



ආධ්‍යත්මක පොදු සහතික පත්‍ර (සේස් පෙල)  
ඉංග්‍රීස්න්දර තාක්ෂණ්‍යවේදය  
**සෞඛ්‍ය හා ආරක්ෂාව**

අතිලේක කියවීම් පෙනා



ආධ්‍යත්මක අධ්‍යක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුව  
බදු හා තාක්ෂණ පිටප  
ජාලික අධ්‍යක්ෂණ ආයතනය  
මහරජේ  
ගි ලංකාව  
[www.nie.lk](http://www.nie.lk)



ආධ්‍යත්මක පොදු සහතික පත්‍ර (සේස් පෙල)  
සෞඛ්‍ය හා ආරක්ෂාව  
අතිලේක කියවීම් පෙනා



අ.මපා.ස උසස් පෙල ඉංජිනේරු කාක්ෂණවේදය  
චෙසුගබුද හා ආරක්ෂාව

## අතිමෙරක කියෙවීම් ලොක

12-13 ගෞනී

කාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව  
විද්‍යා හා කාක්ෂණ පියුර  
ජ්‍යෙෂ්ඨ අධ්‍යාපන ආයතනය  
මහරගල  
ශ්‍රී ලංකාව  
[www.nie.lk](http://www.nie.lk)

## සෞඛ්‍ය නා ආරක්ෂාව

### පෙරවෙදන

**12-13 ශේෂ අතික කියවීමේ පොන.**

ශ්‍රී ලංකාවේ අධ්‍යාපන පද්ධතිය තොරතුරු තාක්ෂණය හා ගෙෂ්ලියකරණය පදනම් කරගත් දෙනු ඕනෑම ආර්ථිකය කර යොමුවෙමින් පවතී. දෙමු ආර්ථිකයන් කර යමේ දී, ඉගෙනුම-ඉගෙනුම් තියෙලය මගින් අමස්ක්මින ඉගෙනුම් එල සිසුන් විසින් සාක්ෂාත් කර ගැනීම තහවුරු කර ගැනීමටත්, නිලමාණයිලිතවය හා කාර්යාලුත්වය ඇතිකර ගැනීම සඳහාත් ආයෝගික තියෙකාකරකම්වල යෙදීම අත්‍යවශ්‍ය චේ.

© ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

**ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2017**

අ. මෙපා.ස. (ල/පෙළ) බොමොන් විෂයන් සඳහා පරිශීලන ඔන්ප්‍ර පල වී ඇති අතර ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය විෂය සඳහාත් පරිශීලන ඔන්ප්‍ර ප්‍රමාණවත් මට්ටමින් සකස් කර ඇත.

අ. මෙපා.ස. (ල/පෙළ) ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය විෂය සාර්ථක තුන්ල නැංවීම සඳහා ගුරුවරුන් සහ සිසුන් යන දෙපාර්තමේන්තු ම නාවිත කළ හැකි ඔන්ප්‍ර ප්‍රමාණව අවශ්‍යතාව සපුරාලුවේ වස් මෙම අ.මෙපා.ස. (ල/පෙළ) ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය විෂයයට අදාළ මෙශාබනය හා ආරක්ෂාව ගන්ප්‍ර ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයෙහි තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව මගින් සකස් කර ඇත.

අ. මෙපා.ස. (ල/පෙළ) ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය විෂයයට අදාළ මෙශාබනය හා ආරක්ෂාව ඔන්ප්‍ර සාර්ථක කර ගැනීමට හෙළුම් හා ප්‍රමාණයික අන්දිකීම මත දායකත්වය සැපයු සියලු වත්තිකයන්ටත්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ කාර්ය මණ්ඩලයටත් මාගේ ස්තූතිය පළ කරමි.

වෛත් අවධිය : [www.nie.lk](http://www.nie.lk)  
ඊ-මේල් : [info@nie.lk](mailto:info@nie.lk)

මුද්‍රණය :

ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය විසින්  
පිටමෙක්ස්වෙට්, පාගේස් පාර, මො. 110,  
සිසාර පින්ට්වෙට් ප්‍රයෝග ලිමිටඩ හි  
මුද්‍රණය කරවා පළ කරන ලදී.

ආචාර්ය ඩී. ඒ. ආර්. ඩී. ඉංජිනේරු  
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්  
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

## සංජ්‍යාපනය

### අනුගොනීත්වය :

ආචාරිය ඩී. එම්. ආර්. මේ. දැනගේස්කර මිය  
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්  
ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය

අ.පො.ස. (ල/මපල) ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය විෂයයට අදාළ මෙයුබනය නා ආරක්ෂාව තුන්පිය පාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනයේ විද්‍යා හා කාක්ෂණ පියෙක මගින් එම් දැක්වීම ලැබේම පිළිබඳ ව සංක්‍රාම වෙමි. ඉංජිනේරු තාක්ෂණවේදය අධ්‍යක්ෂ සාක්ෂාත් වන පරිදි සෞඛ්‍යය නා ආරක්ෂාව ගත්පිය විෂයානුබඳ ව සකසා ඇත. විශේෂයෙන් ම උසස් පොල තාක්ෂණවේදය විෂය දාරාවට අයන් විෂයක් වහැයෙන් තාක්ෂණ දාරාන් සහ රෝ අදාළ කුසලතා කළ දුරටත් ප්‍රාග්ධන කර ගැනීම හා තීප්‍රණවාව ව්‍යරුද්‍යය කර ගැනීම සඳහා ගිණුමයට මෙම ගුන්පිය මගින් අවස්ථාව සළෙසා ඇත.

ගුරුවරුන්ට තම සිසුන් සඳහා කිසියේ අංකාරයකට මාර්ගෝපදේශකත්වයක් මෙම ගත්පිය ආධාරයෙන් ලබා දිය හැකි ය. ඒවානම් දැනුම්, කුසලතා සහ යහාන් වැය පුරුදු හා තිර්මාණයේ ලැබේම මෙම ගත්පිය ආධාරයෙන් සිසුන්ගේ දුබලතා හා තොහොතියා දුර කරගෙන මුතුන්ගේ ඉගෙනුම ගැනීමට ද, සිසු හැකියා නදුනාගෙන එම දක්ෂණතා වැඩි දියුණු කර ගැනීමට ද මාර්ගෝපදේශය් ලබා දිය හැකි යේ.

මුගේනුම-ඉගෙන්වී තීයාවලියේ සාර්ථකත්වය සඳහාන් විෂය තිර්දේශයේ දක්වෙන තිපුණුතා හා තිපුණුතා මට්ටම් අනුව දක්ෂණවායෙන් සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහාන් මෙම ගත්පිය එලුයි වේ. ඒ අනුව සිසුන් ලබා ග්‍රැන්ඩ් සාක්ෂාත් මට්ටම් ලෙස කර ගැනීමට අවස්ථා දායකත්වය මෙම ගත්පිය තුළින් ලබා ගෙනී වේ යැයි අපේක්ෂා කරමි.

විගාරද සිදන් සමරසිංහ නිලධාරීන් අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්  
විද්‍යා හා තාක්ෂණ පියෙක  
ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය

විගාරද සිදන් සමරසිංහ : එම්. කේ. එන්. එස්. කොචින්වත්කු මෙන්විය  
පරිගණක වදන් සැකසුම් : එ. නේ. එම්. මේන් මහතා  
පී. උ. ඩේ. - මාරු/මහින්ද රාජපක්ෂ විද්‍යාලය

### විෂය නායකත්වය :

අධ්‍යක්ෂවය :

අධ්‍යක්ෂවය :	විගාරද සිදන් සමරසිංහ නිලධාරීන් අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය
ලපද්‍රක්ත්වය :	එන්. ඩී. මක්. ලොකුලියන මහතා අධ්‍යක්ෂ, තාක්ෂණ අධ්‍යක්ෂ දැනගේ ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය
විෂය නායකත්වය :	විෂය නායකත්වය හා සම්බන්ධීකරණය :
	ශ්. මක්. ගම්මලේ මිය කළුකාවාරුය, ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය
ලැබේක මෙන්ඩලය :	එන්. ඩී. මක්. ලොකුලියන මහතා අධ්‍යක්ෂ, තාක්ෂණ අධ්‍යක්ෂ දැනගේ ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය
අභ්‍යන්තර :	එන්. ඩී. මක්. ලොකුලියන මහතා අධ්‍යක්ෂ, තාක්ෂණ අධ්‍යක්ෂ දැනගේ ජාතික අධ්‍යක්ෂ ආයතනය
භාෂිත :	එච්. මොක්ස්ලි පොර්ටරු මහතා විශාලික දුර උපදේශක - හැලවත කලාපය බී. ඩී. ආරියවාග මහතා ශ්. ල. ඩී. සේ. 1 (විශාලික)
නාජා සංස්කරණය :	එච්. මොක්ස්ලි පොර්ටරු මහතා විශාලික ගරු උපදේශක - හැලවත කලාපය
රුප සටහන් :	එ. මක්. එම්. මේන් මහතා ශ්. උ. ඩේ. - මාරු/මහින්ද රාජපක්ෂ විද්‍යාලය
පිටකවර තිරිමාණය :	එම්. කේ. එන්. එස්. කොචින්වත්කු මෙන්විය

## ආදේශ

### පොදු අංශය

- ශිර්ම නාම i
- ගෙවරවදන iii
- සංස්කෘතනය iv
- විෂයමාලා කමිටුව v
- අන්තර්ගතය

01 - 27

vii

vi

## සෞඛ්‍ය හා ආරක්ෂාව (Health and Safety)

### 1.1 නැදුත්මේල

විවිධකාර ව්‍යාඛන පරිග්‍රීවල අනුව ගෙවිනගයේ අරමුණු හා ලෙක්ක සූරු ගැනීම සඳහා ගොඩකයෙන් අවශ්‍ය ප්‍රමාණවලින් එම ආයතනවල සේවය බදවාගෙන ඇත. එම ආයතන මගින් තම අප්ක්හාවන්ට ගැලුවන ප්‍රජාතා සේවකයින් මෙන් ම ආයතන සේවකයෙන් ද මේ අනුව සේවයේ යොදවා ගැනීම සිදු වේ. එලෙස ම අවශ්‍ය අවස්ථාවල දී පද්ධතියට අවශ්‍ය පරිදි සේවකයන් ප්‍රජාතාවල නා දැනුවත් හාවයේ යොත්කාලීන කිරීම ද සිදු කරන ලදී.

