



پیام

گاهنامه

علمی تخصصی انجمن مهندسی بهداشت حرفه‌ای

دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

سال اول / شماره دوم / آبان ماه ۹۸

انجمن علمی مهندسی بهداشت حرفه‌ای

با ما در ارتباط باشید :

@Hjournal

@Osh_association

در این پیام میخوانید :

ارشد حرفه‌ای

آخرین اخبار

فیلم و کتاب

جدول با جایزه

کلمات را قبل از انقضا مصرف کنید

مصاحبه با دکتر ابوالحسن نژاد عضو هیئت علمی

بهداشت حرفه‌ای دانشگاه

t

این شماره از لیام با افتخار و نهایت احترام تقدیم میگردد به تمامی
کارگران زحمت کش سرزمینم
به امید اینکه هیچ کارگری با درد و اندوه کارش را ترک نکند و
سالم و ایمن به آغوش خانواده اش بازگردد./

تیم نشریه لیام



صاحب امتیاز : انجمن علمی مهندسی بهداشت حرفه ای
مدیر مسئول و سردبیر : حمیدرضا زره پوش
هیئت تحریریه : ادریس سلطانی - فاطمه محمدیان - محبوبه آریان مهر - فاطمه طهماسبی
ملیحه مومنی - اکرم فیض آبادی
گرافیک و صفحه آرایی : حمیدرضا زره پوش

از تمامی عزیزانی که ما را در این مسیر همراهی کردند نهایت سپاس را داریم.
نشریه لیام از تمامی دانشجویان رشته مهندسی بهداشت حرفه ای علاقه مند دعوت به همکاری می نماید.
امید است با یاری شما عزیزان بتوانیم نشریه ای جامع و کامل داشته باشیم.
مشتاقانه منتظر پیشنهادات و انتقادات شما دوستان عزیز در جهت ارتقا کیفیت نشریه خودتان هستیم.



بنام تو ...

چه حس غریبی است، یک نفر را از مرگ حتمی نجات می دهی، شب به خانه بر می گردد دختر کوچکش خوشحال از برگشت پدر داد میزند سلام بابایی و بغلش می کند که انگار نه فقط جان دوباره گویی کل دنیا را به او داده ای...

چه حال عجیبی است، وقتی مادری را یاری می دهی تا کمی دیرتر کمرش خم شود و بتواند تا زمان بیشتری خرج خودش و بچه اش را با کار شرافتمندانه تامین کند... چه خوب است دیدن کارگران خسته در پایان شیفت سخت کاری که همگی سالم و لا اقل بدون درد فیزیکی راهی خانه خود می شوند...

کارهای عجیب و معجزه گونه ای می توانیم بکنیم ما مهندسين بهداشت حرفه ای اگر وجدان داشته باشیم...

وجدان، این کلمه پنج حرفی که گاهی کمرنگ می شود در سایه مصلحت اندیشی ها و منافع شخصیمان ولی اگر وجود داشته باشد در بُن یک آدم خیلی از کارها درست تر پیش می رود. یک مهندس بهداشت حرفه ای با وجدان می تواند حوادث شغلی را تا حد زیادی در محل کارش پایین بیاورد و مانند فرشته نجاتی عمل کند که هم کار های تولیدی صنعتش سریعتر و با راندمان بهتری انجام شود و هم کسی کوچکترین آسیبی نبیند چه برسد به اینکه انسانی به علت کارش، جانش را از دست بدهد و خانواده ای از هم بپاشد.

دوستان عزیز وظیفه سنگینی به عهده ماست و باید تلاش کنیم با حس مسئولیت پذیری بالا و وجدان کاریمان آن را به نحو احسن انجام دهیم انشاءالله. قبل از هر تصمیم کاریمان لحظه ای به دور از مصلحت اندیشی ها و منافع خودمان فکر کنیم...

حمیدرضا زره پوش

قسمت اول : آشنایی

مهندسی بهداشت حرفه ای زیر مجموعه ای از انتخاب رشته تجربی است که در آن با پیش بینی ، شناسایی ، ارزیابی و کنترل مخاطرات شغلی در جهت تامین ، حفظ و ارتقا بالاترین سطح سلامت جسمی ، روانی و اجتماعی کارکنان تمام مشاغل فعالیت هایی صورت می گیرد. این فعالیت ها شامل تامین سلامت و امنیت شغلی این افراد در محیط کار می باشد.

