រើគ្រប់ឱកាសដើម្បីផ្តល់ភាពបត់បែនក្នុងជម្រើសនៃ PPE ដរាបណាវាបំពេញតាមច្បាប់ និងស្តង់ដារដែលត្រូវការ។

ង) វាយតម្លៃការពិចារណាលើការចំណាយ

តម្លៃនៃ PPE ជារឿយៗជាកង្វល់មួយ។ កម្មវិធីខ្លះប្រើឧបករណ៍ដកដង្ហើមដែលអាចចោលបាន ព្រោះវាហាក់ដូចជាមានតម្លៃថោក។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយនៅពេលដែលការប្រើប្រាស់ត្រូវបានវាយតម្លៃតាមពេលវេលា វាអាចទៅរួចដែលថាឧបករណ៍ដកដង្ហើមប្រអប់លេខពីរនឹងសន្សំសំចៃជាង។ ការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្មអាចបង្ហាញពីដំណោះស្រាយដែលមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការចំណាយកាន់តែច្រើនក្នុងរយៈពេលវែង ហើយគួរតែត្រូវបានពិចារណាមុនពេល PPE ។

ច) ពិនិត្យស្តង់ដារ

តម្រូវការការអនុវត្តនៃស្តង់ដារទាំងអស់ត្រូវតែត្រូវបានពិនិត្យឡើងវិញ ដើម្បីធានាថាការប៉ះពាល់នឹងរបួសនឹងត្រូវបានបង្រួមអប្បបរមា ឬលុបបំបាត់ដោយប្រើ PPE ។ ប្រសិនបើ PPE ត្រូវបានប៉ះពាល់នឹងគ្រោះថ្នាក់ធំជាងអ្វីដែលវាត្រូវបានរចនាឡើងនោះ វានឹងមិនផ្តល់ការការពារគ្រប់គ្រាន់ទេ។

នៅប្រទេសកាណាដា ស្តង់ដារផ្សេងៗមាន ហើយថ្មីៗបំផុតគួរតែត្រូវបានប្រើសម្រាប់ការណែនាំក្នុងដំណើរការជ្រើសរើស។ ជាឧទាហរណ៍ CSA Standard Z94.3-15 "ឧបករណ៍ការពារភ្នែក និងមុខ" គួសបញ្ជាក់

អំពីប្រភេទឧបករណ៍ការពារការពាក់ភ្នែកដែលត្រូវបានណែនាំសម្រាប់គ្រោះថ្នាក់ការងារជាក់លាក់។ ចម្លើយរបស់ OSH ស្តីពី [ការការពារភ្នែក និងមុខ](#) មានព័ត៌មានបន្ថែមអំពីប្រធានបទនេះ។

### ឆ) ពិនិត្យមើលសម

នៅពេលដែលការជ្រើសរើសត្រូវបានធ្វើឡើង សមាសធាតុ "សម" គួរតែត្រូវបានដាក់ឱ្យដំណើរការ។ ចំណុចសំខាន់គឺត្រូវដាក់ឱ្យសមនឹងកម្មករនិយោជិតម្នាក់ៗជាមួយ PPE លើមូលដ្ឋានបុគ្គល។ នៅពេលសម សូមបង្ហាញកម្មករនិយោជិតម្នាក់ៗពីរបៀបពាក់ និងថែទាំ PPE ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

ក្នុងករណីខ្លះ កម្មវិធីសមភាពបុគ្គលគួរតែត្រូវបានអនុវត្តដោយបុគ្គលិកដែលមានសមត្ថភាព។ ឧទាហរណ៍ សម្រាប់ការការពារភ្នែក បុគ្គលដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់នេះអាចជាគ្រូពេទ្យឯកទេសខាងភ្នែក អ្នកជំនាញផ្នែកភ្នែក អ្នកតំណាងរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត ឬសមាជិកបុគ្គលិកដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាលពិសេស ដូចជាគិលានុបដ្ឋាយិកាជាដើម។

ការពាក់ភ្នែកគួរតែបិទបាំងពីចិញ្ចើមដល់ឆ្អឹងថ្ពាល់ ហើយឆ្លងកាត់ពីច្រមុះទៅតំបន់ឆ្អឹងនៅខាងក្រៅមុខ និងភ្នែក។ នៅពេលដែលពាក់ភ្នែក/វ៉ែនតាអង្គុយពាក់កណ្តាលច្រមុះ ការការពារពីគ្រោះថ្នាក់នៃភាគល្អិតហោះហើរត្រូវបានកាត់បន្ថយ ជួនកាលដល់ចំណុចដែលគ្មានការការពារ។ កម្រិតនៃការការពារដែលបានគណនានឹងមិនត្រូវបានសម្រេចក្នុងការអនុវត្តទេ លុះត្រាតែ PPE ត្រូវបានពាក់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវគ្រប់ពេលដែលកម្មករមានហានិភ័យ។

### ជ) អនុវត្តការថែទាំ និងត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំ

បើគ្មានការថែទាំត្រឹមត្រូវទេ ប្រសិទ្ធភាពនៃ PPE មិនអាចធានាបានទេ។ ការថែទាំគួរតែរួមបញ្ចូលការត្រួតពិនិត្យ ការថែទាំ ការសម្អាត ការជួសជុល និងការរក្សាទុកត្រឹមត្រូវ។

ប្រហែលជាផ្នែកសំខាន់បំផុតនៃការថែទាំគឺតម្រូវការសម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យបន្តនៃ PPE ។ ប្រសិនបើអនុវត្តដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ការត្រួតពិនិត្យនឹងកំណត់អត្តសញ្ញាណ PPE ដែលខូច ឬដំណើរការខុសប្រក្រតី មុនពេលវាប្រើប្រាស់។ PPE ដែលមិនដំណើរការទៅតាមលក្ខណៈបច្ចេកទេសរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត ដូចជាការពាក់ភ្នែកជាមួយនឹងកញ្ចក់ឆ្កុះ ដែលបាត់បង់សមត្ថភាពទប់ទល់នឹងផលប៉ះពាល់ គួរតែត្រូវបានគេបោះបង់ចោល។

នីតិវិធីគួរតែត្រូវបានបង្កើតឡើងដើម្បីឱ្យកម្មករទទួលបាន PPE ថ្មី ឬផ្នែកជំនួសសម្រាប់ PPE ដែលខូច ហើយជួយពួកគេឱ្យរក្សា PPE ឱ្យស្អាត។ ឧទាហរណ៍ ឧបករណ៍ការពារផ្លូវដង្ហើមត្រូវការកម្មវិធីជួសជុលសម្អាត ការផ្ទុក និងការធ្វើតេស្តតាមកាលកំណត់។

ការពាក់ PPE ដែលថែទាំមិនបានល្អ ឬដំណើរការខុសប្រក្រតី អាចមានគ្រោះថ្នាក់ជាការមិនពាក់ ទម្រង់ការពារណាមួយឡើយ។ កម្មករមានអារម្មណ៍មិនពិតអំពីសុវត្ថិភាព ហើយគិតថាពួកគេត្រូវបាន ការពារនៅពេលដែលការពិតពួកគេមិនមាន។

#### ឈ) អនុវត្តការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាល

គ្មានកម្មវិធីណាមួយអាចបញ្ចប់ដោយគ្មានការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាល ដើម្បីប្រាកដថា PPE ត្រូវបាន ប្រើប្រាស់ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។ ការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាលគួរតែគ្របដណ្តប់លើមូលហេតុដែល វាសំខាន់ របៀបពាក់ និងពាក់ PPE របៀបកែតម្រូវវាសម្រាប់ការការពារអតិបរមា និងរបៀបថែទាំវា។

សង្កត់ធ្ងន់លើគោលដៅសំខាន់ៗនៃកម្មវិធី និងពង្រឹងការពិតដែលថាការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្មត្រូវបានចាត់ ទុកថាជាយុទ្ធសាស្ត្របង្ការចម្បង។ វាមិនល្អគ្រប់គ្រាន់ទេក្នុងការប្រាប់នរណាម្នាក់ឱ្យពាក់ឧបករណ៍ដក ដង្ហើម ដោយសារតែការគ្រប់គ្រង និង/ឬច្បាប់ទាមទារវា។ ប្រសិនបើឧបករណ៍ដកដង្ហើមមានបំណង ការពារជំងឺសួត កម្មករត្រូវតែជូនដំណឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់។

កម្មករនិយោជិត និងអ្នកគ្រប់គ្រងរបស់ពួកគេនឹងទាមទារការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាលនៅពេល កន្លែង ណា ហេតុអ្វី និងរបៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ ដើម្បីសម្រេចបាននូវកម្រិតការពារចាំបាច់។ រួមបញ្ចូលកម្មករ ដែលត្រូវបានលាតត្រដាងជាប្រចាំ ក៏ដូចជាអ្នកផ្សេងទៀតដែលអាចត្រូវបានលាតត្រដាងនៅលើមូលដ្ឋាន ម្តងម្កាល ឧទាហរណ៍ ក្នុងស្ថានភាពអាសន្ន ឬនៅពេលដែលការងារបណ្តោះអាសន្នត្រូវបានអនុវត្តនៅក្នុង តំបន់គ្រោះថ្នាក់។

#### ញ) ទទួលបានការគាំទ្រពីគ្រប់នាយកដ្ឋាន

នៅពេលដែលកម្មវិធីកំពុងដំណើរការ វានឹងមានតម្រូវការបន្តសម្រាប់ការចូលរួមពីអ្នកគ្រប់គ្រង សុវត្ថិភាព និងបុគ្គលិកពេទ្យ អ្នកគ្រប់គ្រង គណៈកម្មាធិការសុខភាព និងសុវត្ថិភាព បុគ្គលិកម្នាក់ៗ និងសូម្បីតែអ្នក ផ្គត់ផ្គង់ PPE ដែលបានជ្រើសរើស។