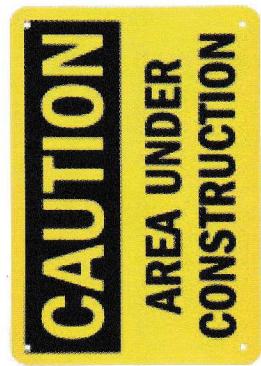
- පාලනය කළ නොහැකි ජේතු
- පද්ධතියේ සිදුවන යමකිසි බිජුවලිමක
- අනාරක්ෂිත භාවය
- අපරික්මාකාරී බව
- මිශ්‍යයන්ගේ දැඩි ව්‍යවගතිය
- යොමුවලේ නමැත්තා මානසික ආත්මය
- යාවත්කාලීන කළ ජේතු එපකරණ, පද්ධති අදිය තියෙන තේලුවට යොවන් නොකිරීම
- යොමුවලේ කඩා කජ්ල්කාරී ක්‍රියෝක් ඇදී ජේතු එකක් හෝ සින්පයක් නිසා ජේතු සිදු ඇතුළත අනුත්ම නායුතාය එත. නොසිනු, මොපුනු අවස්ථාවක දී යම්කිසි හේතුවක්/ ජේතු නිසා සිදුවේම්/නදිසි ආපදා කත්තාව නදිසි ඇතුළත වෙයෙන් නදුන්වන බැවින් එවැනි අවස්ථාවක දී මෙට නායුතාවන ජේතු සේවකයන් (හෙතුනෙන්) ප්‍රජාතා ප්‍රජාතා කර දැනුවත්තාවයෙන් තාත්‍ය ජේතු වේ. මේ සඳහා නදිසි අනාතරක් සිදුවේම ඇති ඉව ප්‍රස්ථා වෘත්තාවලිම සිල්බඳ ව අයිතිය නැඟි හේතු සිදු විනිදිසි අනතුරක් සිල්බඳ ව ඇතායන ප්‍රජාත්ත් නා අදාළ අංශ දැනුවන් කිරීම සිල්බඳ ව නදිසි අනාතරක් සිදු විට රෝ මුළු ජේතු මෙහෙයුම් සිල්බඳ ව සිදු වි හේතිය අනතුරක් සිදු විනිදිසි නාත්‍ය මුළුන් ඉන් මෙට ගැනීම සිල්බඳ ව
- අනතුරේ ස්වභාවය අනුව ආරක්ෂක පිළිවෙත් අවගමනය සිරීම සිල්බඳ ව
- අනතුර පස් වි පද්ධතියෙන් ප්‍රථම රෝ ම සිල්බඳ ව
- කාර්යය පරිග්‍රීක දී ආරක්ෂක පරිදි ප්‍රමාණ ප්‍රමාණ සිල්බඳ ව
- ආරක්ෂාව සම්බන්ධ සකස් කර ඇති විට සංකීත වර්ග සිල්බඳ ව ගොඩකයෙන් දැනුවත් විය යුතු ඇති සිල්බඳ ව යම්කිසි අවබෝධයක්, දැනුවත් නැවයක් ලබ දීම මෙම පාඨමත් අන්තර්භා කෙමෙ.

ආත්. හදිසි අනතුරු අනපේක්ෂිත එවා විය හැකිය. එවතින් අනතුරු වැඩක්වීය නැහි ලෙස උපත යෝජන අනපේක්ෂිත වෙනත් කාරණයක් නිසා ද අනතුරු සිදුවීය නැහි වේ. මේ නිසා සිදුවීය නැහි අනතුරු සම්පූර්ණයෙන් මග හාලෙන සේ කාර්ය පරිග්‍ර සකස් කිරීම, වැඩ සංවිධානය කිරීම, වැඩිමෙ සියලු දෙනාගේ සම්පත්වල හා පරිසර පුරක්ෂිතතාවට බලපාත්‍ර ලෙසි.



**රැජය - ආරක්ෂාව පිළිබඳ අවවාදාත්මක පුරුෂවක්**  
නිතතා මැයිබිම්, කුරුමාන්ත්‍රාලා, කාර්ය පාරිග්‍ර අයි සැම තානක ම කොළ පැහැති ප්‍රවර්ත්ව පුරුෂ පැහැති ආකුරින් “ආරක්ෂාව පළමුව (Safety First)” යන වදන ප්‍රදරුණය කර ඇති බව සමහර විට ඔබ දැක අනුවාද සකසයක් තැබ. මෙමස අවවාදාත්මක ප්‍රවරු වශයෙන්වල අද්‍රේරුණය කරන්නට හෙතුව කුමක් දැයි ඔබ සිතා තිබේ දී, මේ සම්බන්ධව අවයා වැඩි මතන් තොරතුරු ඔබ විසින් විමර්ශනය කර දැනගෙනන තිබෙන්නට ද ආත්. එසේ මුළු ද “අංගක්ෂාව පළමුව” යන්න වැදගත් කොට තියාවේ යොදාන්නේ සෞඛ්‍යයට, ප්‍රදානයෙන්ට, උවසවලට හා පරිසරයට සම්පත්වලට හානි සිදුකරම්ක් කරන කිසිම කාලීයයක, නිෂ්පාදනයක, ඉදිකිරීමක වැදගත් කමක් මෙයි වටිනාකමක් තොමැති බවේනි.

පළමුව සාලේම තොකල කාරණයක් / හේතුවක් නිසා ඇදුලයන් අයනිප වීම හෝ මුළුව තුවල සිදුවීම හෝ දේපල යන්වෙත්පකරණ, නිෂ්පාදන හෝ පරිසරයට හානිවීම හෝ එවත් අපදා සිදුවීමට අති නැඩියාව ලබාරක් ලෙස පැහැදිලි කෙරේ.



- රැජය - වැඩිමක හාවින කළ පුදු පැලදුම පිළිබඳ අවවාදාත්මක පුරුෂවක්**
- 1.2 අනතුරු සිදුවීය නැහි ආකාර කිහිපයක්
    - මෙවත තියාකාරීන් නිසා සිදුවීය නැහි අනතුරු (ලැක්පීරිය, වෛවරස්, කාලීන, වෙනත් සැකක්ව වියෙනු)
    - රෘයායනික දෙන නිසා සිදුවීය නැහි අනතුරු (වායු වර්ග, දුව්ලි වර්ග, ගින්දුර, කෙදිවර්ග, දුම වර්ග) අමුල වර්ග)
  - ගොනිකමය සායනක නිසා සිදුවීය නැහි අනතුරු (ලැංඡන්වය, ගෙදය, විදුලිය, පීවනය, විකිරණය)
  - මෙම ක්ෂමතාව (Ergonomics) ප්‍රවල කිරීමට බලපෑන හේතු තියා අතිවිය නැහි අනතුරු (ඉඩ කාඩ, ව්‍යාහාරු, හා බර ඉහිලිය නැකි ප්‍රමාණයට වඩා වැඩිවීම, ආමළ්කය ප්‍රමාණවක් තොමැලිවීම්.)

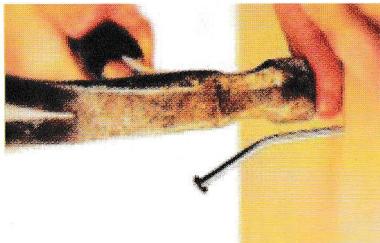
**රැජය - වැඩිමක් පිළිබඳ දැනුවත් කිහිම**  
හදිසි අනතුරු හෝ එම තෙක්ත්වයන් නිසා අතිවිය නැහි නානි පිළිබඳ ඕ ඉහා පැහැදිලි නැවත් අනුමත ඔවුන් පැලපාන දේශී ද බලපාන බව තොරහසයි. මෙමලෙස අතිවිය ආපදා මොළහාමයක් වළක්වා ගත

නැඟිල් ව තිබු බ්ල සිදු වූ සමකර සිදු ය දේ වෙමරෙනාන්ත්ව බලන කළ පෙනී යන කරුණකි. එමනිසා අනතුරු ආත්මවේ යයි අනුමත කරන හේතු සෞය බල ඇත්තේ සාම්ප්‍රදාය හිරිම ඉතා වැදගත් ය.