متخصصین بهداشت حرفه ای در تلاش هستند فعالیت هایی را در جهت پیشگیری ، حفاظت لازم کارکنان در برابر مخاطرات شغلی ناشی از عوامل زیان آور محیط کار را مد نظر قرار دهند و الگوهای پیش پا افتاده در این جهت را هم اصلاح کنند. در هر مجموعه ای که فعالیت شغلی و صنعتی وجود داشته باشد نیاز به شغل بهداشت حرفه ای احساس خواهد شد.

مهندسی بهداشت حرفه ای یکی از رشته هایی است که فارغ التحصیلان به ندرت در آن غیر شاغل هستند و میتوان به جرات ادعا کرد بهداشت حرفه ای بازار کار خوبی دارد. رعایت نکات ایمنی در صنایع و کارگاه ها و ایمنی صنعتی کارکنان، استاندارد سازی و ممیزی مراکز تولیدی و پیشگیری از اثرات مخرب بعضی از مواد شیمیایی و فیزیکی که میتواند در دراز مدت عوارض جبران ناپذیری بر سلامت افراد به جا بگذارد، تنها بخشی از فعالیت های افراد متخصص این رشته دانشگاهی می باشد.

بر اساس دفترچه آزمون کارشناسی ارشد بهداشت حرفه ای در سال ۹۷، کارشناس بهداشت حرفه ای می تواند ارشد رشته های زیر را بخواند:

آموزش بهداشت، ارگونومی، اکولوژی انسانی، فیزیولوژی، بهداشت حرفه ای سم شناسی محیط، مهندسی بهداشت محیط، سم شناسی پزشکی، آموزش پزشکی، مدیریت سلامت ایمنی و محیط زیست (HSE)، تاریخ علوم پزشکی، رفاه اجتماعی پدافند غیرعامل در نظام سلامت، برنامه ریزی یادگیری الکترونیکی در علوم پزشکی غیر از کارشناسان بهداشت حرفه ای که در ارشد و دکترا می توانند ادامه تحصیل کنند، کارشناسان بهداشت محیط، ایمنی صنعتی، مهندسی صنایع، مکانیک و شیمی هم می توانند ارشد و دکترای بهداشت حرفه ای را بخوانند.

رتبه		نمره کل نراز به درصد (80 درصد کتبی- 20 درصد معدل)		رتبه در سهمیه		رتبه در کل		نویسجات	
مهندسی بهداشت حرفه ای		98.940		1		1		مجازیه انتخاب کلیه دانشگاههای پذیرنده رشته امتحانی می باشد	
نمره خام دروس امتحانی به درصد									
رتبه	1درس	2درس	3درس	4درس	5درس	6درس	7درس	8درس	
مهندسی بهداشت حرفه ای	بهداشت حرفه ای 30,612	فیزیک 35,294	شیمی 41,667	ارگونومی 22,222	ریاضی 63,158	زبان عمومی 71,667	0.000	0.000	

کارنامه رتبه ۱ کنکور ارشد سال ۹۷

آب و فاضلاب (شامل انتقال و توزیع آب،
جمع آوری فاضلاب، تصفیه آب و فاضلاب) (۲)
شیمی و میکروبیولوژی آب و فاضلاب (۱)
مدیریت مواد زائد جامد؛ سمی و خطرناک (۱)
زبان انگلیسی (۲)

محبوبه آریان مهر



فرسودگی شغلی بیماری اعلام شد.

سازمان جهانی بهداشت (WHO) فرسودگی شغلی یا کارزدگی را به طور رسمی یک بیماری اعلام کرد.

این سازمان که در حال حاضر مجمع جهانی بهداشت را در ژنو برگزار می‌کند، یک سال پس از توصیه کارشناسان جهانی سلامت، فرسودگی شغلی را به فهرست خود در طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها (ICD) اضافه کرد.

این بیماری از سال ۲۰۲۲ میلادی به طور جهانی به رسمیت شناخته خواهد شد و نمونه‌هایی برای تشخیص، درمان و پوشش‌دهی علائم فرسودگی شغلی برای ارائه‌دهندگان خدمات درمانی و بیمه‌گران فراهم خواهد شد.