កម្មវិធីអប់រំ និងបណ្តុះបណ្តាលគួរតែបន្តជាប្រចាំ។

#### ដ) ត្រួតពិនិត្យកម្មវិធី

ដូចទៅនឹងកម្មវិធី ឬនីតិវិធីណាមួយដែលត្រូវបានអនុវត្តនៅក្នុងអង្គការមួយ ប្រសិទ្ធភាពនៃកម្មវិធី PPE គួរ តែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យដោយការត្រួតពិនិត្យឧបករណ៍ និងសវនកម្មនៃនីតិវិធី។

សវនកម្មប្រចាំឆ្នាំគឺជារឿងធម្មតា ប៉ុន្តែវាអាចត្រូវបានគេណែនាំឱ្យពិនិត្យមើលផ្នែកសំខាន់ៗឱ្យបានញឹកញាប់ជាងមុន។

វានឹងមានប្រយោជន៍ក្នុងការប្រៀបធៀបការអនុវត្តសុវត្ថិភាពទៅនឹងទិន្នន័យ មុនពេលកម្មវិធីចាប់ផ្តើម។ ការប្រៀបធៀបនេះនឹងជួយកំណត់ភាពជោគជ័យ ឬបរាជ័យនៃកម្មវិធី។

### តើអ្វីជាឧទាហរណ៍នៃបញ្ជីត្រួតពិនិត្យកម្មវិធី PPE?

អ្នកសម្របសម្រួលកម្មវិធី PPE គួរពិចារណាដូចខាងក្រោម៖

រចនាកម្មវិធី PPE៖

- ត្រូវប្រាកដថាវិធីសាស្ត្រ "ឋានានុក្រមនៃការគ្រប់គ្រង" ដូចជាការលុបបំបាត់ ការជំនួស ការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្ម និងការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាលត្រូវបានពិចារណាជាមុនសិន។ PPE គឺជាខ្សែការពារចុងក្រោយ។
- ធានាបាននូវការចូលរួមយ៉ាងសកម្មរបស់ភាគីទាំងអស់។
- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកសម្របសម្រួលកម្មវិធីត្រូវបានតែងតាំង។
- វាយតម្លៃកម្មវិធីឡើងវិញនៅលើមូលដ្ឋានដែលកំពុងបន្ត។

### យុទ្ធសាស្ត្រផ្សព្វផ្សាយ

- ផ្សព្វផ្សាយការប្តេជ្ញាចិត្តចំពោះកម្មវិធី។
- សូមប្រាកដថា គោលការណ៍ក្រុមហ៊ុនច្បាស់លាស់ និងសង្ខេបត្រូវបានរៀបចំឡើង។

### ការកំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងការវាយតម្លៃហានិភ័យ

- ពិនិត្យមើលការអនុវត្តការងារ នីតិវិធីការងារ ឧបករណ៍ និងប្លង់រោងចក្រ។
- ប្រើ បច្ចេកទេស **វិភាគគ្រោះថ្នាក់ការងារ** ដើម្បីរួមបញ្ចូលគោលការណ៍សុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលទទួលយកបាន ហើយអនុវត្តទៅក្នុងប្រតិបត្តិការជាក់លាក់។

### ការជ្រើសរើស

- ជ្រើសរើស PPE ដើម្បីផ្តល់ដល់គ្រោះថ្នាក់។
- ទទួលបានការណែនាំអំពីការជ្រើសរើសត្រឹមត្រូវ។
- ធ្វើការសាកល្បងនៅកន្លែងធ្វើការនៅពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ពិចារណាលើការល្អងលោមរាងកាយរបស់ PPE ។
- វាយតម្លៃការចំណាយលើការប្រើប្រាស់ PPE ។



- ត្រូវប្រាកដថា PPE បំពេញតាមស្តង់ដារ / វិញ្ញាបនបត្រ (ឧទាហរណ៍ CSA, CGSB, NIOSH, ANSI) ។

### សមនិងពាក់

- រួមបញ្ចូលការបំពាក់ PPE ដល់បុគ្គល។
- សង្កេត ឬស្ទង់មតិអ្នកប្រើប្រាស់ ដើម្បីប្រាកដថា PPE ត្រូវបានពាក់ និងពាក់បានត្រឹមត្រូវ។

### ការថែទាំ

- ត្រូវប្រាកដថាកម្មករដឹងពីរបៀបអនុវត្តការថែទាំជាប្រចាំ និងការត្រួតពិនិត្យ PPE របស់ពួកគេ។
- ត្រូវប្រាកដថាកម្មករនិយោជិតអាចកំណត់អត្តសញ្ញាណបញ្ជាដែលអាចកើតមាន ឬពិការភាពជាមួយនឹង PPE របស់ពួកគេកំឡុងពេលត្រួតពិនិត្យមុនពេលប្រើប្រាស់ ឬនៅពេលពាក់/កំពុងប្រើប្រាស់។

### ការអប់រំ និងបណ្តុះបណ្តាល

- ផ្ទៀងផ្ទាត់ថាអ្នកប្រើប្រាស់ អ្នកគ្រប់គ្រង អ្នកជ្រើសរើស អ្នកទិញ និងអ្នករក្សាភាគហ៊ុនទាំងអស់ត្រូវបានអប់រំ និងបណ្តុះបណ្តាល។
- ត្រូវប្រាកដថាកម្មវិធីអប់រំ និងបណ្តុះបណ្តាលកំពុងបន្ត។

### សវនកម្មវិធី

- ពិនិត្យកម្មវិធីយ៉ាងហោចណាស់ប្រចាំឆ្នាំ។
- ពិនិត្យ និងប្រៀបធៀបកំណត់ត្រាប្រតិបត្តិការផលិតកម្ម និងសុវត្ថិភាព។

### ទំនួលខុសត្រូវរបស់កម្មកររួមមាន៖

#### ការប្រើប្រាស់ PPE ត្រឹមត្រូវ។

- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកពាក់ PPE ត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការងារ។ ពិនិត្យជាមួយអ្នកតំណាងសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមិនប្រាកដ។

#### ការថែទាំនិងការត្រួតពិនិត្យ

- ពិនិត្យ PPE មុន និងក្រោយពេលប្រើប្រាស់នីមួយៗ។
- ថែរក្សា PPE គ្រប់ពេលវេលា។

- សម្ភារ PPE ទាំងអស់បន្ទាប់ពីប្រើ។
- ជួសជុល ឬជំនួស PPE ដែលខូច ឬខូច។
- ទុក PPE នៅក្នុងខ្យល់ស្អាតស្អាត - ដោយមិនប៉ះពាល់នឹងពន្លឺព្រះអាទិត្យ ឬសារធាតុកខ្វក់។

### ការអប់រំ និងបណ្តុះបណ្តាល

- ចូលរួមក្នុងការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាលអំពីរបៀបស្លៀកពាក់ ស្លៀកពាក់ និងថែទាំ PPE ។
- សួរសំណួរដើម្បីធ្វើឱ្យប្រាកដថាអ្នកដឹងថាពេលណា និងអ្វីដែល PPE គួរតែត្រូវបានពាក់, និងហេតុអ្វីបានជាវាគួរពាក់។

### ហេតុអ្វីបានជាវាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការត្រួតពិនិត្យ និងពិនិត្យមើលកម្មវិធី និងវិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់របស់អ្នក?

វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការត្រួតពិនិត្យទាំងគ្រោះថ្នាក់ និងវិធីសាស្ត្រត្រួតពិនិត្យ ដើម្បីប្រាកដថាការត្រួតពិនិត្យដំណើរការប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ហើយការប៉ះពាល់នឹងគ្រោះថ្នាក់ត្រូវបានកាត់បន្ថយ ឬលុបបំបាត់។

ឧបករណ៍មួយចំនួនរួមមាន ការត្រួតពិនិត្យរាងកាយ ការធ្វើតេស្ត ការវាយតម្លៃលើការប៉ះពាល់ ការសង្កេតការតាមដានរបួស និងជំងឺ របាយការណ៍ស៊ើបអង្កេតឧបត្ថម្ភហេតុ មតិក្រឡប់របស់បុគ្គលិក ឬធាតុបញ្ចូលការវាយតម្លៃសុខភាពការងារ និងវិធីសាស្ត្រផ្សេងទៀត។

### ត្រូវប្រាកដថាឆ្លើយសំណួរខាងក្រោម៖

- តើការគ្រប់គ្រងបានដោះស្រាយបញ្ហាទេ?
- តើហានិភ័យដែលបង្កឡើងដោយគ្រោះថ្នាក់ដើមមានដែរឬទេ?
- តើមានគ្រោះថ្នាក់ថ្មីត្រូវបានបង្កើតឡើងទេ?
- តើគ្រោះថ្នាក់ថ្មីត្រូវបានគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវទេ?
- តើដំណើរការត្រួតពិនិត្យគ្រប់គ្រាន់ទេ?
- តើកម្មករត្រូវបានគេជូនដំណឹងគ្រប់គ្រាន់អំពីស្ថានភាពឬនៅ?
- តើកម្មវិធីតម្រង់ទិស និងវគ្គបណ្តុះបណ្តាលត្រូវបានកែប្រែ ដើម្បីដោះស្រាយស្ថានភាពថ្មីដែរឬទេ?
- តើត្រូវការវិធានការផ្សេងទៀតទេ?
- តើប្រសិទ្ធភាពនៃការគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ត្រូវបានចងក្រងជាឯកសារនៅក្នុងកំណត់ហេតុរបស់គណៈកម្មាធិការរបស់អ្នកដែរឬទេ?
- តើមានអ្វីទៀតដែលអាចធ្វើបាន?