එමස් ම අනතුරු පිළිබඳ ව හා අනතුරු සිදුවිය නැති අත්දල පිළිබඳ ව මෙමයන්ට දැනුවත් කිරීම, අවශ්‍ය පහසුකම් සාර්ථක හෝ හිරිම පැංශනියක් සියාන්මක කිරීම හෝ හිරිම ම හෝ කිරීම ම මින් අනතුරු වෙකුවනු ඇතුළු.

### 1.3 නැඟිල් අනතුරු පැතිවේමල බලපෑ නැඟිල පුද්ගල වියෙකාරකම

- ආරක්ෂා රහිත පරිසරවල වැඩ කිරීම
- ආරක්ෂා ඇදුම පැලුම හාවිත තොකිරීම
- දේශ සහිත ආවුද හා උපකරණ හාවිතයට ගැනීම
- ආනතුරුදායක ලෙස උවා පරිනාරණය කිරීම
- ආරක්ෂක උපකරණ තොපැලීම
- වැදු ඉරිචිවලින් සිට වැඩ කිරීම
- වැදු ආවුද හෝ උපකරණ හාවිතය සේ ආවුද හා උපකරණ වැදු කළවලට හාවිත කිරීම
- නොතුයක් වියාන්මක කිරීමේ දැඡව දැනුම දැමින් තොර ව තියාන්මක කිරීම
- නොතු නඩුන්තු කිරීමේ දැඡව දැනුම දැමින් තොර ව හා වැඩීමක් අදුල් ලැබුවෙන් තොර ව කාරුය කිරීම



### 1.4 නැඟිල් අනතුරු පැතිවේමල බල ඇ නැඟිල ආරක්ෂා රහිත අවස්ථාවන්

- දුරවල ආලේපක තන්ත්ව
- දුරවල දෘශ්විතකත්ව
- දුරවල වාක්‍යාලුය
- අපවිත හා ලියසන සූළ ද්‍රව්‍ය සහිත වැඩ පරිසරය
- ආරක්ෂා රහිත ටෙරිකා හා වලවල් කාරුයය පරිග්‍රෝයේ තිබේ
- තියෙකාරකම උවා උවා උවා වෙන්වන් හා ආවුද ගෙඩා තොකිරීම
- ආවුද හා උපකරණවල පවතින දේශ (පිළිරුම, ගොවස් අඩුවෙම, දැරුයාම)
- අනාරක්ෂා වී ඇපුරුම කුම
- රු හෝ මුවාන් හෝ සියුම තුළ සහිත දාර

### 1.5 වියෙකාරකම කිරීමේ දැනතුරුදායක තත්ත්වයන්ට බලපෑ නැඟිල හේතු

- වැඩ කරන පරිසරය
- එම වැඩයට ඇති තුපුණුණු බව
- කියාවලිය කෙනරම අනතුරුදායක දැයි හැඳිමක් තොමාලින් වීම
- ආරක්ෂාව සිලිඛද ව සැලකිල්ල තොගැනීම
- පෙනුද්ගලික හේතු
- වැරුද් වර්යය

අනතුරු සිදුවිය නැඟිල කුම, අවස්ථා පිළිබඳ ව යම් දැනුමක් බොහෝ බැවින් මේ සිලිඛද ව තවදුරටත් අවසරයක යෙමෙනු.

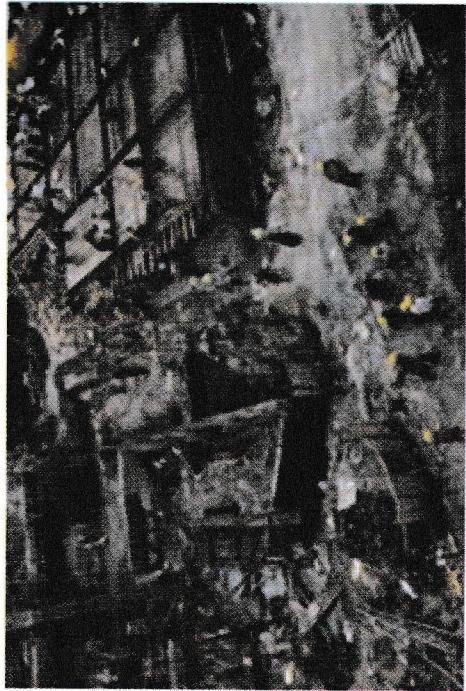
### • පෙශව වියෙකාරකන් නිසා සිදුවිය නැඟිල නැඟිල් ව්‍යක්තා ගැනීම

ගෙරර සෞඛ්‍යය හානිකර මෙවරස්, බැක්ටීරෝය, දිලිර අරි කුඹ පොන් ගෙරගන වීම තිසා තත්ත්වයන් අත්තිවේ රෝග වර්ග තොන් තොන් පොන් පොන් සෞඛ්‍ය තත්ත්වය සේ සැලකිම සිරින් තිසා කාරුයයන් හි සහලතාව හා ඉලක්ක සැපුරාගැනීම කෙමරසි මෙම රෝග ද ඉඩ අඩු. එස්ස කාරුය පරිග්‍රෝයේ වැඩි දැනුනුව ද එවැනි රෝග හිරිමේ අධික්වෙත ඇතුළු ව නැඟිල ව ඇතුළු.

රුපය - තොගාලකිලිමක් ලෙස ආවුද උපකරණ හාවිත අවස්ථාව රුපය - තොගාලකිලිමක් ලෙස ආවුද උපකරණ හාවිත අවස්ථාව

මේ තිසා යෙපත් තොගාලකිලිම තත්ත්ව සහිත පරිසරයක්, පරිසිදු ආනාරපාන, තොග වාකාගුය, සහිත පරිසරයක්, පරිසිදු

සේ ඒවා විශේෂ කර දක්වාය යුතු වේ. එසේ ම වයඹීම තුළ ප්‍රාග්ධනයෙහි  
තොරව ගමන් කළ හැකි මාර්ග පෙන්වා තබාය යුතු වේ.



• රෝගීනික ද්‍රව්‍ය මගින් සිදුවන හානි හා ව්‍යුහ ගැනීම  
උස්සෙයින් නිෂ්පාදන ක්‍රමීකුත්වල දී රසායනික ද්‍රව්‍ය වර්ග, ව්‍යුත් වර්ග  
හාවිතයට ගැනීමට සිදුවන අත්‍ය සමහර විට නිෂ්පාදන තියෙවූලියේ  
අනුරූප ලෞස මෙවැනි භාවිතකර රසායනීක ද්‍රව්‍ය හෝ ව්‍යුත් වර්ග  
උන්හැනය විය හැකි ය. සාමාන්‍යයෙන් pH අය 7 ඇ ජ්‍යෙට අමතරව  
pH අය 9 ඉහළ හෝ පහළ අගයෙන් ඇති අමුල හා ස්ථාර වර්ග තියා  
අනුරූප සිදුවෙන හානින් බැවින් කාරුරු පරිග්‍රැම් වූ ආරක්ෂිත  
කම මගින් ඒවා මෙන් හිමි විවිධ හෝ ප්‍රාග්ධනීකණයට ලක්කර පරිසරයට  
මුදානැරීමට කටයුතු කළ යුතු වේ.

එසේ නොතිරීමෙන් වර්ග රෝග, ශ්‍රේෂ්ඨ ආඩාය, පීනස, පිළිකා  
ඇංඩා ආපදා තෙක්නොලඣ් හටගෙන හැකි වේ.



රුපය - ඕම්ක්‍රීක පිළිස්සුණු අවස්ථාවක්

වැඩිනොමුවල යෝංත්, උපකරණ, ද්‍රව්‍ය විධිමත් වූ ආකාරයට ස්ථානගත  
කර තබා ප්‍රාග්ධනයට ප්‍රාග්ධනවකින් තොර ව වැඩ කිරීමට, ගමන්  
කිරීමට ඉහු සැලසා තැබීම සුළු වේ. එසේ ම අනුරූප තුළුවයෙන්  
අතිවිධ වැළැන්වීම සඳහා කාරුයායෙහි තියුණු ගැමිකන් ගේ සෙවන  
කන්ත්වය රැකෙන මේ හොඳික සායනික ලක්ෂ්මී පාලනය කළ යුතු  
වේ.

මේ සඳහා ඉහළ උෂ්ණත්වයට පෙර තුළ දෙන ආදුම්, අක්ෂී ආරක්ෂක  
හා කන් ආරක්ෂක උපකරණ පැලැමට පැහැදිලි ලබා දී ඒවාට නුරුකිරීම  
මගින් පැහැදිලි හැකි ප්‍රදාන හානි ව්‍යුහ ගැනී වේ.  
කාරුය පරිග්‍රැම් උෂ්ණත්වය ඉහළ මෙස් ස්වලන ආකායට ලෙස වූ  
විට අවට අනි දෙන පොළුක ද්‍රව්‍ය හිනි ගැනීමට ලක්විය හැකි වීම ද

එය නිරීක්ෂණය හා වීමර්තුණය කරන ආකාරය ද ඒවා වාර්තා කරන සර්තා වීමෙන් තුළ තුළ මෙය පරිග්‍රහ කිරීමේ වැනි වූ සිල්බඳ ට ද දැනුවත් කර තිබේ හා අවශ්‍ය ප්‍රෝටූල සිංහල ලං දීම ද අන්ත්‍රික භාෂි අනතුරුවලින් සිද්ධිය නැති හානි අවමකර ගැනීමට සේතු වේ.