سازمان جهانی بهداشت، فرسودگی شغلی را استرس مزمن محیط کار که به درستی مدیریت نشده است توصیف کرده و سه نشانه زیر را برای آن در نظر گرفته است:

- احساس کمبود انرژی، خستگی و فرسودگی
- افزایش فاصله روحی با شغل یا احساسات منفی‌گرایی یا احساس پوچی نسبت به شغل
- کاهش کارآمدی حرفه‌ای و شغلی

در فهرست طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها (ICD) به این نکته اشاره شده که فرسودگی شغلی به طور خاص پدیده‌ای در محیط کاری بوده و نباید برای توصیف تجربیات مشابه در دیگر زمینه‌های زندگی به کار برده شود.

به گفته مولفان این فهرست، این بیماری با دیگر اختلالات تطبیقی، اختلالاتی که به طور خاص با استرس مرتبط اند، اختلالات مرتبط با اضطراب یا ترس و اختلالات خلقی که همگی طبقه‌بندی مخصوص به خود را دارند، متمایز است.

بنا بر گزارش دیلی میل، طارق یاسارویچ، سخنگوی سازمان جهانی بهداشت نیز اظهار کرده که این نخستین باری است که فرسودگی شغلی به طور رسمی در فهرست طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها (ICD) به رسمیت شناخته شده است.

همچنین اعتیاد به بازی‌های ویدئویی نیز به عنوان یک بیماری در فهرست فوق قرار گرفت

اضافه کاری خطر ابتلا به افسردگی شدید را افزایش می‌دهد.

افرادی که روزانه ۱۱ ساعت و بیشتر کار می‌کنند دو برابر آن‌هایی که ۷-۸ ساعت مشغول به کار هستند در خطر ابتلا به افسردگی شدید قرار دارند.

به گزارش ایرنا، پژوهشگران موسسه سلامت شغلی و دانشگاه کالج لندن در یک تحقیق ۲۰۰۰ کارمند انگلیسی میان سال را مورد بررسی قرار دادند، آن‌ها پس از تحقیقات گسترده به ارتباط بین اضافه کاری و زیاد کردن با افسردگی پی بردند.

حوادث کار در بخش معدن ۸ برابر دیگر فعالیت‌هاست

معاون روابط کار وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس شورای عالی حفاظت فنی در پیامی به همایش ایمنی در معادن که روز چهارشنبه (ششم شهریور) در کرمان برگزار شد، عنوان کرد: حوزه معادن و به ویژه معادن زغال‌سنگ به دلیل ماهیت حاکم بر عملیات استخراجی، در زمره یکی از پر ریسک‌ترین فعالیت‌های اقتصادی در نگاه ملی و بین‌المللی جای می‌گیرد.

حاتم شاکرمی در پیام خود نوشته است: با گذشت بیش از یک قرن از تاسیس سازمان بین‌المللی کار (ILO) و ارتباط موضوعی حدود نیمی از مصوبات آن سازمان با مقوله ایمنی و بهداشت کار، همچنان شاهد مرگ روزانه حدود ۷۵۰۰ کارگر در جهان بر اثر حوادث و بیماری‌های شغلی هستیم که بیانگر مسیر طولانی در دستیابی به آرمان کار بدون حادثه است.

در ادامه پیام او آمده است: در این راستا با وجود افزایش سطح آگاهی عمومی و توسعه مقررات ملی و بین‌المللی مرتبط با حوزه ایمنی و سلامت شغلی لیکن همواره رعایت اصل سه جانبه‌گرایی به عنوان محور موفقیت در به کارگیری ساختارهای مقرراتی مورد توجه دولت‌ها قرار داشته است. رئیس شورای عالی حفاظت فنی عنوان کرده است: میزان مخاطرات کاری با توجه به نوع فعالیت در مشاغل مختلف متفاوت است و در این میان حوزه معادن و به ویژه معادن زغال‌سنگ به دلیل ماهیت حاکم بر عملیات استخراجی، در زمره یکی از پر ریسک‌ترین فعالیت‌های اقتصادی در نگاه ملی و بین‌المللی جای می‌گیرد و گزارش‌های آماری حوادث ناشی از کار در سطح جهان نیز نشان می‌دهد نرخ رخداد حوادث در این بخش حدود هشت برابر دیگر فعالیت‌های اقتصادی است.