ការពិនិត្យឡើងវិញនឹងកំណត់តំបន់ដែលអាចត្រូវការការកែលម្អ ឬកែលម្អបន្ថែមទៀត។ វាជារឿងសំខាន់ ដើម្បីដឹងថាតើគ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការទាំងអស់ត្រូវបានកំណត់ វាយតម្លៃ និងគ្រប់គ្រងឱ្យបានត្រឹមត្រូវឬ អត់។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងអំពីគ្រោះថ្នាក់ និងរបៀបគ្រប់គ្រងពួកវាត្រូវតែធ្វើឡើងសម្រាប់បុគ្គលិកទាំង អស់នៃអង្គការ។

### ហេតុអ្វីបានជាវាសំខាន់ក្នុងការពិនិត្យនិងតាមដានការវាយតម្លៃ?

វាជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវដឹងថាតើការវាយតម្លៃហានិភ័យរបស់អ្នកពេញលេញ និងត្រឹមត្រូវដែរឬ ទេ។ វាក៏ចាំបាច់ផងដែរក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថាការផ្លាស់ប្តូរណាមួយនៅកន្លែងធ្វើការមិនបានបង្ហាញពី គ្រោះថ្នាក់ថ្មី ឬការផ្លាស់ប្តូរគ្រោះថ្នាក់ដែលធ្លាប់ត្រូវបានចាត់ថ្នាក់ជាអាទិភាពទាបជាងទៅអាទិភាពខ្ពស់ ជាងនេះ។

វាគឺជាការអនុវត្តល្អដើម្បីពិនិត្យមើលការវាយតម្លៃរបស់អ្នកជាប្រចាំ ដើម្បីប្រាកដថាវិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រង របស់អ្នកមានប្រសិទ្ធភាព។

### តើឯកសារអ្វីខ្លះដែលគួរធ្វើសម្រាប់ការវាយតម្លៃហានិភ័យ?

ការរក្សាកំណត់ត្រានៃការវាយតម្លៃរបស់អ្នក និងសកម្មភាពត្រួតពិនិត្យណាមួយដែលបានធ្វើឡើងគឺមាន សារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់។ អ្នកអាចនឹងត្រូវបានទាមទារដើម្បីរក្សាទុកការវាយតម្លៃសម្រាប់ចំនួនជាក់លាក់ នៃឆ្នាំ។ ពិនិត្យមើលតម្រូវការក្នុងស្រុកនៅក្នុងយុត្តាធិការរបស់អ្នក។

កម្រិតនៃឯកសារ ឬការរក្សាកំណត់ត្រានឹងអាស្រ័យលើ៖

- កម្រិតនៃហានិភ័យពាក់ព័ន្ធ។
- តម្រូវការច្បាប់។
- តម្រូវការនៃប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងណាមួយដែលអាចមាននៅក្នុងកន្លែង។

កំណត់ត្រារបស់អ្នកគួរតែបង្ហាញថាអ្នក៖

- បានធ្វើការត្រួតពិនិត្យគ្រោះថ្នាក់ល្អ។
- បានកំណត់ហានិភ័យនៃគ្រោះថ្នាក់ទាំងនោះ។
- បានអនុវត្តវិធានការត្រួតពិនិត្យដែលសមរម្យសម្រាប់ហានិភ័យ។
- ពិនិត្យ និងតាមដានរាល់គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ។

### ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.១-១

១. តើហានិភ័យគឺជាអ្វី?
២. តើការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺជាអ្វី?
៣. ហេតុអ្វីបានជាការវាយតម្លៃហានិភ័យមានសារៈសំខាន់?

## ចម្លើយគំរូ ៥.៧.១-១

១. ហានិភ័យ គឺជាឱកាស ឬប្រូបាប៊ីលីតេដែលមនុស្សម្នាក់នឹងត្រូវរងគ្រោះថ្នាក់ ឬជួបប្រទះផលប៉ះពាល់ ដល់សុខភាព ប្រសិនបើប៉ះពាល់នឹងគ្រោះថ្នាក់។ វាក៏អាចអនុវត្តចំពោះស្ថានភាពដែលមានការបាត់បង់ ទ្រព្យសម្បត្តិ ឬឧបករណ៍ ឬផលប៉ះពាល់ដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់បរិស្ថាន។

២. ការវាយតម្លៃហានិភ័យគឺជាពាក្យដែលប្រើដើម្បីពិពណ៌នាអំពីដំណើរការទាំងមូល ឬវិធីសាស្ត្រដែលអ្នក ៖

- កំណត់អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ និងកត្តាហានិភ័យដែលមានសក្តានុពលបង្កគ្រោះថ្នាក់ (ការកំណត់ អត្តសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់)។
- វិភាគ និងវាយតម្លៃហានិភ័យដែលទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់នោះ (ការវិភាគហានិភ័យ និងការវាយ តម្លៃហានិភ័យ)។
- កំណត់មធ្យោបាយសមស្របដើម្បីលុបបំបាត់គ្រោះថ្នាក់ ឬគ្រប់គ្រងហានិភ័យ នៅពេលដែលគ្រោះ ថ្នាក់មិនអាចលុបបំបាត់បាន (ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ)។

៣. ការវាយតម្លៃហានិភ័យមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ដោយសារពួកវាបង្កើតជាផ្នែកសំខាន់មួយនៃ ផែនការគ្រប់គ្រងសុខភាព និងសុវត្ថិភាពការងារ។ ពួកគេជួយ៖

- បង្កើតការយល់ដឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យ។
- កំណត់អត្តសញ្ញាណអ្នកណាដែលអាចប្រឈមមុខនឹងហានិភ័យ (ឧទាហរណ៍ បុគ្គលិក អ្នកបោស សម្អាត អ្នកទស្សនា អ្នកម៉ៅការ សាធារណៈជន។ល។)។
- កំណត់ថាតើកម្មវិធីត្រួតពិនិត្យត្រូវបានទាមទារសម្រាប់គ្រោះថ្នាក់ជាក់លាក់មួយឬអត់។
- កំណត់ថាតើវិធានការត្រួតពិនិត្យដែលមានស្រាប់គឺគ្រប់គ្រាន់ ឬប្រសិនបើគួរធ្វើបន្ថែមទៀត។
- ការពារការរងរបួស ឬជំងឺ ជាពិសេសនៅពេលដែលបានធ្វើនៅដំណាក់កាលរចនា ឬផែនការ។
- ផ្តល់អាទិភាពដល់គ្រោះថ្នាក់ និងវិធានការត្រួតពិនិត្យ។
- បំពេញតាមតម្រូវការផ្លូវច្បាប់ប្រសិនបើមាន។

## **ល.ស០២៖ ការការពារ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ**

ក្រោយពីបានបញ្ចប់នូវលទ្ធផលសិក្សានេះ សិស្ស ឬសិក្ខាកាមនឹងមានសមត្ថភាពដូចខាងក្រោម៖

- កំណត់ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ ការកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យ
- ពន្យល់ពីការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៃការវិភាគហានិភ័យ
- ពន្យល់ពីការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៃការវាយតម្លៃហានិភ័យ/ការកំណត់អាទិភាព
- កំណត់ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៃការព្យាបាល/កាត់បន្ថយហានិភ័យ
- ពន្យល់ពីការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៃការត្រួតពិនិត្យ/ពិនិត្យហានិភ័យ

## សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.២-១៖ ការការពារ និងការត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ

ស្ថាប័ននីមួយៗប្រឈមមុខនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃព្រឹត្តិការណ៍ដែលមិនអាចមើលឃើញទុកជាមុន ដែលអាចរំខានដល់ប្រតិបត្តិការ ចំណាយប្រាក់ច្រើនដែលមិននឹកស្មានដល់ ឬសូម្បីតែអាជីវកម្មរបស់អ្នកក៏អាចត្រូវបំផ្លាញ។ ដើម្បីប្រឆាំងនឹងគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាននោះ អាជីវកម្មត្រូវតែចូលរួមក្នុងការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។ អត្ថបទនេះណែនាំអំពីគោលគំនិតនៃការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ និងរបៀបដែលអង្គភាពមួយអាចចាប់ផ្តើមអនុវត្តកម្មវិធីគ្រប់គ្រងហានិភ័យ ដើម្បីប្រឈមមុខនឹងការគំរាមកំហែងដែលខ្លួនជួបប្រទះ។

### ២.១ តើការគ្រប់គ្រងហានិភ័យគឺជាអ្វី?

ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ គឺជាបណ្តុំនៃជំហានដែលអង្គភាពអនុវត្តដើម្បីការពារព្រឹត្តិការណ៍ដែលមិនចង់ឱ្យកើតឡើង ឬយ៉ាងហោចណាស់ដើម្បីកាត់បន្ថយការខូចខាតនៃព្រឹត្តិការណ៍ទាំងនោះនៅពេលដែលវាកើតឡើង។ ដាក់របៀបផ្សេងៗទៀត៖ ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ គឺជាប្រព័ន្ធសម្រាប់ដោះស្រាយហានិភ័យ មុនពេលវាវិវត្តទៅជាគ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗ និងដោយផ្ទាល់។



ការណែនាំអំពីការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ ដែលបង្កើតឡើងដោយអង្គការអន្តរជាតិសម្រាប់ស្តង់ដារនីយកម្ម (ISO)។ អង្គភាពណាមួយអាចអនុវត្តវិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងហានិភ័យប្រាំជំហានរបស់ ISO ដែលមានជំហានដូចខាងក្រោម៖

- ការកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យ
- ការវិភាគហានិភ័យ
- ការវាយតម្លៃហានិភ័យ/ការកំណត់អាទិភាព
- ការបង្ការ/កាត់បន្ថយហានិភ័យ
- ការតាមដាន/ត្រួតពិនិត្យហានិភ័យ



### Five Steps of Risk Management Process



#### ២.១.១ ការកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យ

ការកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យគឺជាជំហានដំបូងក្នុងការវាយតម្លៃហានិភ័យ ឬការវិភាគហានិភ័យ និងជាផ្នែកសំខាន់នៃដំណើរការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។ ប្រភេទនៃហានិភ័យដែលបានកំណត់អាចរួមមាន៖

- ហានិភ័យគម្រោង Project risk
- ហានិភ័យប្រតិបត្តិការ Operational risk
- ហានិភ័យហិរញ្ញវត្ថុ Financial risk
- ហានិភ័យផ្លូវច្បាប់ Legal risk
- ហានិភ័យសុវត្ថិភាពតាមអ៊ីនធឺណិត Cybersecurity risk
- ហានិភ័យកេរ្តិ៍ឈ្មោះ Reputational risk

រាល់ហានិភ័យដែលបានកំណត់ ក៏ដូចជាមូលហេតុឫសគល់របស់វាគួរតែត្រូវបានចងក្រងជាឯកសារ ក្នុងបញ្ជីហានិភ័យសម្រាប់ការគ្រប់គ្រង សមាជិកក្រុមគម្រោង និងអ្នកពាក់ព័ន្ធដែលត្រូវប្រើប្រាស់នៅពេល សម្រេចចិត្តពីរបៀបបង្ការហានិភ័យនីមួយៗ ថាតើត្រូវទទួលយក/មិនអើពើ ឬកាត់បន្ថយវា និងយុទ្ធសាស្ត្រ កាត់បន្ថយហានិភ័យបែបណាដើម្បីប្រើប្រាស់។

អំឡុងពេលកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យ សូមចាំថាយើងមិនអាចមើលឃើញអនាគតបានទេ។ អ្នក អាចនឹងខកខានអ្វីមួយ ឬហានិភ័យថ្មីអាចកើតឡើង ដែលអ្នកមិនទាន់បានបង្កើតផែនការ។ ដូច្នេះហើយ វាជា រឿងសំខាន់ក្នុងការរក្សាដំណើរការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ និងកម្មវិធីរបស់អ្នកឱ្យមានភាពបត់បែន។ រៀបចំ

ផែនការពិនិត្យបញ្ជីនេះឱ្យបានទៀងទាត់ និងបង្កើតផែនការបន្ទាន់សម្រាប់ហានិភ័យថ្មី និងហានិភ័យដែលមិនអាចដឹងទុកជាមុន។

### ២.១.២ ការវិភាគហានិភ័យ

បន្ទាប់ពីអ្នកកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យដែលពាក់ព័ន្ធ អ្នកត្រូវតែវិភាគពីសក្តានុពលគ្រោះថ្នាក់របស់ហានិភ័យដែលអាចកើតមាន។ នៅក្នុងដំណាក់កាលនៃការវិភាគនេះ អ្នកនឹងពិនិត្យមើលហានិភ័យដែលបានកំណត់នីមួយៗ ហើយដាក់កម្រិតវាដោយផ្អែកលើកត្តាបួន៖

- **លទ្ធភាព៖** តើឱកាសណាដែលហានិភ័យនឹងកើតមាន?
- **ផលប៉ះពាល់៖** តើគម្រោង មុខងារ ឬសហគ្រាសរបស់អ្នកនឹងរងការរំខានដល់កម្រិតណាប្រសិនបើព្រឹត្តិការណ៍នេះកើតឡើង?
- **ល្បឿន៖** តើគម្រោង មុខងារ ឬសហគ្រាសរបស់អ្នកនឹងទទួលបានឥទ្ធិពលបានលឿនប៉ុណ្ណា?
- **សម្ភារៈ៖** តើអ្វីទៅជាភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃផលប៉ះពាល់? (ដើម្បីមកដល់កម្រិតនេះ សូមបន្ថែមកម្រិតផលប៉ះពាល់ និងល្បឿន ហើយចែកនឹង២) ។

### ២.១.៣ ការកំណត់អាទិភាពហានិភ័យ

ហានិភ័យខ្លះមានសក្តានុពលបំផ្លាញយ៉ាងខ្លាំង ដូច្នេះត្រូវមានការយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យខ្លាំងបំផុត។ ហានិភ័យផ្សេងទៀតអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់តិចតួច ហើយអាចទទួលយកបាន។ យុទ្ធសាស្ត្រគ្រប់គ្រងហានិភ័យដែលមានប្រសិទ្ធភាពទាមទារឱ្យមានការកំណត់អាទិភាពហានិភ័យស្របតាមកម្រិតនៃហានិភ័យ។ ការកំណត់អាទិភាពហានិភ័យអាចជួយអ្នកជៀសវាងខាតពេលវេលា និងការចំណាយ។

ការកំណត់អាទិភាពហានិភ័យអាចជាលំហាត់សាមញ្ញ។ សូមក្រឡេកមើលការវិភាគហានិភ័យរបស់អ្នក និងកំណត់កម្រិតសម្ភារៈត្រូវនឹងការកំណត់ហានិភ័យនីមួយៗ។ ហានិភ័យកម្រិតខ្ពស់ជាងគេគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យខ្លាំង – និងការខិតខំប្រឹងប្រែងរបស់អ្នកដើម្បីណែនាំការគ្រប់គ្រងក្នុងការកាត់បន្ថយសក្តានុពលគ្រោះថ្នាក់ជាអាទិភាព។

### ២.១.៤ ការកាត់បន្ថយហានិភ័យ

ការកាត់បន្ថយគឺជាសំណុំនៃការត្រួតពិនិត្យដែលអ្នកនឹងណែនាំដើម្បីកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃហានិភ័យ។ នៅលើបញ្ជីហានិភ័យ (នោះគឺជាកត្តាទុកនៃហានិភ័យដែលបានកំណត់អត្តសញ្ញាណទាំងអស់) អ្នកនឹងចង់រាយបញ្ជីហានិភ័យនីមួយៗ ពិន្ទុ និងចំណាត់ថ្នាក់របស់វា និងការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នកអំពីរបៀបព្យាបាលហានិភ័យនោះ។ ជាធម្មតា ការព្យាបាលហានិភ័យមានជម្រើសបួន៖

- **ការទទួលយកហានិភ័យ៖** គ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានគឺទាបណាស់ដែលអ្នកគ្រាន់តែរស់នៅជាមួយនឹងការខូចខាតដែលអាចកើតមាន។

- **ការជៀសវាងហានិភ័យ៖** គ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានគឺខ្ពស់គ្រប់គ្រាន់ ដែលអ្នកជៀសវាងសកម្មភាពទាំងនោះដែលអាចបង្កាវ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកលក់បច្ចេកវិទ្យាជាក់លាក់មួយខ្សោយខ្លាំង អ្នកជ្រើសរើសអ្នកលក់ផ្សេងទៀត ឬមិនយកប្រភពព័ត៌មានដំណើរការបច្ចេកវិទ្យានោះទាល់តែសោះ។
- **ការបំប្លែងហានិភ័យ៖** ជាធម្មតា វាពាក់ព័ន្ធនឹងការទិញគោលនយោបាយធានារ៉ាប់រង ដើម្បីរ៉ាប់រងការចំណាយហិរញ្ញវត្ថុនៃគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាន។ អ្នកក៏អាចធ្វើកូដិកម្មភាពជាដៃគូជាមួយភាគីទីបីដើម្បីឱ្យពួកគេទទួលយកហានិភ័យជាជាងអ្នក។
- **ការកាត់បន្ថយហានិភ័យ៖** អ្នកអនុវត្តសំណុំនៃការគ្រប់គ្រង (ការយល់ព្រមពីការគ្រប់គ្រងបន្ថែមដើម្បីផ្តល់កិច្ចសន្យា ជាឧទាហរណ៍ ឬប្រើការផ្ទៀងផ្ទាត់ពហុកត្តាដើម្បីចូលប្រើទិន្នន័យសម្ងាត់) ដែលដំណើរការដើម្បីកាត់បន្ថយលទ្ធផលដែលមិនចង់បានដែលអ្នកកំពុងព្យាយាមជៀសវាង។

## ២.១.៥ ការត្រួតពិនិត្យតាមដានហានិភ័យ

កាលៈទេសៈប្រែប្រួលតាមពេលវេលា។ បទប្បញ្ញត្តិនិងស្តង់ដារឧស្សាហកម្មត្រូវបានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពឧក្រិដ្ឋជនតាមបណ្តាញអ៊ីនធឺណែតប្រើបច្ចេកទេសថ្មីសម្រាប់បំផ្លាញប្រព័ន្ធ ។ ជាលទ្ធផល ការបន្តឈរនៅលើកំពូលនៃហានិភ័យ គឺជាដំណើរការថេរ ហើយអាចជាបញ្ហាប្រឈម។ សំណាងល្អ ដំណោះស្រាយឌីជីថលអាចធ្វើស្វ័យប្រវត្តិកម្មការងារគ្រប់គ្រងហានិភ័យជាច្រើន។ អ្នកមានសេរីភាពក្នុងការផ្តោតលើអាជីវកម្ម៖ ការរក្សាអតិថិជន និងអតិថិជនរបស់អ្នកឱ្យពេញចិត្ត និងបង្កើនប្រាក់ចំណេញអតិបរមា។

### ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.២-១

១. តើការគ្រប់គ្រងហានិភ័យមានប៉ុន្មានជំហាន ?
២. តើការបង្ការហានិភ័យមានជម្រើសប៉ុន្មាន ?
៣. ពិពណ៌នាអំពីប្រភេទនៃហានិភ័យដែលបានកំណត់។

## ចម្លើយគំរូ ៥.៧.២-១

១. វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងហានិភ័យមាន ៥ជំហាន ដែលរួមមាន៖

- ការកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យ
- ការវិភាគហានិភ័យ
- ការវាយតម្លៃហានិភ័យ/ការកំណត់អាទិភាព
- ការបង្ការ/ការបន្ថយបន្ថយរបស់ហានិភ័យ
- ការត្រួតពិនិត្យតាមដាន/ពិនិត្យហានិភ័យ

២. ការបង្ការហានិភ័យមានបួនជម្រើស ៖

- ការទទួលយកហានិភ័យ
- ការជៀសវាងហានិភ័យ
- ការបំប្លែងហានិភ័យ
- ការកាត់បន្ថយហានិភ័យ

៣. ប្រភេទនៃហានិភ័យដែលបានកំណត់អាចរួមមាន៖

- ហានិភ័យគម្រោង
- ហានិភ័យប្រតិបត្តិការ
- ហានិភ័យហិរញ្ញវត្ថុ
- ហានិភ័យផ្នែកច្បាប់
- ហានិភ័យសុវត្ថិភាពតាមអ៊ីនធឺណិត
- ហានិភ័យកេរ្តិ៍ឈ្មោះ

### **ល.ស០៣៖ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់**

ក្រោយពីបានបញ្ចប់នូវលទ្ធផលសិក្សានេះ សិស្ស ឬសិក្ខាកាមនឹងមានសមត្ថភាពដូចខាងក្រោម៖

- ដើម្បីយល់ពីហេតុផលសំខាន់ៗក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់
- ដើម្បីប្រើនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងៗ

## សន្លឹកព័ត៌មាន ៥.៧.៣-១៖ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់

### ៣.១ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់

ហេតុអ្វីបានជាការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់មានសារៈសំខាន់ ?

នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ គឺជាផែនការសកម្មភាពដែលត្រូវអនុវត្តតាមក្នុងករណីមានអាសន្ន។ នីតិវិធីគួរតែត្រូវបានបង្កើតឡើងដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យដល់អាយុជីវិត និងទ្រព្យសម្បត្តិ ហើយគួរតែដាក់លាក់ចំពោះប្រភេទនៃការសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលអាចកើតឡើង។

ប្រភេទនៃភាពអាសន្នទូទៅដែលអាចតម្រូវឱ្យមាននីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់រួមមានអគ្គិភ័យ ទឹកជំនន់ ការរញ្ជួយដី ខ្យល់ព្យុះកំបុតត្បូង និងការកំពប់សារធាតុគីមី។ នីតិវិធីគួរតែត្រូវបានរៀបចំឱ្យសមស្របទៅនឹងភាពអាសន្នជាក់លាក់ ហើយគួរតែត្រូវបានចងក្រងឯកសារឱ្យបានល្អ និងរៀបចំឡើងវិញដើម្បីឱ្យអ្នកគ្រប់គ្នាដឹងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើក្នុងករណីមានអាសន្ន។

សកម្មភាពរហ័ស និងប្រសិទ្ធភាពអាចជួយសម្រាលស្ថានភាព និងកាត់បន្ថយផលវិបាក។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ ក្នុងគ្រាមានអាសន្ន មនុស្សទំនងជាឆ្លើយតបយ៉ាងជឿជាក់ ប្រសិនបើពួកគេ៖

- មានការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាពគ្រប់គ្រាន់
- ចូលរួមក្នុងការអនុវត្តជាប្រចាំ និងជាក់ស្តែង
- បានយល់ព្រម កត់ត្រា និងហាត់សម្តែងផែនការ សកម្មភាព និងទំនួលខុសត្រូវយ៉ាងច្បាស់

សរសេរផែនការសង្គ្រោះបន្ទាន់ ប្រសិនបើឧប្បត្តិហេតុធំមួយនៅកន្លែងការងាររបស់អ្នកអាចពាក់ព័ន្ធនឹងហានិភ័យចំពោះសាធារណៈជន ការជួយសង្គ្រោះបុគ្គលិក ឬសម្របសម្រួលសេវាកម្មសង្គ្រោះបន្ទាន់។

នៅពេលអ្នកចែករំលែកការងាររបស់អ្នកជាមួយនិយោជកផ្សេងទៀតអ្នកគួរតែពិចារណាថាតើផែនការនិងនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់របស់អ្នកគួរតែត្រូវបានសម្របសម្រួលដែរឬទេ។





ហេតុផល ហេតុអ្វីបានជាវាសំខាន់ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់? Reasons why is it important to practice Emergency Procedures?

ការឆ្លើយតបក្នុងគ្រោះអាសន្ន ឬការបណ្តុះបណ្តាលការគ្រប់គ្រងវិបត្តិត្រូវបានធ្វើឡើងដើម្បីរៀបចំអ្នកសម្របសម្រួលកន្លែងមានភាពអាសន្ន។ ការបណ្តុះបណ្តាលមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការធានាថាមនុស្សទាំងអស់យល់ពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ និងពេលណាត្រូវធ្វើសកម្មភាព ដើម្បីជៀសវាងការរំខានបន្ថែមទៀតនៃប្រតិបត្តិការអាជីវកម្ម។ បើគ្មានការបណ្តុះបណ្តាល បុគ្គលិកអាចនឹងភ័យស្លន់ស្លោ។ ការបណ្តុះបណ្តាលពួកគេនឹងធ្វើសកម្មភាពត្រឹមត្រូវ ហើយត្រឡប់ទៅធ្វើការវិញឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ តាមឧត្តមគតិនិយោជិតទាំងអស់នៅក្នុងក្រុមហ៊ុននឹងទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រៀមសង្គ្រោះបន្ទាន់ ដើម្បីរៀនអំពីពិធីសារការពារសម្រាប់សន្តិសុខ និងសុវត្ថិភាពជីវិត។

ហានិភ័យនៃគ្រោះថ្នាក់នៅក្នុងឧស្សាហកម្មនីមួយៗគឺខុសគ្នាសម ហើយប្រព័ន្ធនៃនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់គួរតែត្រូវបានសាកល្បងដោយភ្ជាប់ជាមួយសេវាកម្មសង្គ្រោះបន្ទាន់ទាំងអស់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ សារៈសំខាន់នៃការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់គឺ៖

- ក្នុងគ្រោះអាសន្នធ្ងន់ធ្ងរ មានពេលតិចតួចក្នុងការរៀបចំផែនការ និងគ្មានពេលរៀន។ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់មានប្រសិទ្ធភាពដូចមនុស្សដែលប្រតិបត្តិល្បឿន និងត្រឹមត្រូវ។ តាមរយៈការហាត់សមឆ្លើយតបទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាន ឬគ្រោះថ្នាក់ជាក់ស្តែង និយោជិតអាចដកចេញនូវអាថ៌កំបាំង និងការព្រួយបារម្ភមួយចំនួននៃឧបត្ថម្ភហេតុមួយ ដោយហេតុនេះអាចឱ្យពួកគេឆ្លើយតបកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាពប្រសិនបើមានគ្រោះអាសន្នកំរាមកំហែង។ ការអនុវត្តជាទៀងទាត់ក៏បង្ហាញពីរន្ទនៅក្នុងនីតិវិធីដែលអាចត្រូវបានកែលម្អ មុនពេលដែលពួកគេត្រូវការសម្រាប់ពិតប្រាកដ។
- វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ ពីព្រោះវាធានាថាអ្នកគ្រប់គ្នាត្រូវបានរៀបចំសម្រាប់ភាពអាក្រក់បំផុត។ នៅពេលមានការវាយប្រហារបន្ទាន់ ការមានប្រតិកម្មរហ័សគឺមានសារៈសំខាន់ណាស់។
- ការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ជួយអភិវឌ្ឍភាពជឿជាក់ និងភាពសុំជាមួយឧបករណ៍ និងលក្ខណៈពិសេសនៃកាប៊ីន។ ការដឹងពីអ្វីដែលត្រូវរំពឹងទុកជាមុនក៏ជួយកាត់បន្ថយការថប់បារម្ភនៅពេលមានអាសន្នពិតប្រាកដកើតឡើង។
- នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ជួយឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ស្រួលនៅក្នុងខ្យល់ និងរៀបចំអ្នកសម្រាប់លក្ខខណ្ឌដែលមិននឹកស្មានដល់។ ការរៀបចំសម្រាប់ភាពអាសន្នមិនត្រឹមតែអាចឱ្យអ្នកឆ្លើយតបបានឆាប់រហ័សប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងជួយសម្រាលភាពតានតឹងដែលទាក់ទងនឹងនីតិវិធីសុវត្ថិភាពនៅកន្លែងការងារផងដែរ។
- វាជាទំនួលខុសត្រូវរបស់និយោជិតទាំងអស់នៅក្នុងអង្គការដើម្បីអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលត្រូវបានផ្តល់ជូនពួកគេ។ ក្នុងនាមជានិយោជក វាជារឿងសំខាន់ដែលយើងត្រូវប្រឹងប្រែងឱ្យអស់ពីសមត្ថភាពដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពរបស់និយោជិតរបស់យើង និងអ្នកដែលនៅជុំវិញយើង។ យើងត្រូវ

តែធានានូវលក្ខខណ្ឌការងារ និងការអនុវត្តប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដែលនឹងកាត់បន្ថយឱកាសនៃគ្រោះថ្នាក់ដែលកើតឡើងនៅកន្លែងការងារ។

- ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិភ័យគឺជាផ្នែកសំខាន់នៃផែនការត្រៀមសង្គ្រោះបន្ទាន់ ហើយវាជារឿងសំខាន់ក្នុងការដឹងពីរបៀបប្រើប្រាស់វា។ វាមានប្រយោជន៍ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ មុនពេលដែលពួកគេត្រូវការ។
- ការអនុវត្តប្រភេទនេះផ្តល់ឱ្យអ្នកឆ្លើយនូវទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯងកាន់តែច្រើន ដើម្បីបំពេញតាមស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់។ នៅពេលដែលបុគ្គលិកទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលឆ្លើយតបនឹងវិបត្តិគ្រប់គ្រាន់ ពួកគេមានទំនោរមានអារម្មណ៍ថាមានការធានាបន្ថែមទៀតអំពីសមត្ថភាពរបស់ពួកគេ ហើយអារម្មណ៍នៃការធានានេះអាចលើកកម្ពស់អារម្មណ៍នៃទំនុកចិត្តលើជំនាញរបស់ពួកគេ។
- ការអនុវត្តទាំងនេះនឹងផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដ៏មានតម្លៃដល់ភាគីទាំងអស់ ដោយជួយឱ្យមានប្រតិកម្មសកម្ម និងមានប្រសិទ្ធភាពជាងមុនចំពោះឧបទ្វីបហេតុ ឬឧបទ្វីបហេតុនៅកន្លែងការងារ។
- វាជួយកំណត់ពីគ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យនៅកន្លែងធ្វើការ។ វាជួយអ្នកក្នុងការបង្កើតផែនការដោយប្រើប្រាស់ធនធានដែលមាន បុគ្គលិកដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល និងនីតិវិធីល្អបំផុតក្នុងឧស្សាហកម្ម ដោយចងចាំអំពីសុវត្ថិភាព បរិស្ថាន និងទ្រព្យសម្បត្តិ ព្រមទាំងការបន្តអាជីវកម្ម។
- ការត្រួតពិនិត្យឧបករណ៍ជាប្រចាំ និងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់មានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការរៀបចំសម្រាប់ស្ថានភាពណាមួយនៅកន្លែងការងារ។
- កម្មករអាចរៀនពីនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ ហើយទូរស័ព្ទទៅលេខ 911 ភ្លាមៗ។ ពួកគេនឹងអាចស្វែងរកលេខទំនាក់ទំនងសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលត្រឹមត្រូវបានរហ័ស ហើយទាក់ទងទៅកន្លែងសមរម្យដើម្បីជួយពួកគេ។
- ការសម្រេចចិត្តជាច្រើនត្រូវតែធ្វើឡើងភ្លាមៗ នៅពេលមានអាសន្នកើតឡើង។ វាងាយស្រួលសម្រាប់បុគ្គលិកសង្គ្រោះបន្ទាន់ក្នុងការដោះស្រាយគ្រប់ស្ថានភាពណាមួយឱ្យបានលឿនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ឱ្យបានទៀងទាត់ដើម្បីកំណត់ពីចំណុចខ្សោយណាមួយនៅក្នុងប្រព័ន្ធសង្គ្រោះបន្ទាន់បច្ចុប្បន្ន។ ដំណើរការនេះអាចបង្ហាញពីភាពទន់ខ្សោយដូចជាកង្វះខាតឧបករណ៍ ការផ្គត់ផ្គង់ ឬបុគ្គលិកដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល។
- វាក៏ជួយលើកកម្ពស់សីលធម៌របស់កម្មករនៅពេលប្រឈមមុខនឹងភាពអាសន្ន។ នេះជួយបុគ្គលិកមានអារម្មណ៍ជឿជាក់លើសមត្ថភាពរបស់ពួកគេក្នុងការឆ្លើយតបយ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយមិនគិតពីស្ថានភាពអ្វីនោះទេ។
- ការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់បង្កើនការយល់ដឹងអំពីសុវត្ថិភាព និងបង្ហាញថាអង្គភាពមានការប្តេជ្ញាចិត្តចំពោះសុវត្ថិភាពកម្មករ។ វានឹងជួយបុគ្គលិករបស់អ្នកក្នុងគ្រាអាសន្ន ឬស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់។

ឧទាហរណ៍នៃនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់នៃឧបសគ្គមួយចំនួន

**កូដពណ៌ និងសញ្ញា ( Color Code and Signage )**



កូដពណ៌ក្រហម អគ្គិភ័យ / ផ្សែង ( Code RED - FIRE / SMOKE )



កូដពណ៌ស្វាយការគំរាមគំហែងដោយគ្រាប់បែក ( Code PURPLE - BOMB THREAT )



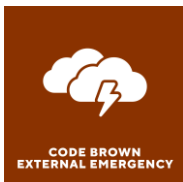
កូដពណ៌ខៀវសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ ( Code BLUE – MEDICAL EMERGENCY )



កូដពណ៌ខ្មៅ ការគំរាមគំហែងផ្ទាល់ខ្លួន ( Code BLACK - PERSONAL THREAT )



កូដពណ៌លឿងសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្នែកខាងក្នុង ( Code YELLOW - INTERNAL (UWA) EMERGENCY )



កូដពណ៌ត្នោតសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្នែកខាងក្រៅ ( Code BROWN - EXTERNAL EMERGENCY )



កូដពណ៌ទឹកក្រូច ការជម្លៀស ( Code ORANGE - EVACUATION )

នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់នៃឧបសគ្គមួយចំនួន  
អគ្គិភ័យ/ ផ្សែង (FIRE / SMOKE)



កូដពណ៌ក្រហម (Code RED)

- បន្លឺសំឡេងកណ្តឹងរោទី

១. ថា តើមានសុវត្ថិភាពឬគ្មាន ត្រូវប្រាកដថាអ្នកណាម្នាក់ដែលនៅជិតភ្លើងមានសុវត្ថិភាពភ្លាមៗ។

២. បន្លឺសំឡេងរោទី ប្រសិនបើមិនទាន់មានសំឡេងទេ ដោយប្រើបន្ទះសំឡេងរោទីកញ្ចក់បំបែក ឬដោយស្រែកថា 'ភ្លើង ភ្លើង ភ្លើង' ប្រសិនបើបន្ទះមិនមាន។ (ប្រព័ន្ធសំឡេងរោទីក្នុងបរិវេណសាលានឹងជូនដំណឹងដោយស្វ័យប្រវត្តិដល់សេវាកម្មអគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់ និងសន្តិសុខ ដែលបន្ទាប់មកជូនដំណឹងដល់បុគ្គលិកសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្សេងទៀត។ តំបន់ក្នុងតំបន់របស់អ្នកនៅក្រៅបរិវេណសាលាអាចដំណើរការខុសគ្នា)។

៣. ទូរស័ព្ទសុវត្ថិភាព (ហៅលេខសុវត្ថិភាព)។ ផ្តល់ឈ្មោះ អគារ កម្រិត លេខបន្ទប់ ប្រភេទ និងទំហំភ្លើង/ផ្សែងរបស់អ្នក ហើយជូនដំណឹងដល់អ្នកគ្រប់គ្រង ឬអ្នកការពារអគារ ប្រសិនបើមានសុវត្ថិភាពក្នុងការធ្វើដូច្នេះ។

៤. ជម្លៀសតំបន់ជាបន្ទាន់។

- ការពន្លត់អគ្គិភ័យ

១. ដើម្បីធ្វើឱ្យមានសុវត្ថិភាព គួរតែមានការបណ្តុះបណ្តាលក្នុងការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិភ័យ – អនុវត្តការពន្លត់អគ្គិភ័យ។

២. ជ្រើសរើសឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិភ័យឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។ កុំប្រើទឹក ឬពុះលើភ្លើង។

- ជម្លៀស

១. ជម្លៀសចេញពីអគារតាមការណែនាំរបស់អ្នកយាម។

២. ដើរយ៉ាងលឿន និងស្ងប់ស្ងាត់ទៅកាន់កន្លែងជួបប្រជុំគ្នា។

៣. បិទទ្វារនិងបង្អួចនៅពេលអ្នកចេញ - កុំចាក់សោទ្វារ។ បើកភ្លើង។

- កុំប្រើដំណើរយន្ត

១. ស្នាក់នៅក្នុងកន្លែងប្រជុំជាក្រុម រហូតដល់មានការណែនាំឱ្យចាកចេញដោយអ្នកយាម ឬបុគ្គលិកសេវាកម្មពន្លត់អគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។

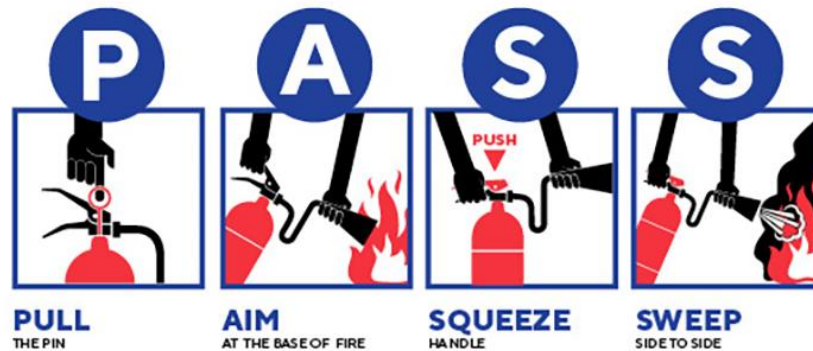
២. កុំចូលទៅក្នុងអគារឡើងវិញរហូតដល់មានការជូនដំណឹងថាមានសុវត្ថិភាព ដែលការធ្វើដូច្នេះដោយ ECO ឬបុគ្គលិកសេវាអគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។