#### අනතුරුදායක කත්ත්වයන් ව්‍යාර්තා කිරීම

ප්‍ර්‍රෝටූල ම ඉතා ඉහළ ගෙඩි තරංග තිසා අතිවන කම්පන නේතුවෙන් යෙත්තු හා ගොඩනගිලි දෙදැපීම, යෙත්තු කොටස වෙන්වීම, වැනි ආපදාවන් ආතිවෙම හැකියාව ඇත. යෙත්ත්වල අතිවන කම්පන වලක්වා ගැනීම සඳහා රබර් කොටා හෝ රබර් කාපට්, දුෂු මත තබා ස්පේර ව හොඳින් හිරකර යෙත්තු සහ තිරීම ද සිදු කෙරේ.

#### විකිරණයිලී උව හා අභිකර කරන තිසා අතිවිය හැකි අංකය හා ඒවා වළක්වා ගැනීම

විකිරණයින් X-Ray යන්තු හියාකරන්නන්, විකිරණයිලී මුලදුන ආග්‍රෑයන් පැවැත්ත්වන හා නිෂ්පාදන කළපුන කරන්නන්, විවිධ වාෂ්‍ර වර්ග භාවිත කර පැස්පුල් කටයුතු කරන්නන්, අයදුරක්තින හිරණ (Infared Ray) හාවිත කර විවිධ කාර්යන් කරන්නන්, දරුස කාලීන ව බලපෑ හැකි දරුණු රෙහි තෙත්ත්වයන්ට ලක්විය හැකිය. මේ තිසා මෙම කාර්යන්ට සෙයාගෙන්න උපකරණ, යෙත්ත්වලින් හානිකර හිරණ/තරංග වර්ග කාන්ස් තොවන සේ ඒවා නිෂ්පාදනය කළ යුතු වන අතර, හාවිත කරන පුද්ගලයන්ට දැඩි ආරක්ෂිත අදුම හා පැලමුම සහය ඒවා හාවිත කිරීමට යොමුකළ යුතු වේ. එසේ ව මෙවැනි තෙත්ත්වයන් පාලනය තිරීමට තිති පිනි ද ඉදිරියාන් කර ඒ අනුව අවශ්‍ය වියාමාර්ග ගැනීමට පෙළකිය යුතු වේ.

නිෂ්පාදන හියාවලියේ කාර්යන් කර ගැනීම සඳහා අදාළ කාර්යන් සඳහා දැනු හා ප්‍රෝටූල ඇති පුද්ගලයන් සේවය සඳහා බදවා ගැනීමේ හේන තුළුනායන්, ආරක්ෂක පදනම්, උපදෙස්, තිෂ්පාදන ප්‍රතිපත්ති, හැඳිස් ආපදා තෙත්ත්වයන් හි ද හියා කළපුන අන්දම, යෙත්තු ඇත හා ඒවාගේ අඩි විශේෂතා යන්තු සෙවන හිරීම ව තුළවා ගැනීමේ අඩි නිනි-ඡිනි, සම්පූදායන්, පැවත්ත්වන ඇති පුද්ගලයන් සේවය බදවා ගැනීමේ හේන ආපදා තෙත්ත්වයන් හි ද හියා කළපුන අන්දම, යෙත්තු ඇත හා ඒවාගේ අඩි විශේෂතා යන්තු සෙවන හිරීම ව තුළවා ගැනීමේ අඩි නිවාරිදි ඉරියට ව දැනුවත් සිල්බඳ ආරක්ෂාව සඳහා උපයෝගී කර වන බැවිති. එමස් ම, අලුත් යන්තු සූන හාවිතයට ගැන්නා විට, ඒම ප්‍රාමූල්‍ය හා තුළුනා මීම්කාන් දැනුවත් කිරීම ද, සේවා කටයුතු මාරුකරන විට ඒම ප්‍රාමූල්‍ය සේවය පිළිබඳ ට ද, හැඳිස් අනතුරක් සිද්ධිවෝ නම්



රුපය - ප්‍රදේශ ආරක්ෂාව සඳහා සකස් කර ඇති අදාම හා පැලුයි

### හිස් ආවරණ

හිස් ආවරණ පැලදීය පුනෙයි අනුමත කාර්ය සෙස්ත්‍රුවෝයේ සෑම තැනෙකදීම ඉහළ ප්‍රතිඵායින් යුත් හිස් ආවරණ පැලදීය යුතු ය. නිදහස් හිස් ආවරණ පැලදාන්වා වනා හිස් වෙද මෙයු ජට්ටා, තොපේ අදියට ඉහළින් හිස් ආවරණ තොපැලදීය යුතු ය.

හිස් ආවරණ පැලදීම හිසා  
• උඩක සිට වැමෙන දේවලුවලින් ද, පාවි එන උව හිසේ වැදිමෙන් ද සිදුවිය හැකි අනතුරු වෙක්වා ගෙ හැකි ය.  
• සිස් ආවරණ පැලදීම ද එහි පටි නිසි ලෙස තද කර යෙදීමෙන් හිස් පරිදි සිසට ආරක්ෂාව ලැබේ.

විවිධ මිශ්‍ර ක්‍රෙඩිඩ්‍යම්බල අනතුනාව පහැදිලිව තහවුරු කරගෙන හැකිවන සේ වර්ණවත් හිස් වැසුම හාවිතය ගැනී.  
• යුතු වරණය - කළමණකරවන්, ඉංජිනේරුවන්, සංවිධායක හිලයෝන්

- කන වරණය - නුපුරුණු මිශ්‍රයන්
- නිශ්චී වරණය - ප්‍රසාදු ග්‍රෑනු ග්‍රෑනුවන් (ව්‍යුලි කාරුමික, වැඩ කාරුමික වැනි)
- මොළ වරණය - තිරපද තිලයෝන් (Safety Officers)
- තැපෑලි වරණය - අමුන්තන් සැනා
- රතු වරණය - ගිනි නිවන හටයන්



**රුපය : විවිධ වර්ග හා වර්ණවලින් යුත් හිස් ආවරණ හාවිතයට ගන්නා මෙල්මවල විවිධ ස්ට්‍රීකර් ආලේවිම හෝ වෙනත් වරණ ගැලීව නොකළ යුතු ය. මිශ්‍ර ක්‍රෙඩිඩ්‍යම්බල නිෂ්ප්‍රකාශ අනුව පමණක් හදුන්වා දී අති ස්ට්‍රීකර් ආලේවිම කළ හැකි ය.**

හාවිතයට ගන්නා හිස් වැසුම නිතර ම පවිත්තවාවයෙන් තබාගෙ යුතු ය. අතර රසායනික ලො වෙනත් ලො ගැලීව නොකළ යුතු ය.

### අක්වරුස්ස (Gloves)

වාබ ම ලේකකයේ දී මිශ්‍රයන්ට තිතර ම සිදුවන අනතුරු වශයෙන් අත් හා පා ඇගිලි ආක්‍රිති ව සිදුවන අනතුරු ප්‍රයාන වන බව මෙහි යන කරුණු වේ. කැපීම, සිරීම, තැලීම හිත්තෙනාන් හෝ රසායනික ලිඛ්‍ය තැවරීම හිසා අත් පා ආගිලිවල වැඩි වශයෙන් සිදුවන අනතුරු වේ. එසේ විදුලි පද්ධතිවල පරිවර්තනය රැකි ස්ථානවලින් විදුලිය කාන්දු වී ඇත් හරහා ගමන් කර අනතුරු හා ආපදා තබාගෙයෙන් ඇතිවේ ද සිදු වේ.



**රුපය : විවිධ කාර්යන්හි හාවිතයට හෝ නැසි අත්වායා**

මෙවත් ආපදා තක්න්ව වලක්වා ගැනීම සඳහා අනතුරු උදාකරණ ඇඟේ ගැබේමට අයිති අවස්ථා බැහැරවන සේ ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ පැලදිය යුතු ය. මේ සඳහා විවිධ ත්‍රිත්‍යන් හැඳුනු ලද මූහුණු ආවරණ විෂ්ටරණ ඇඟේ පැලදිය සෑම ම එය පැලදින පිස්ත්ගලයෙන් අත් ප්‍රමාණයට ගැලපෙන සේ තොරු නො යුතු වේ.

• නානිකර රසායනීක උච්ච හාවින හිරිමේ දී පැලදිමට ප්‍රස්ථා ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

• සහ උච්ච කාබලි විසිරීමේ දී සිදුවන අනතුරු වාලක්වීමට ප්‍රස්ථා ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

• පැහැසුම වාචවල දී හා ගැස් හිතිදා මගින් ලෝහ කාපීමේ දී ඇයේ හා මූහුණුවල සිදුවන අනතුරු ව්‍යක්තා ගැනීමට උපමයේ හරහා නැති ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

• පැදිනෙදා සාමාන්‍ය කටයුතුවල දී හාවිනය ගැනීමට ප්‍රස්ථා ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

• පැහැසුම වර්ග - එදිනදා කටයුතුවල දී

• Safety glass - පැහැසුම කටයුතුවල දී

• Welding shield - ගැස් කැපුම්වල දී

• Cutting goggle - රසායනික උච්ච සම්භා වැව හිරිමේ දී

• Chemical goggle - රසායනික උච්ච සම්භා වැව හිරිමේ දී

• Face shield - සහ උච්ච කාබලි විසිරීම සිදුවිය හැකි විට දී

• Full face respirator - උච්ච රුකායන උච්ච සම්භා වැව හිරිමේ දී



රුකායන ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

අත් හා ඇගිලෙලට නිතර ම අනතුරු සිදුවන්නා සේ, මූහුණු හා පැහැසුවලට ද වැඩි වශයෙන් අනතුරු සිදු වේ. ඇයේ මිනිසුකුගේ වැදගත් ඉතුළු ඉතුළුයෙන් වන නිසා එය ආරක්ෂා කර ගැනීම හා ආරක්ෂා කර ගැනීමට අනුමත ඇම හැම විම කළයුතු වැදගත් කාරුයකි.