ایمنی حمل و نقل

مقدمه

روند رو به رشد توسعه تکنولوژی استفاده از فرایندهای تولیدی مختلف و به تبع آن مواد اولیه گوناگون را ایجاب می نماید. از آنجا که بیشتر مواد مورد استفاده در صنایع نفت، گاز، پتروشیمی و صنایع وابسته دارای ماهیت خطرناک (قابل اشتعال، قابل انفجار، سمی، رادیواکتیو، اکسید کننده و ...) هستند، ذخیره سازی، حمل و نقل و استفاده از این مواد نیاز به برنامه ریزی ویژه دارد. در این بین، حمل و نقل مواد خطرناک به لحاظ شرایط خاص، از اهمیت بسزایی برخوردار است دارد. تماس نزدیک تر و بیشتر با جامعه و مردم، تأثیرات زیست محیطی مشهودتر، دوری از تأسیسات شرکت و عدم دسترسی به تجهیزات و امکانات موجود برای مواجهه با حوادث احتمالی از جمله شرایطی هستند که برنامه ریزی و به عبارت بهتر مدیریت حمل و نقل مواد خطرناک را اهمیتی دو چندان بخشیده است. در این مجموعه سعی بر آن است که با ارائه راهکارهای مناسب کلیه مراحل حمل و نقل مواد خطرناک با نگرشی نظام مند تحت یک مدیریت موثر قرار گیرد.

هدف

هدف از تدوین این دستورالعمل ارائه راهنمایی های کاربردی به منظور لحاظ کردن الزامات ایمنی، بهداشتی و زیست محیطی در حمل و نقل مواد خطرناک (طبق تعاریف ارائه شده در متن دستورالعمل) است. این دستورالعمل برای استفاده در کلیه زیرمجموعه های وزارت نفت شامل چهار شرکت اصلی، شرکتهای فرعی و تابعه و نیز عملیات پیمانکاری تدوین گردیده است. این دستورالعمل ذخیره سازی و استفاده از مواد خطرناک را تحت پوشش قرار نمی دهد.

طرح کلی مدیریت HSE در حمل و نقل مواد خطرناک

تدوین یک بیانیه خط مشی مکتوب که از طرف مدیریت ارشد سازمان حمایت می گردد. ایجاد و به کارگیری مقررات HSE و نیز اتخاذ تدابیری برای ضمانت اجرای مقررات تدابیری جهت بازنگری دوره ای مقررات، روش های اجرایی و خط مشی های HSE ابراز آشکار حمایت ها و علاقمندیها در زمینه الزامات HSE در حمل و نقل مواد خطرناک مشخص کردن یک هماهنگ کننده (مسئول/مدیر) ویژه HSE برای حمل و نقل مواد خطرناک و دادن اختیارات لازم به وی جهت پیاده سازی برنامه ایمنی حمل و نقل مواد خطرناک پیاده سازی خط مشی و روش های اجرایی که بوسیله آن نقش ها و مسئولیت ها در ارتباط با HSE حمل و نقل مواد خطرناک در همه سطوح سازمان به منظور اطمینان از انطباق با استانداردها و قوانین مربوطه قابل پایش باشد.

تشریح روش کد گذاری

یکی از روش های معمول برای شناسایی مواد خطرناک استفاده از سیستم کد گذاری است. این سیستم را می توان به صورت درون شرکتی تدوین نمود یا از سیستم های ملی یا بین المللی استفاده نمود.

معرفی کد بین المللی UN

عدد UN یک سیستم کدگذاری عددی چهار رقمی است که بصورت بین المللی برای شناسایی کالاهای خطرناک وضع شده است که بوسیله آن بتوانیم به ماهیت کالای خطرناک دسترسی یابیم. این اعداد از UN ۰۰۰۱ تا UN ۳۵۰۰ بوده و از سوی کمیته تخصصی حمل و نقل کالاهای خطرناک ملل متحد DOT مشخص شده است. در این سیستم ممکن است یک عدد UN اختصاصاً مربوط به یک ماده باشد (مانند فنل با UN ۱۶۷۱). گاهی نیز یک عدد ممکن است متعلق به گروهی از مواد با خطرات مشابه باشد. در مواردی چنانچه ماده ای در حالت های جامد و مایع خصوصیات متفاوتی داشته باشید ممکن است اعداد مختلفی را به خود اختصاص دهد.