# FIRE SAFETY

Action in the event of **FIRE**



**EXTINGUISH FIRE** - only when safe to do so



ការគំរាមកំហែងដោយគ្រាប់បែក (**BOMB THREAT**)



កូដពណ៌ស្វាយ (Code **PURPLE**)

- ការរក្សាភាពស្ងៀមស្ងាត់ **Keep Calm**
- ❖ ទាំងអស់ខាងលើ - រក្សាភាពស្ងៀមស្ងាត់ និងកុំធ្វើឱ្យអ្នកដទៃភ្ញាក់ផ្អើល
- ១. ប្រសិនបើការគំរាមកំហែង ត្រូវបានហៅតាមទូរស័ព្ទ
  - ពន្យារការហៅទូរស័ព្ទ - ទុកមនុស្សនិយាយ ហើយសួរថា៖
    - ទីតាំងគ្រាប់បែក
    - ពេលវេលាកំណត់ដើម្បីផ្ទុះ
    - កត់ត្រាព័ត៌មានពិតប្រាកដ - សូមមើលបញ្ជីត្រួតពិនិត្យការគំរាមកំហែងគ្រាប់បែកខាងក្រោម
    - កុំប្តូរទូរស័ព្ទដៃ (បើការហៅទូរស័ព្ទដើម្បីតាមដាន)។

២. កត់ត្រាព័ត៌មានសម្រាប់ប៉ូលីស។

៣. ប្រសិនបើវត្ថុត្រូវបានរកឃើញ៖

- ហាមប៉ះពាល់
- រាយការណ៍ការស្វែងរកទៅកាន់សន្តិសុខ (ហៅលេខសុវត្ថិភាព)
- រក្សាកន្លែងច្បាស់លាស់។

ច្បាប់ជាមូលដ្ឋាន៖

- ចាត់ទុកជារបស់ពិត
- កត់ត្រាព័ត៌មានច្បាស់លាស់។

៤. កុំប្រើទូរសព្ទដៃ វិទ្យុទាក់ទងផ្សេងៗ ឬឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិកផ្សេងទៀតដែលអាចបង្កឱ្យផ្ទុះ – បិទទូរសព្ទចល័ត និងវិទ្យុទាក់ទងផ្សេងៗទៀត។

• បន្លឺសំឡេងរោទី

១. ទូរសព្ទសុវត្ថិភាព (ហៅលេខសុវត្ថិភាព)

- ជូនដំណឹងដល់អ្នកគ្រប់គ្រងអគារ។
- កុំប្រើសំឡេងកណ្តឹងរោទី ប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋានសាធារណៈ ទូរសព្ទចល័ត ឬវិទ្យុទាក់ទងផ្សេងៗ។

• ជម្លៀស

១. ត្រៀមខ្លួនដើម្បីជម្លៀស - រង់ចាំការណែនាំបន្ថែមពីសន្តិសុខ។

២. ជម្លៀសចេញពីអគារតាមការណែនាំរបស់អ្នកគ្រប់គ្រងអគារ។

- ❖ មនុស្សទាំងអស់គួរតែត្រូវបានស្នើសុំឱ្យដករបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនទាំងអស់ (ដូចជា កាបូបយួរ កាបូប និងរបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនផ្សេងទៀត) នៅពេលជម្លៀសចេញ។
- ❖ បន្ទប់រៀន/មន្ទីរពិសោធន៍៖ វាជាទំនួលខុសត្រូវរបស់សាស្ត្រាចារ្យ/គ្រូបង្ហាត់ ក្នុងការមើលការថែរក្សាពិនិត្យមើលលើថ្នាក់របស់ពួកគេក្នុងអំឡុងពេលមានអាសន្ន រហូតដល់មានការចេញផ្សាយដោយ ECO ។

## ការជម្លៀសចេញ (EVACUATION)



### កូដពណ៌ទឹកក្រូច (Code ORANGE)

#### • ការជម្លៀសជាបន្ទាន់

##### កុំភ័យខ្លាច

#### តម្រូវការគម្លាតសង្គមក្នុងអំឡុងពេលរាតត្បាត

- ❖ នៅពេលជម្លៀសចេញពីអាគារដោយសារការជូនដំណឹងអំពីអគ្គិភ័យ ឬករណីផ្សេងទៀត យើងគួរតែរក្សាគម្លាតអស់លទ្ធភាពក្នុងអំឡុងពេលនេះ។ សូមចងចាំថា លំហូរចរន្តនៃមនុស្សចេញពីអាគារគឺមានប្រសិទ្ធភាពជាងការប្រញាប់ប្រញាល់។
- ❖ ពេលអ្នកយាមនៅខាងក្រៅគួរតែណែនាំមនុស្សនៅកន្លែងជួបប្រជុំ ដើម្បីរក្សាគម្លាតឱ្យសមស្រប។
- ❖ អ្នកយាមក៏គួរគិតគូរពីកន្លែងជួបប្រជុំជំនួស និងបែងចែកមនុស្សក្នុងចំណោមពួកគេ ដើម្បីការពារកុំឱ្យមានមនុស្សច្រើន។

ប្រសិនបើអាគារផ្ទុកមនុស្ស ដែលបច្ចុប្បន្នស្ថិតនៅក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីគេ ដោយសារការព្រួយបារម្ភអំពីជំងឺកូវីដ-១៩ មនុស្សទាំងនេះត្រូវតែជម្លៀសចេញដោយពាក់ម៉ាស់ និងស្រោមដៃដែលសមស្រប។ ពួកគេត្រូវតែនៅដាច់ដោយឡែកពីកន្លែងជួបប្រជុំបឋម និងរក្សាគម្លាតសង្គមគ្រប់ពេលវេលា។

គ្រប់ពេលវេលាក្នុងគ្រាមានអាសន្ន សូមអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់អ្នកគ្រប់គ្រងអាគារ និងតំបន់។

១. នៅពេលឮការជូនដំណឹងអំពីការជម្លៀស សូមរៀបចំខ្លួនចេញពីអាគារជាបន្ទាន់ រក្សាសម្ភារៈសម្ងាត់ និងវត្ថុមានតម្លៃ ប្រមូលរបស់ផ្ទាល់ខ្លួន បិទការពិសោធន៍ បិទកុំព្យូទ័រ គ្រឿងអគ្គិសនីឧបករណ៍ និងគ្រឿងចក្រ។

២. ប្រសិនបើសំឡេងរោទ៍ជម្លៀសចេញ ឬប្រសិនបើត្រូវបានណែនាំដោយអ្នកយាម សូមចាកចេញពីអាគារដោយផ្លូវចេញដែលនៅជិតបំផុត និងមានសុវត្ថិភាពបំផុត។ ទ្វារទាំងអស់គួរតែត្រូវបានបិទ (ប៉ុន្តែមិនចាក់សោ) នៅពេលចាកចេញ។

៣. បើអាចធ្វើបាន សូមយករបស់ផ្ទាល់ខ្លួនដែលកាន់ដោយដៃ (ដូចជាកាបូប និងកាបូបយួរដៃ) ជាមួយអ្នកនៅពេលអ្នកចាកចេញ។ កុំត្រឡប់ទៅប្រមូលរបស់របរ។

៤. ជួយជនពិការឱ្យចាកចេញពីអាគារ ឬទៅកាន់កន្លែងដែលមានភ្លើងភ្លឺ ឬកន្លែងសុវត្ថិភាពមានអគ្គិសនីដែលនៅជិតបំផុតសម្រាប់អាគារច្រើនជាន់។ កុំព្យាយាមដឹកចុះជណ្តើរ។ សូមមើលផ្នែកមនុស្សដែលមានតម្រូវការជាក់លាក់។

៥. ដើរយ៉ាងលឿន និងដោយស្ងប់ស្ងាត់ទៅកាន់កន្លែងប្រមូលផ្តុំដែលបានកំណត់សម្រាប់អាគាររបស់អ្នក ឬតាមការណែនាំរបស់អ្នកយាម ឬបុគ្គលិកសេវាកម្មពន្លត់អគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។



**កុំប្រើជណ្តើរយន្ត (DO NOT USE THE LIFTS)**

១. ស្នាក់នៅកន្លែងជួបប្រជុំគ្នា (ជាក្រុម) រហូតដល់មានការណែនាំឱ្យចាកចេញដោយអ្នកយាម ឬ បុគ្គលិកសេវាកម្មពន្លត់អគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។

២. កុំចូលក្នុងអាគារវិញ រហូតទាល់តែមានការជូនដំណឹងថាមានសុវត្ថិភាពដោយអ្នកយាម ឬ បុគ្គលិកសេវាកម្មពន្លត់អគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។ កុំចូលក្នុងអាគារក្នុងពេលមានសំឡេងកណ្តឹងរោទ៍។

### ស្វ័យវាយតម្លៃ ៥.៧.៣-១

១. ពន្យល់ពីហេតុផលសំខាន់ៗបី ដើម្បីអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់។
២. ជ្រើសរើសកាលៈទេសៈមួយ ហើយបង្ហាញពីនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់របស់វា រួមទាំងសញ្ញា កូដពណ៌ និងនីតិវិធី។

## គំរូចម្លើយ ៥.៧.៣-១

១. ហេតុផលសំខាន់ៗបី ដើម្បីអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់៖ (ចម្លើយទាំង៣ខាងក្រោមគឺត្រឹមត្រូវ)