විෂ්ටරණ ඇයේ හා මූහුණු ආවරණ

ශිවිත පැවත්මට යෙපන් ස්වෘසන පරිසරයක තිබිය යුතු ය. මේ නියා සිවිල, රසායනික උච්ච සහිත පරිසරවල කාරුය කරන්නාන් තමන්හේදී සිවිත පැවත්ම පුරකීමේ කර ගැනීම සඳහන්, ස්වෘසන පද්ධතියේ ආත්මිය නැති දුරවලනා නාත්තිකර ගැනීමට ස්වෘසන ආරක්ෂණ උපකරණ නාවිත හිරිම අනෙකුය වේ. මේ සඳහා ඒ ඒ පරිසර තත්ත්වයන්ට ගැලුමෙන් සේ ස්වෘසන ආරක්ෂණ උපකරණ හිරිමේ දී

• දුවිල සාහිත පරිසරයක් තුළ වැව හිරිමේ දී - N95 තත්ත්ව සහනිකය ලත් මූහුණු ආවරණ

• රසායනික උච්ච හාවින සිදුවල දී - කාටරිස් සහිත ස්වෘසන උපකරණ

• ඉහළ තාපය නිසා ඇති වන උෂ්ණකත්ව ඉහළයාම යන බාහිර සායක

- තොල සාන්දුනාව, අධික වාෂපයිලි හා වීජ රසායනීක දවන ආග්‍රිත වියාකාරකමවල යොමේ දී N95/99 ප්‍රතිති සහකික ලක් සම්පූර්ණ මුළුනු ආවරණ සහිත Full face respirator වර්ගයේ ස්වයුෂන ආරක්ෂණ උපකරණ හාවිතය ගෙ යුතු වේ.

#### මුවන ආරක්ෂණය

මෝස්ජ්‍යාකාරී යන්න යුතු හාවිත කරමින් ක්‍රිරෝයෙහි යොදාන ප්‍රදානයන් දැරූස කාලයේක් එම සෞෂ්ප්‍රවලට ලක්වීම නිසා මුළුන්ගේ මුවන හැකියාව පැපුකකාලීනව දරවල තත්ත්වයන්ට පත් වේ.

#### ආරක්ෂක සපන්කු

නිසි ප්‍රමාතියෙන් යුත්තාව සකස් කළ ආරක්ෂක සපන්තු කාරුය පරිග්‍රෝයේ දී තිනර ම පැලදීම කළ යුතු වේ. නිසි ප්‍රමාතියට සකස් කළ මෙවැනි සපන්තු යමක ගැටීමේ දී ඉරියාම, නිල්වීම, නොවාස් වෙන් වී යාම සිදු නොවේ. මේ සයනා ඉදිරියාස ලෝහ පටියෙන් හෝ එවැනි සහ ද්‍රව්‍යයනින් නිපදවා ඇති අතර, අධිමයෙන් ද මෙහි පටියෙන් යුතු කර ඇත.



#### රුහය: ආරක්ෂක සපන්තු වර්ග

හාවිතයට ගන්නා ආරක්ෂිත සපන්තු ආදාළ ප්‍රදානයෙන් පාදමේ ප්‍රමාණයට ගැලීමේ යුතුවන අතර, ප්‍රමාණයන් කුඩාවි පා ඇඟිලි හිර වන අන්දමේ හෝ පා ඇඟිලිවලින් ඉදිරියාසේ නිසි ප්‍රශ්නයනින් ප්‍රක්ෂ පාවහන් තෙක්ර නොගත යුතු ය. විදුලි කාර්බ්‍රුටයන් සදහා ම තිර්මේන ආරක්ෂණ සපන්තු හාවිත කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

එමසේ ම වෙන් සහිත වැඩ බිමක හෝ රසායනීක දවන සහිත වියාකාරකමවල යොදාන අය ගම්බේ වර්ගයේ පා ආරක්ෂණ සපයන්තු හාවිතය වර්දනත් වේ.

ආරක්ෂණ සපන්තු ගලවා තැබීමේ දී නොදින් වාතාගුරුය ලබන සෝඛනය තැබීම ද මේසේ වර්ග පිරිසිදු කර හාවිතය හැනීම ද යෙපන් සෝඛනය තැබන්වයාක පවත්වයා හැකියාව හේතු වේ.

#### ආරක්ෂක පුද්‍ර

කාර්ය පරිග්‍රෝවල දී කාර්යයන් කිරීමේ දී එක් එක් ග්‍රේක්සය වෙනුවෙන් නැඳුන්වා දී ඇති ආරක්ෂණ පැදුම අද ගැනීම වැදගත් වේ. ප්‍රොන්ට් වර්ගයේ පටි සහිත පැදුම ඇඟිලි අදීමෙන් භා අනතුරුවලින් වැළකින වේ හිර්මේන ආදුම ඇඟිලි අදීමෙන් ආරක්ෂාව මෙන් ම දුර සිට ගුළුකයන්ට භාජුනාගැනීමේ හැකියාව ලැබේ.

රුහය: මුවන ආරක්ෂක උපකරණ

චේඩිබල් 85 ක (85 db) ගෙවීය සහිත පරිසරයක දී වේමක කන් සහිත ප්‍රදානයන්ට කාරුය කළ හාවිත වුවන් බෙසිස්ලේ ප්‍රමාණය ඉහළ යන විට එම පරිසරයේ වැඩ කිරීමට සිදුවන කාලය කවන් අස් කළ යුතු වේ.

චේඩිබල් 85 ක (85 db) ගෙවීය සහිත පරිසරයක දී වේමක කන් සහිත ප්‍රදානයන්ට කාරුය කළ හාවිත වුවන් බෙසිස්ලේ ප්‍රමාණය ඉහළ යන විට එම පරිසරයේ වැඩ කිරීමට සිදුවන කාලය කවන් අස් කළ යුතු වේ.

චේඩිබල් 85 ක (85 db) ගෙවීය සහිත පරිසරයක දී වේමක කන් සහිත ප්‍රදානයන්ට කාරුය කළ හාවිත වුවන් බෙසිස්ලේ ප්‍රමාණය ඉහළ යන විට එම පරිසරයේ වැඩ කිරීමට සිදුවන කාලය කවන් අස් කළ යුතු වේ.

චේඩිබල් 85 ක (85 db) ගෙවීය සහිත පරිසරයක දී වේමක කන් සහිත ප්‍රදානයන්ට කාරුය කළ හාවිත වුවන් බෙසිස්ලේ ප්‍රමාණය ඉහළ යන විට එම පරිසරයේ වැඩ කිරීමට සිදුවන කාලය කවන් අස් කළ යුතු වේ.

චේඩිබල් 85 ක (85 db) ගෙවීය සහිත පරිසරයක දී වේමක කන් සහිත ප්‍රදානයන්ට කාරුය කළ හාවිත වුවන් බෙසිස්ලේ ප්‍රමාණය ඉහළ යන විට එම පරිසරයේ වැඩ කිරීමට සිදුවන කාලය කවන් අස් කළ යුතු වේ.

#### ආරක්ෂක පුද්‍ර

කාර්ය පරිග්‍රෝවල දී කාර්යයන් කිරීමේ දී එක් එක් ග්‍රේක්සය වෙනුවෙන් නැඳුන්වා දී ඇති ආරක්ෂණ පැදුම අද ගැනීම වැදගත් වේ. ප්‍රොන්ට් වර්ගයේ පටි සහිත පැදුම ඇඟිලි අදීමෙන් භා අනතුරුවලින් වැළකින වේ හිර්මේන ආදුම ඇඟිලි අදීමෙන් ආරක්ෂාව මෙන් ම දුර සිට ගුළුකයන්ට භාජුනාගැනීමේ හැකියාව ලැබේ.