حمل مواد شیمیایی

طبقه بندی مواد خطرناک

طبقه ۱

این طبقه به سه دسته طبقه بندی می شوند
- مواد و محصولات منفجره
- محصولات و کالاهایی که با مواد منفجره انباشته گردیده اند
- محصولات و کالاهایی که ایجاد آتش سوزی و احتراق می نمایند

طبقه ۲

این طبقه شامل گاز های تحت فشار مایع نشده و گاز های نامحلول تحت فشار می شود

طبقه ۳

این طبقه شامل مایعات قابل اشتعال می شود

طبقه ۴

این طبقه به سه دسته تقسیم بندی می شوند
- جامدات قابل اشتعال
- موادی که قابلیت آتش سوزی و آتش افروزی خودبه خود داشته باشند
- موادی که بر اثر تماس با آب یا مجاورت با رطوبت گاز های قابل اشتعال تولید کنند

طبقه ۵

به دو دسته تقسیم بندی می شوند
- موادی که باعث ایجاد زنگ زدگی می شوند
- پراکسید های آلی

طبقه ۶

به دو دسته تقسیم بندی می شوند
- محصولات سمی
- مواد و محصولات متعفن که باعث ایجاد و نشر بیماری های عفونی می گردند

طبقه ۷

مواد رادیواکتیو

طبقه ۸

مواد خدرنده و اسید ها

طبقه ۹

مواد و محصولات خطرناک متفرقه



چنانچه در تصویر مشاهده می شود با یک کامیون حمل کالای خطرناک مواجه هستیم که یک پلاک نارنجی رنگ بر روی تانکر آن نصب می باشد و در این تابلو با دو کد ۱۲۰۳ و ۳۳ روبرو هستیم که عدد ۱۲۰۳ مربوط به سیستم UN بوده و مربوط به بنزین می باشد. در بالای کد UN نیز با عدد ۳۳ برخورد می کنیم که کد KEMLER نام دارد تحلیل آن به شرح زیر می باشد :

۳ = مایعات قابل اشتعال

تکرار یک کلاس خطر به معنای بالا بودن خطر آن گروه است.

۳۳ = مایعات با قابلیت اشتعال بالا

به عنوان مثال برخی از کدهای بین المللی حمل جاده ای مواد خطرناک عبارتند از:

۳۰ ۱۲۰۱ نفت کوره

۳۰ ۱۲۰۲ نفت گاز

۳۳ ۱۲۰۳ بنزین (معمولی و سوپر)

۳۰ ۱۲۲۳ نفت سفید

۳۳۶ ۱۲۳۰ متانول

۳۰ ۱۸۶۳ سوخت هوایی

بهداشت حرفه ای در بیمارستان

تتبع وظایف کارکنان بهداشت حرفه ای در بیمارستان ها



۱. تشکیل کمیته حفاظت فنی و بهداشت کار و طرح مسائل و مشکلات در جلسات کمیته
۲. پیگیری موارد مطرح شده در کمیته حفاظت فنی و بهداشت کار
۳. تهیه و تدوین خط مشی های بهداشت حرفه ای بیمارستان
۴. تهیه و تدوین برنامه عملیاتی با همکاری اعضا و اجرای آن مطابق جدول زمانبندی
۵. تهیه و تدوین دستورالعمل های اجرایی آمادگی و مدیریت واکنش در شرایط اضطراری
۶. ارزیابی ریسک در واحد های مختلف بیمارستان
۷. شناسایی شغل های موجود در بیمارستان و تعداد پرسنل هر شغل بر اساس تماس با عوامل زیان آور