- ក្នុងគ្រាអាសន្នឆ្លង់ឆ្ងរ មានពេលតិចតួចក្នុងការរៀបចំផែនការ និងគ្មានពេលរៀន។ នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់មានប្រសិទ្ធភាពដូចមនុស្សដែលប្រតិបត្តិវាល្បឿន និងត្រឹមត្រូវ។ តាមរយៈការហាត់សមឆ្លើយតបទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាន ឬគ្រោះថ្នាក់ជាក់ស្តែង និយោជិតអាចដកចេញនូវអាថ៌កំបាំង និងការព្រួយបារម្ភមួយចំនួននៃឧបត្ថម្ភហេតុមួយ ដោយហេតុនេះអាចឱ្យពួកគេឆ្លើយតបកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាពប្រសិនបើមានគ្រោះអាសន្នគំរាមកំហែង។ ការអនុវត្តជាទៀងទាត់ក៏បង្ហាញពីនូវនៅក្នុងនីតិវិធីដែលអាចត្រូវបានកែលម្អ មុនពេលដែលពួកគេត្រូវការសម្រាប់ពិតប្រាកដ
- វាជារឿងសំខាន់ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ ព្រោះនេះធានាថាអ្នកគ្រប់គ្នាបានត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ភាពអាក្រក់បំផុត។ នៅពេលមានការវាយប្រហារបន្ទាន់ ការមានប្រតិកម្មរហ័សគឺមានសារៈសំខាន់ណាស់។
- ការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ជួយអភិវឌ្ឍភាពជឿជាក់ និងសុំជាមួយឧបករណ៍ និងលក្ខណៈពិសេសនៃកាប៊ីន។ ការដឹងពីអ្វីដែលត្រូវរំពឹងទុកជាមុនក៏ជួយកាត់បន្ថយការចប់បារម្ភនៅពេលមានអាសន្នពិតប្រាកដកើតឡើង។
- នីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ជួយឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ស្រួលនៅក្នុងខ្យល់ និងរៀបចំអ្នកសម្រាប់លក្ខខណ្ឌដែលមិននឹកស្មានដល់។ ការរៀបចំសម្រាប់ភាពអាសន្នមិនត្រឹមតែអាចឱ្យអ្នកឆ្លើយតបបានឆាប់រហ័សប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងជួយសម្រាលភាពតានតឹងដែលទាក់ទងនឹងនីតិវិធីសុវត្ថិភាពនៅកន្លែងការងារផងដែរ។
- វាជាការទំនួលខុសត្រូវរបស់និយោជិតទាំងអស់នៅក្នុងអង្គការដើម្បីអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលត្រូវបានផ្តល់ជូនពួកគេ។ ក្នុងនាមជានិយោជក វាជារឿងសំខាន់ដែលយើងត្រូវប្រឹងប្រែងឱ្យអស់ពីសមត្ថភាពដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពរបស់និយោជិតរបស់យើង និងអ្នកដែលនៅជុំវិញយើង។ យើងត្រូវតែធានានូវលក្ខខណ្ឌការងារ និងការអនុវត្តប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដែលនឹងកាត់បន្ថយឱកាសនៃគ្រោះថ្នាក់ដែលកើតឡើងនៅកន្លែងការងារ។
- ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិភ័យគឺជាផ្នែកសំខាន់នៃផែនការត្រៀមសង្គ្រោះបន្ទាន់ ហើយវាជារឿងសំខាន់ក្នុងការដឹងពីរបៀបប្រើប្រាស់វា។ វាមានប្រយោជន៍ក្នុងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ មុនពេលដែលពួកគេត្រូវការ។
- ការអនុវត្តប្រភេទនេះផ្តល់ឱ្យអ្នកឆ្លើយនូវទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯងកាន់តែច្រើន ដើម្បីបំពេញតាមស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់។ នៅពេលដែលបុគ្គលិកទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលឆ្លើយតបនឹងវិបត្តិគ្រប់គ្រាន់ ពួកគេមានទំនោរមានអារម្មណ៍ថាមានការធានាបន្ថែមទៀតអំពីសមត្ថភាពរបស់ពួកគេ ហើយអារម្មណ៍នៃការធានានេះអាចលើកកម្ពស់អារម្មណ៍នៃទំនុកចិត្តលើជំនាញរបស់ពួកគេ។
- ការអនុវត្តទាំងនេះនឹងផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដ៏មានតម្លៃដល់ភាគីទាំងអស់ ដោយជួយឱ្យមានប្រតិកម្មសកម្ម និងមានប្រសិទ្ធភាពជាងមុនចំពោះឧបទ្វីហេតុ ឬឧបទ្វីហេតុនៅកន្លែងការងារ។

- វាជួយកំណត់ពីគ្រោះថ្នាក់ និងហានិភ័យនៅកន្លែងធ្វើការ។ វាជួយអ្នកក្នុងការបង្កើតផែនការដោយប្រើប្រាស់ធនធានដែលមាន បុគ្គលិកដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល និងនីតិវិធីល្អបំផុតក្នុងឧស្សាហកម្ម ដោយចងចាំអំពីសុវត្ថិភាព បរិស្ថាន និងទ្រព្យសម្បត្តិ ព្រមទាំងការបន្តអាជីវកម្ម។
- ការត្រួតពិនិត្យឧបករណ៍ជាប្រចាំ និងការអនុវត្តនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់មានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការរៀបចំសម្រាប់ស្ថានភាពណាមួយនៅកន្លែងការងារ។
- កម្មករអាចរៀនពីនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់ ហើយទូរស័ព្ទទៅលេខ 911 ភ្លាមៗ។ ពួកគេនឹងអាចស្វែងរកលេខទំនាក់ទំនងសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលត្រឹមត្រូវបានរហ័ស ហើយទាក់ទងទៅកន្លែងសមរម្យដើម្បីជួយពួកគេ។
- ការសម្រេចចិត្តជាច្រើនត្រូវតែធ្វើឡើងភ្លាមៗ នៅពេលមានអាសន្នកើតឡើង។ វាងាយស្រួលសម្រាប់បុគ្គលិកសង្គ្រោះបន្ទាន់ក្នុងការដោះស្រាយគ្រប់ស្ថានភាពណាមួយបានលឿនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

២. ជ្រើសរើសកាលៈទេសៈមួយ បង្ហាញពីនីតិវិធីសង្គ្រោះបន្ទាន់របស់វា រួមទាំងសញ្ញាកូដពណ៌ និងនីតិវិធី។  
**អគ្គិភ័យ/ ផ្សែង (FIRE / SMOKE)**



កូដពណ៌ក្រហម (Code RED)

- បន្លឺសំឡេងកណ្តឹងរោទី

១. ថា តើមានសុវត្ថិភាពឬគ្មាន ត្រូវប្រាកដថាអ្នកណាម្នាក់ដែលនៅជិតភ្លើងមានសុវត្ថិភាពភ្លាមៗ។

២. បន្លឺសំឡេងរោទី ប្រសិនបើមិនទាន់មានសំឡេងទេ ដោយប្រើបន្ទះសំឡេងរោទីកញ្ចក់បំបែក ឬដោយស្រែកថា 'ភ្លើង ភ្លើង ភ្លើង' ប្រសិនបើបន្ទះមិនមាន។ (ប្រព័ន្ធសំឡេងរោទីក្នុងបរិវេណសាលានឹងជូនដំណឹងដោយស្វ័យប្រវត្តិដល់សេវាកម្មអគ្គិភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់ និងសន្តិសុខ ដែលបន្ទាប់មកជូនដំណឹងដល់បុគ្គលិកសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្សេងទៀត។ តំបន់ក្នុងតំបន់របស់អ្នកនៅក្រៅបរិវេណសាលាធំអាចដំណើរការខុសគ្នា)។

៣. ទូរស័ព្ទសុវត្ថិភាព (ហៅលេខសុវត្ថិភាព)។ ផ្តល់ឈ្មោះ អគារ កម្រិត លេខបន្ទប់ ប្រភេទ និងទំហំភ្លើង/ផ្សែងរបស់អ្នក ហើយជូនដំណឹងដល់អ្នកគ្រប់គ្រង ឬអ្នកការពារអគារ ប្រសិនបើមានសុវត្ថិភាពក្នុងការធ្វើដូច្នេះ។

៤. ជម្លៀសតំបន់ជាបន្ទាន់។

- ការពន្លត់អគ្គិភ័យ

១. ដើម្បីធ្វើឱ្យមានសុវត្ថិភាព គួរតែមានការបណ្តុះបណ្តាលក្នុងការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គីភ័យ  
– អនុវត្តការពន្លត់អគ្គីភ័យ។

២. ជ្រើសរើសឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គីភ័យឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។ កុំប្រើទឹក ឬពុះលើភ្លើង។

- ជម្លៀស

១. ជម្លៀសចេញពីអគារតាមការណែនាំរបស់អ្នកយាម។

២. ដើរយ៉ាងលឿន និងស្ងប់ស្ងាត់ទៅកាន់កន្លែងជួបប្រជុំគ្នា។

៣. បិទទ្វារនិងបង្អួចនៅពេលអ្នកចេញ - កុំចាក់សោទ្វារ។ បើកភ្លើង។

- កុំប្រើជណ្តើរយន្ត

១. ស្នាក់នៅក្នុងកន្លែងប្រជុំជាក្រុម រហូតដល់មានការណែនាំឱ្យចាកចេញដោយអ្នកយាម ឬបុគ្គលិក  
សេវាកម្មពន្លត់អគ្គីភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។

២. កុំចូលទៅក្នុងអគារឡើងវិញរហូតដល់មានការជូនដំណឹងថាមានសុវត្ថិភាព ដែលការធ្វើដូច្នេះ  
ដោយ ECO ឬបុគ្គលិកសេវាអគ្គីភ័យ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់។