ලැණුස්ම කාරුයෝන් කිරීමේ ප්‍රශ්න දී ස්ථා සඳහා වෙශීමත් අවසරපතක් ලබා තිබුම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

- සාමාන්‍ය කත්තේව යටතේදී ගිනින්නා
- වියෙකුරකම අවස්ථාවලදී ගිනිගෙන්නා
- සාමාන්‍ය කත්තේව යටතේදී ගිනි නොගත්තක්, එසේ වෙමට භාෂිතයෙන් අනි වෙයෙන් ගිනින්නා කත්තේව යටතේ කළුප තුනකට වෙනත්කර ඇත. මේ නැර,
- හංචක ස්ථානවල,
- උස් ස්ථාන
- උස් ස්ථාන යටතේ ව ගිනි ගත්තා සුළු උවා පවතින ස්ථාන ද, ගෙවා ආගිතව ද, පරිසර උණුස්ම තත්ත්වයෙන් ඉහළ යාම මගින් ගිනි ගැනීම පැනිවෙමට භාෂිතයෙන් ඇත.
- අඩු පරිතර සහිත ව ගිනි ගත්තා සුළු උවා පවතින ස්ථාන ද, ගෙවා ආගිතව ද, පරිසර උණුස්ම තත්ත්වයෙන් ඉහළ යාම මගින් ගිනි ගැනීම ගිනින් හට ගැනීම තිසු ලද්දා සහනි සිදුවන්නා සේ ම නිශ්චතවන්නා පුද්ම භා විෂ වායු වර්ග (කාබන්ඩ්ඩයෙක්සිඩ්, කාබන් මොනාක්සිඩ්, සල්ංඡ බලයෙක්සිඩ්, හයිඩ්රෝස් හා නයිල්‍යිස් ලක්සිඩ්) ද ගිනින් විම සිදුවන අතර මෙවා ආසානයක සිරිලේ හේතුවෙන් ස්වයනා ආබාධ මෙන් ම පැවත හානි ද සිදුවය භැඳි.
- ගිනින් හට ගැනීමට ගිනි තිකෙන්කේයේ සායනක තුන බලපාන බව තොරතුස්ක වන අතර යමිනිසි තුවයෙන් මෙම සහයක තුළත්ත් වෙන් කළ එකත් හෝ කපා හැරිය හොත් හටතෙන හැකි ගිනි නො හටතෙන ඇති ගිනි තිවරණ කළ හැකිය.



#### රුපය: ආරක්ෂණ අඟුම

උමසේ ම උස් ස්ථානවල වඩ කිරීමේදී ආරක්ෂාකාරී අඟුම හා විමෙශ්‍ය පාලුම සටකර ගැනීම සිදුවීය හැකි අනතුරු වලක්වා ගැනීමට මෙන් ම පිටිත ආරක්ෂාවට ද එය ගැනීම වේ.

#### ගිනි තිවරණ (Fire prevention)



#### රුපය: හඳුනීම අවසරවක දී පිටතෙක මාරුය පෙන්වීම

- දහනය වන උවා
- මක්සිජන් හා
- ප්‍රවෙන අංකය (තාපය) ලබුණු විට ගිනින්ක හට ගැනීම සිදු වේ.
- වැඩ බිමක දැක්වීය හැකි ය. මෙවා හිනිපායක දැක්වීය හැකි ය. යොන්ඩ්‍රික ස්ථාන වීම
- විදුලිය
- ස්වයෝ දහනය
- යොන්ඩ්‍රික ස්ථානය
- වෙළුඩින් කිරීම
- සර්පන් කත්තේවයන්
- දුම්පානය



රුපය: ගිනි ගෙ හැකි ස්ථාන පිළිබඳ අවවාදාන්තමක සාක්ෂාත්

Type A fire	Type B fire	Type C fire	Type D fire
සෞඛ්‍යා අම්ල හිනි තිවනය	රෝගානික පෙනෙන හිනි තිවනය	කාබන්ඩ්ඩයෙක්සිඩ් හිනි තිවනය	රෝගානික කුඩා ගිනි තිවනය
Soda acid Fire Extinguisher	Chemical Form Extinguisher	CO <sub>2</sub> Extinguisher	Chemical Power Extinguisher
(රු වර්ණය)	(සීම වර්ණය)	(නිල් වර්ණය)	(කළ වර්ණය)
● ගිනි ගත්තා සුළු සාන උවා ලි, කඩාසි රේද, එලිජ තෙල් රේද, එල්ංඡ්‍රෝම, සෙය්ඩ්බෙල, සර්ලෙක්ටිඩ්	● ගිනි ගත්තා සුළු උවා වර්ණ බැංකිල තෙල් තිත්ත මධ්‍යසාර රේද	● ගිනි ගත්තා සුළු උවා වර්ණ බැංකිල තෙල් තිත්ත මධ්‍යසාර	● ගිනි ගත්තා සුළු උවා වර්ණ බැංකිල තිත්ත මධ්‍යසාර

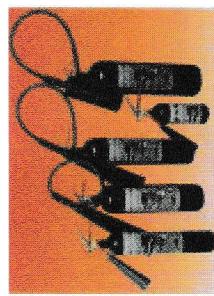
ප්‍රමාණකවන් ලෙස ඉසීමෙන් ද හිත්තා නිවාරණය කළ නැංි වේ.

- වැඩ පරිග්‍රයක ද හිත්තක් හටගන් බව යටුමේ කම්
- ගින්නක් නටගත් බව නගෙන සංයෝ හියාත්මක කිරීම
- හිනි නිවාරණ අංශ හා ආයතන ආරක්ෂක අංශ දහුවන් කිරීම
- ආයතනයේ / පරිග්‍රය මිශ්‍යක් දැනුවත් කිරීම
- පාලනය කළ හැසි හිත්තක් නම්, හිනි නිවාර උපකරණ (Fire Extinguisher) හිටැදි ව භාවිතය කළ හැකිනම අදාළ හිනි නිවාර උපකරණය හියාත්මක කිරීම
- පාලනය කළ නොහැකි හිත්තක් නම් පරිග්‍රයක් ඉවත්වීම හා පරිග්‍රයක් ඉවත්වීමට අන් අයට උදව් කිරීම

නිවාරණය සඳහා,

1. තාපය ඉවත් කිරීම
2. ඉන්ධන ඉවත් කිරීම
3. ඔන්සිපන් ඉවත් කිරීම

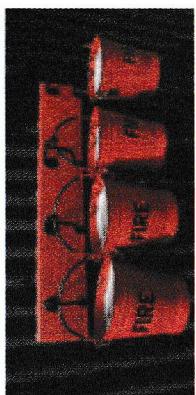
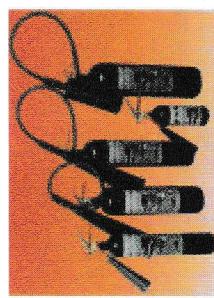
රුපය: හිනි නිවාරණය සඳහා සාකච්ඡා හැකිය



#### Fire Extinguisher Chart

Extinguisher Type	Solid (Sodium bicarbonate, dry ice)	Liquid (Water)	Powder (Bicarbonate, foam, etc.)	Gasoline (Kerosene)	Electrical (Dry & Wet Cell)	Chloroform (Oil & Fibre)
Water	✗	✓	✗	✗	✗	✗
Kerosene	✓	✓	✗	✗	✗	✗
Dry Powder	✓	✓	✓	✓	✓	✗
Cat's Whisker (Wet Cell)	✗	✗	✓	✓	✓	✓

- සිසිල් කිරීම ජලය මගින්
- ඉන්ධන සාපයුම නැවත්තාලීම
- නිශ්චිය වාසු, වාලි, තෙක මෙශ්‍ය රුපයන්හි කුවු වර්ග ගෙදීම කළ නැතිය.



රුපය: හිනි නිවාර උපකරණ හා මාධ්‍යයන්

වර්තනමානයේද විදුලිය නැතිව ම බරේ කත්තවයකට පත් වේ අනු.

- ආලෝකය ලබා ගැනීමට.
- තාපය ලබා ගැනීමට.
- සන්නිවේදන කටයුතු සඳහා
- ආනාර කළේකඩ ගැනීම සඳහා
- විවිධ නිෂ්පාදන කටයුතු සඳහා අදි විවිධ අවශ්‍යතාවන් සඳහා විදුලිය භාවිතයට ගැනීම
- කාන්ද වේ විවිධ අභජ අන්ත්‍රීම නැංි ය.

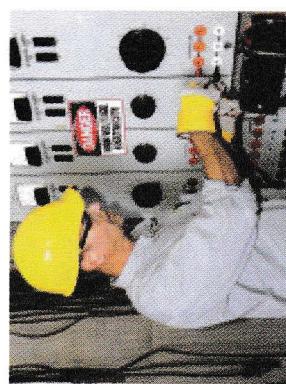
න්වගන් හිත්තක් නිවා දැමීමට තෙක ගොනී, හිනි නිවාරණ බිලැන්කට ආරිය ද උපයෝගී කර ගැනීම සිදු කරනු ලබන අතර හටගන් හිනි වර්ගය කුමක්දයී හා ස්ථානය පිළිබඳ සෞඛ්‍ය බලා මෙවැනි දේ හාවිතයට ගැනීම පූරුෂය.

ඖන - මෙහෙන යොමේ දැවුලි රහන්වල තොගැලීමට වහෙලා  
ගැනීම  
විදුලි ජනක යන්ත්‍ර (Generator) මගින් විදුලිය ලබා ගැනීමේ දී වියලි  
ස්ථානයක යන්ත්‍රය පිහිටුවේ හා නිර්දේශක විදුලි රහන් වර්ග කුලිය  
විදුලිය ලබා ගැනීම



සහිති සන්නායකය	එකලා විදුලිය	එකලා විදුලිය Three phase
Phase conductor	දිගුරු පෙට	1. වන රහන - දිගුරු පෙට 2. වන රහන - කළ පෙට 3. වන රහන - අල පෙට

සහිති සන්නායකය	එකලා විදුලිය	එකලා විදුලිය Three phase
Neutral Conductor	නිල පෙට	කොලා කොලා සන්නායකය



විදුලි පරිපථය සිං විදුලිය කාන්දු වේ ගෙරය හරහා ගොස් පරිපථය  
සම්පූර්ණ වීම මගින් දී,  
සහිති විදුලි රහන්ත්‍ර ස්ථානක් ස්ථාපිත වේ ගෙරය හා මොලව කුලින් මගින් කිරීම  
මගින් දී,  
විදුලි පුළුග්‍ර ඇති වී, එමා ගෙරය හරහා ගමන් කිරීම මගින් දැවුලි යා  
වැදිය හැකිය.