محیط کار

۸. بازدید روزانه از بخش ها ، تهیه گزارش و تکمیل چک لیست های مربوطه و اعلام کلیه ایرادات و نواقص حفاظتی و بهداشتی و ارائه پیشنهادات لازم جهت رفع آنها و انجام پیگیری های مربوطه
۹. شناسایی عوامل زیان آور محیط کار، پیگیری در خصوص اندازه گیری آنها و ارائه اقدامات کنترلی
 - a. مخاطرات فیزیکی
 - b. مخاطرات شیمیایی
 - c. مخاطرات بیولوژیکی
 - d. مخاطرات ارگونومیک، روانی - اجتماعی و فاکتورهای سازمانی
۱۰. نظارت بر نحوه اندازه گیری عوامل زیان آور بر اساس اهداف از پیش تعیین شده با توجه به اصول و شرایط اندازه گیری
۱۱. تهیه MSDS مواد شیمیایی و استفاده در بخش های مختلف و آموزش آنها به پرسنل در معرض
۱۲. ارسال یک نسخه از کلیه اقدامات انجام شده و نتیجه اندازه گیری عوامل زیان آور محیط کار به معاونت بهداشتی
۱۳. برچسب گذاری مواد شیمیایی و نظارت بر طبقه بندی مناسب محلول های شیمیایی
۱۴. نظارت بر تهیه و استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی متناسب با هر بخش بیمارستان و همچنین نصب پوسترهای آموزشی بهداشتی و حفاظتی در محیط کار
۱۵. تهیه پیش نویس دستورالعمل جهت انجام معاینات پرسنل (قبل از استخدام و دوره ای) برای شغل های موجود و تهیه جدول آزمایشات اختصاصی به تفکیک نوع شغل
۱۶. مستندسازی اقدامات و پیگیری های بهداشتی انجام شده در بیمارستان
۱۷. نظارت بر انجام معاینات پزشکی قبل از استخدام و دوره ای بر اساس دستورالعمل و تشکیل پرونده بهداشتی پرسنل
۱۸. اعلام موارد مشکوک بیماری های شغلی به مدیر بیمارستان و مراکز مربوطه
۱۹. تهیه دستورالعمل های ایمنی تجهیزات ، ساختمان، تجهیزات حمل و نقل و ...
۲۰. ثبت آمار حوادث در بخش های مختلف بیمارستان ، پیگیری و ارائه راه حل جهت پیشگیری از موارد مشابه
۲۱. همکاری مستمر در سیستم مدیریت کیفیت، حاکمیت بالینی، اعتبار بخشی و سایر امور مربوطه
۲۲. تهیه و تدوین نیاز های آموزشی کارکنان در زمینه بهداشت حرفه ای
 - a. آموزش عوامل زیان آور محیط کار و بیماری های شغلی به تفکیک بخش های بیمارستان
 - b. آموزش نحوه صحیح استفاده از MSDS در مواجهه با عوامل زیان آور شیمیایی
 - c. آموزش نحوه صحیح حمل بار
 - d. آموزش کارکنان در طی دوران حاملگی
 - e. آموزش دستورالعمل مدیریت خطر در شرایط اضطراری
 - f. آموزش موارد کاربرد و راهنمای عملی استفاده از وسایل حفاظتی (گان، ماسک، محافظ چشم، دستکش، کفش و روپوش)
 - g. آموزش رعایت الزامات بهداشتی - ایمنی کارکنان در صورت تماس با خون و مایعات و بافت های بدن
 - h. آموزش نحوه صحیح ریختن مایعات از ظرفی به ظرف دیگر
۲۳. به روز رسانی اطلاعات و آگاهی کارکنان واحد بهداشت حرفه ای و ارتقاء سطح آگاهی کارکنان این واحد از طریق شرکت در دوره های آموزشی
۲۴. شرکت در کلیه جلسات آموزشی و بازآموزی، همایش ها و جلسات کمیته های تخصصی



مسابقه



جدول ایمنی

۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
		**						*		۱
										۲
		*								۳
					*					۴
		*								۵
						*				۶
				*				*		۷
	*									۸
								*		۹
*					*					۱۰

طراح:
فاطمه محمدیان

به ۲ نفر از عزیزانی که پاسخ درست جدول را برای پیام ارسال کنند به قید قرعه جایزه اهدا خواهد شد.