විදුලි සැරයේ ඇති ප්‍රබලෝචන අනුව,  
සුළු වේදනාවක්,  
මානු පෙෂීමෙන් වලන වේවෙන් වී  
ආතනි තක්ත්තයක් ඇති වීම  
ස්වයන අපහසුකා ඇතිවිම  
නාදය වස්තුත්වෙන් සාමාන්‍ය රේදමයෙන්  
ඉවත් වීම  
අන්තර්තර ඉතිනියක් පිළිස්සීම යාම  
සිදුවිය හැකි ය.

### විදුලිය කාන්දුවේ නිසා සිදුවන අනතුරු වෙශකා ගැනීමට ගෙනසැනී ආරක්ෂිත

#### ජාකුරුතුව

විදුලි පරිපථ හා විදුලි උපකරණවලට සම්බන්ධ සන්නායක විදුලි රහන්ත්‍ර කාලීනව කත්ත්ත්ව පරීක්ෂණයට ලක් කිරීම හා දේශ සහිත විදුලි රහන්ත්‍ර හාවිතය හොගැනීම  
විදුලි උපකරණවලින් විදුලි කාන්දුවේ සිදුවන්හේ දැයි පරීක්ෂාකර හාවිතය හැනීම

විදුලි ක්වේල්ක්හයන් ආරක්ෂිත ආදුම හා ආරක්ෂිත අත් වැසුම හාවිත කර නියමිත කාරුයන් කිරීම

විදුලි උපකරණවල සැපයෙන විදුලිය (වෛල්ලැයිකාව) ස්ථාවරව පවත්වාගෙන යාම දායක වන Power Guard Stabilizer විදුලි ස්ථායිකාරක හරහා පව සැපුම හෝ ගැනීම

භාවිත විදුලි පරිපථ රහන්ත්‍ර පිහිටුවේ දී කෙතින් විසැන්ද කිරීමට දායකවින හේස පරිපථ යෙන් පරිපථ බෝල බේදිනාය (Residual Current Breaker-RCCB) සිහින් පරිපථ දැවුලි උපාග පරිපථය සම්බන්ධ විදුලිය (Residual Current Braker-MCB) වැනි ආරක්ෂිත විදුලි උපාග පරිපථය සම්බන්ධ විදුලිය (Antena) ආදිය  
පරිවර්තන රහන්ත්‍ර විදුලි රහන්ත්‍ර පැවත්වනින ආදායක (Antena) ආදිය  
මොලය උපකරණ, ආන්ත්‍රොනික රැපවානින ආදායක (Antena) ආදිය

ව්‍යිද හා උපකරණ හාවිතයේ ද සිදුවිය හැකි අනතුරු වළක්වා ගෙනීම ක්‍රාරය තිරිමේ දී ආවුද හා උපකරණ නිසා අනතුරු සිදුවීමට නැතියාව අත්.

- ප්‍රංශක්ෂණකාරී බව
- අනුවලබායය
- ඉත්මන් වේ (කළඹල වීම)
- ලද්ද සහිත ආවුද - උපකරණ හාවිතයට ගැනීම
- උපකරණ හා යන්ත්වල දේශ තිබේ දැයි පරික්ෂා නොකිරීම
- තිකිකලට තබන්තු කටයුතු නොකිරීම
- තිවැරී ඉරියවල පිළිට ආවුද, උපකරණ, යන්තු හාවිත නොකිරීම
- ආරක්ෂක පුරුවෝපා අනුගමනය නොකිරීම
- ආවුද හා කාර්ය පරිශ්‍ය පරිසිදු තොවීම වනින් නිසා ආවුද නාවිතයේ දී අනතුරු සිදුවීමට නැතියාව ඇත් බලයෙන්ති ආවුද / උපකරණ හාවිතයේ දී වැඩි අවධානයක් හා ප්‍රචේෂණ වෙමක් ගැන සිහිනාභා ගෙ පුළු ය.
- ප්‍රමාණවත් ආලෝක තාවිත කුම සිල්බලට පූරුෂ දැනුවත් කිරීමක ලබා දීම
- ආරක්ෂක විදු උපකරණ හරහා විදුලිය (ප්‍රවය) ලබා දීම.
- ප්‍රදේශලික ආරක්ෂිත උපකරණ හාවිත කිරීම
- තිසිකලට තබන්තු කටයුතු සිදු කිරීම
- තිවාරණය වී ඇති ප්‍රමාණ කොටස් යන්ත්වය හා තියාකාරකමට බාධා නොවන සේ ආවරණය කිරීම
- යන්තු හා ආවුද හාවිතයේ දී ඇතිවිය හැකි අනුගමනය අවම කර ගැනීමට
- කරන්ත්ව යන කාර්ය කුමක්දයී අවබෝධ කරගන්න.
- අයිතිවිය භාෂ්‍ය ආපදා මොනවාදයී සිතා බෙන්න.
- ආරක්ෂා වය නැති එහා මාරු තිබේදයී යොයා බෙන්න.
- ආරක්ෂක පුරුවෝපා අනුගමනය කරන්ත්ව



- එසැවීමට ප්‍රථම එසැවීම කරන හාරය රැමෙන යන්නේ ද, නැතැමත් එසැවා තැබේමක් පමණ ද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම
- එසැවීම කිරීම දී නොදින් අත් අතර රඳවා ගැනීම හා නොත්දව බර නොයදේන සේ ප්‍රවියාමෙන් එසැවීම
- ශේරය ඉදිරියට නැමීම අඟන්ත්වය සේ සිදුවුව ගැනීම්න් ඔස්වන ලද භාරය ගෙරුය ආසන්ත්වය ගැනීම
- බර එසැවීම දී අවශ්‍ය ව්‍යවහාර් බාහිර පුද්ගලයෙකුගේ හෝ උපකරණවල සහාය ලබා ගැනීම යන කරුණු සිල්බල සිහි නඩා ගැනීනා.
- ඒකාකාර නැඩ හා ප්‍රමාණ නොවූ
- මුවන් හා තිපුණු දාර සිනිනා
- කාර්ය පරිශ්‍ය දී ටෙවත් කරන ද්‍රව්‍ය ආදිය පිටවත රැමෙන යාමේදී ඒ සඳහා ගැලපෙන අත්මස් (Gloves) නාවින කරන්න.
- මෙවාගෙන හෝ රැමෙන යන ද්‍රව්‍ය රැමෙන යන මාරු පිල්බඳව මොයා බලා එම මාර්ගයේ අංදුවන බාධක, අවිරතා ප්‍රමාණයන් ඉවත් කර ගෙන්න.
- නැකි අවස්ථාවල දී බරගෙන යාම සඳහා ම ව වොලී උපයෝගී කරගෙන බර ගෙන යන්න.

## ප්‍රමාණය

කාර්ය පරිශ්‍යක දී හඳුයේ අනතුරු සිදුවිය නැතින් අවස්ථා උදාවීය නැකිය. මේ සේවුමෙන් සමහර විට ද්‍රව්‍ය, සම්පත්, උපකරණවල මෙන්ම ම ගැමිකයන්ට ද අනතුරු සිදුවිය නැති බව, සම්පත්, උපකරණවල මෙන්ම අනතුරුක් සිදු ව්‍යවහාර් කාර්ය කිරීමේ අවස්ථා හා තැකියා බහැරවන බැවින් මෙවා සේවක පුරුෂ්මීතකාව වැන සැලකීම ඉතාම වැදගත් මොට සැලකා කටයුතු කරනු ලෙසි. එමස් වුව ද යම් හොයින්න් අනතුරුක් සිදුවුවහාන් සේවකයන්ට ප්‍රමාණය භාවිත ව්‍යවහාර හා වොදා සැලසුම සාහැන කුමයට කළයුතු වන්නේ ය.

පුද්‍රිය මේ මෙවදන ප්‍රතික්‍රාර ලබාදෙන තෙක් ප්‍රථමාධාර ලබාදීම කළ යුතු හැනියා ඒ පිළිබඳ ව අවබෝධයක් කාරුය පරිග්‍රීයක සෑම දෙනාවම හිඛීම ආත්‍යත්වයන වේ.



හදේයි අනතුරක දී හෝ යෝ රෝ රෝසි අවස්ථාවක දී රෝසි ප්‍රදේශලෝගුට මෙවදන ප්‍රතික්‍රාර ලබාදෙන තෙක් පුහුණ් සිව්‍ය ආරක්ෂා හිරිම සයානාත්, විවිධය හානි සිදුවීම වැඩක්වීම සයානාත්, පුවය ලබාදීම පහසු කරවීම සයානාත් ප්‍රතික්‍රාර ලබාදාර වේ.

#### මාධ්‍යමීම පරෞජාර

- ප්‍රථමාධාර යුතු මෙවදන ප්‍රතික්‍රාර ලබාදෙන තෙක් ප්‍රථමාධාර වෙනුව වේ.
- ප්‍රථමාධාරය හැනීම වෙනුව වෛශිෂ්‍ය ප්‍රීඩුයෙන් වෙතින් වොසිය යුතු ය.
- ආත්‍යත්වය කරුණු පෘෂ්ඨක් රෝගීයෙන් වෙතින් වොසිය යුතු ය.
- ආපදාවට කිහිප පේනුව ලක්වුයේ නම වඩා අභායන ප්‍රදේශලෝගු පළමුව ප්‍රථමාධාර ලබාදීය යුතු ය.
- ආපදාව සිදු ව ස්ථානය කළ දුරටත් අනතුරදායක තම ප්‍රථමාධාර ලබා දෙව රෝගීයා ඒම ස්ථානයෙන් තෙවත කළ යුතු ය.
- ආපදාවට ලක්වීමට බලපෑ දේවල් තිබෙනම වහාම ඉවත් කළ යුතු ය.
- මෙවදන ප්‍රතික්‍රාර ආරක්ෂ වේතන් සමඟ තම කාර්ය තිබාවන බව සිංහ කබා ගැනීම

#### ප්‍රථමාධාර දෙන අයකු ව්‍යෝධ්‍යතක විය යුතු ආකාරය

- නායි ඉක්ත්වන් රෝගීයා අනතුරුන් මුදලා ලෙන්න.
- ප්‍රථමාධාර ලබා දැම සුදානම්වන්න.
- මෙවදනවරයුතු ගෙනවා ගැනීමට හෝ මෙවදනවරයුතු වෙත මෙගෙන යාමට කාපු කරන්න.
- රෝගීයා තීම දිගාතර භෝඩින් අක්වය ප්‍රාක්‍රියා සිරිමට අවශ්‍ය පාපුවූ සෙකසා ලෙන්න.
- රෝගීනපාතය (ලේ ගැලීම) වනා නවතාලීමට කාපු කරන්න.
- රෝගීනයේ කම්පන තත්ත්වය වැළැකිවීමට කාපු කරන්න.
- රෝගීයාගේ පොළුගැලිකන්වය හානි වනාස් කාපු හෝ හෙකරන්න.
- රෝගීයා අභායන තත්ත්වයෙක සිටි තම යුතු සමග කඩා හෙකරන්න.
- ඇති වූ රෝගී තත්ත්වයේ ස්වභාවය අනුව සුදුසු ප්‍රථමාධාර විය අනුව කාපු කරන්න.

#### ප්‍රථමාධාර ලබාදීම කුම භා අභායන යුතු ගැනීම අවශ්‍ය වේ.

- කාපීම හා ගැලීම
- අස්ථි නීදීම
- සිලිස්සීම
- උපක්කු කීම
- වූල සැර වැදීම වැනි අවස්ථාවලද දී කෙතිම ස්වසනය ලබාදීම වැනි යුතුස් ප්‍රීඩු ප්‍රථමාධාර තම දානගනීම හා ප්‍රතුණුවීම ලබා ගැනීම අවශ්‍ය වේ.

#### ප්‍රථමාධාර ලබාදීම සැක්‍රේතය වීද හා විනිශ්චකම

- ප්‍රථමාධාර කුම පිළිබඳ ව සිවායදී අවබෝධයෙක් තිබීම සයානාත්වන්න ප්‍රයාදාවන්න යුතු කාපු කරන්න වීම වැළැකිවීම සුවාවීම සහසු කාපුමට කාපු කිරීම තරුණීය අප්‍රාක්‍රියා ප්‍රීඩුවේ සැක්‍රේතය සැක්‍රේතය වීම වැනි විය සෑවා විනිශ්චකම වීම හා විනිශ්චකම

- ප්‍රථමාධාර යුතුවීම භානියාම හැනී ප්‍රීඩු ප්‍රීඩුවීම සැක්‍රේතය වීද හා විනිශ්චකම වීද හා විනිශ්චකම වීද හා විනිශ්චකම

- ප්‍රථමාධාර යුතුවීම හැනී අනතුර විශිෂ්‍යවලද දී කෙතිම ස්වසනය ලබාදීම වැනි ප්‍රථමාධාර යුතුවීම හැනී නොකිරීම

## ගාගන සූ ප්‍රමාධාර කිහිපයක්

තැපීම හා දේ ගැලීම

දිරා මෙය මති යන රැකිර නාලිකා කාලීන රැකිරුමන් රැකිරය වහනය සාංච්‍රී. ශිරුවක් කුපුමන් නම් කද රතු පැහැයක් නාම් රැකිරය කුපුණු පුදුමක් ද සිදු වේ.

සුරියානමයේ දෙපැන්තන්ම ද. ඩමනියක් කාපුමන් නම් රතු පැහැයි රැකිරය පුදුමක් ද සිදු වේ.

වෙත හඳු ය දසට විරැදු පැන්තන් තහරය තද කර මතියක් කුපුණු විට හඳු ය දසට විරැදු පැන්තන් තහරය පැන්ත විසින් තාක් ඩමනියක් කුපුණු විට තවත් උන්තය ඇති ය.

ඡැඹු වැන්තාලය සිරිසිඝ මෙයේ හෝසිඝ රේද හෝ පිරිසිඝ රේද හෝ සුජුවන් දේ ගෙන තවත් එය හැකි ය.

ඇඟරර අන්තරය දක්වා යමක් අනි කුවාල සිදු වි තිබේ නම් එය ඉවත් එනැකිරුමට වෙබාල ගන්න.

ඡැඹුන් සිදු ව් කුවාල වැඩි සාන්දනවයෙන් සිදු දියරවලින් මෝදීම පැඕ්ත්වන් හෝ එවත් නීති සහිත කෙදි ගෙවෙන දේවලින් තුවාලය සැසිය ප්‍රජන හෝ එවත් තුවාලයෙක් තුවාලය තිබේ නම් කුවාලය අවට සිරිසිඝ වතුරුරුන් හෝ සැබන් සැයාදා සැයාදා භරින්න.

ඡැඹු වැන්තාලය සිදු ව් ස්ථානය අවට සිරිසිඝ වැඩි වතුරුරුන් හෝ සැබන් සැයාදා මෙවෙන වරයක වෙත රෙශිය යන්න.

**සැසිඝ හඳුන වීම**  
අයවීයක් බැඳීම සිදු ව් විට එම ස්ථානයේ  
▪ තද වේදනාවත් ඇතිවේ  
▪ තද ගැනීය නැති ව් යාම  
▪ ආයත්න සන්ධියෙන් ගෝර අංගය නැමීම අපහසු වේ ම

ලම ස්ථානයේ ගෝර භාවිතය වෙනස් වීම වලනය කරන විට සම්මරු විට එම ස්ථානයෙන් හඳුන් තැබීම එම ස්ථානය අවට අනුම විට ඉදිමිම

**පුදුව අස්ථි ක්ර්මය අනුව**  
▪ මව්ප්‍රම පැවත්න කර වෙළීම  
▪ උරුමාවක් යොදීම

- අවශ්‍ය වුවහොත් සමාන ප්‍රමාණවලින් හෝ පනුරු නියමීන පරිදි තබා වෙළීම

**කාරුමික සුරක්ෂිතකාව කෙරෙකි තීක්මය බලපෑම**  
කාරුය පරිදි හා ආයතනවල සේවා කුපුණු කරන පුදුගලයන්ගේ පුරක්ෂිතකාව කෙරෙනි “කරුමාන්තාගාල ආයු පන්න”, මගින් තිතිලය යෙකුවරණය ලබා දී ඇත. හී ලංකා ව්‍යවස්ථා පනත් මාලාවේ කම්කරු හා කාරුමික සුහසයයනාය සිලීද පනත් මාලාව මගින් වැඩි මොරතුරු ලබාගත හැකි ය.

- කරුමාන්තාගාල වාවල ආරක්ෂාව සහ සුහසයයනය සිලීද පනත්
  - 1942 අංක 45 පනත
  - 1946 අංක 22 පනත
  - 1961 අංක 14 පනත
  - 1971 අංක 29 පනත
  - 1976 අංක 12 පනතට අනුව කරුමාන්තාගාල ව්‍යාපෘති කිරීමට ප්‍රජා කම්කරු දෙපැන්තමෙන්තුවේ කරුමාන්තාගාල අංශයේ ප්‍රධාන පරීක්ෂක (ඉංජිනේරු) ගේ අනුමත්තියෙක අනුව තාතු ගෙවනාගිලුලේ විය යුතු ය. මෙම ප්‍රජා සේවකයන්ට පෙනුමක් ඇති කිරීම  
• එක් කම්කරුවෙකුට වැඩ කිරීමට අවශ්‍ය ඉව  
• උස සීමා ආදිය සිලීදව තියෙකර ඇත.
  - 17 වැනි ජේදයේ සිට 45 වැනි ජේදය දක්වා ඇති සේදවලින්
    - කරුමාන්තාගාල වාව ඔහ ඇති වාන්තය
    - ආලේක තක්තවය
    - ජල පහසුක්ම
    - මෙදය පහසුක්ම සිලීදව ද
  - 26 වැනි ජේදයෙන්
    - වැවකර පිරිස් සඳහා පුහුණුව ලබා දීම හා
    - සුපරික්ෂණ මගින් අනුතර වෙකාලීම සිලීදව නියමකර ඇත.