@HJournal

افقی :

۱. پرنده نجار - طلای سیاه
۲. حیوانی نجیب - حرف مفعول
۳. خیلی صریح - شهر شاه عبدالعظیم - شکننده و ظریف
۴. نوعی گل - شکوه و شکایت
۵. معدن سنگ مرمر بیرجند - رنگ آرامش
۶. بیماری مشترک انسان و دام - بالا آمدن
۷. ناشنوا - ورود هوا به داخل ریه
۸. زیارت کعبه - نوعی بستنی
۹. آزاد - هر قیام از نماز که رکوع در آن باشد
۱۰. دلاوری و مردانگی - وسیله ای با تیغه نازک فلزی دندانه دار

عمودی :

۱. ثروتمند - دوباره کاری
۲. Wet collector
۳. پروردگار - خزنده ای کوچک - محل نزول قرآن
۴. پسر به زبان گیلانی - سعی و تلاش
۵. سیاهرگ - حرف نهی - علامت جمع مونث
۶. یکی از حروف اضافه متمم ساز - گرم
۷. نوساناتی که با افزایش زمان دامنه آن کاهش می یابد
۸. از سوزاندن پوست آن برای تولید زغال سنگ (کربن فعال) استفاده می شود
۹. قلب - امانت
۱۰. افزایش درجه حرارت بدن - انیس

قدیم‌ها يك كارگر داشتم كه خیلی می‌فهمید.
اسمش قاسم بود. از جای خیلی دوری کوبیده بود و آمده بود تهران برای
کارگری.
اول‌ها ملات سیمان درست می‌کرد و می‌برد وردست اوستا.
جنم داشت.
بعد از چهار ماه شد همه‌کاره کارگاه:
حضور و غیاب کارگرها، کنترل انبار، سفارش خرید.
همه چیز.

قشنگ حرف می‌زد.
دایره لغات وسیعی داشت.
تن صدایش هم خوب بود، شبیه آلن دلون.
اما مهم‌ترین خاصیتش همان بود که گفتم:
قشنگ حرف می‌زد.
يك بار كارگر مُقْنی قوچانی‌مان رفت توی يك چاه شش‌متری كه خودش
کنده بود.
بعد خاك آوار شد روی سرش.

قاسم هم پرید به رئیس کارگاه خبر داد. رئیس کارگاه رنگش شد مثل پنیر
لیقوان.
حتی یادش رفت زنگ بزند آتش‌نشانی.
قاسم موبایل رئیس کارگاه را از روی کمرش کشید و خودش زنگ زد.
گفت كه: «كارگرمان مانده زیر آوار».
خیلی خوب و خلاصه گفت.
تهش هم گفت: «مقنی‌مان دو تا دختر دارد. خودش هم شناسنامه ندارد. اگر
بمیرد، دست یتیم‌هایش به هیچ جا بند نیست.»

بعد قاسم رفت سر چاه تا كمك كند برای پس‌زدن خاك‌ها.
خاك كه نبود! گل رس بود و برف یخ‌زده چهار روز مانده.

تا آتش‌نشانی برسد، رسیده بودند به سر مقنی. دقیقاً زیر چانه‌اش.
هنوز زنده بود.

اورژانس چی هم آمد و يك ماسك اكسیژن زد روی دك‌وپوزش.
آتش‌نشان‌ها گفتند چهار ساعت طول می‌كشد تا برسند به میچ پایش و
بكشندش بیرون.
چهار ساعت برای چاهی كه مقنی دوساعته و يك نفره كنده بودش!

بعد هم شروع کردند.
همه چیز فراهم بود:

آتش‌نشان بود. پرستار بود. چای گرم بود. رئیس کارگاه هم بود.

فقط امید نبود.
مقنی سردش بود و ناامید.

قاسم رفت روی برف‌ها کنارش خوابید
و شروع کرد خیلی قشنگ و آلن دلونی
برایش حرف زد.
حرف كه نمی‌زد!
لا‌کردار داشت برایش نقاشی می‌کرد.
می‌خواست آسمان ابری زمستان
دم غروب را آفتابی كند و رنگش كند.
می‌خواست امید بدهد.

همه می‌دانستند خاك رس و برف چهار روزه چقدر سرد است.
مخصوصاً اگر قرار باشد چهار ساعت لای آن باشی.
دو تا دختر فسقلی هم توی قوچان داشته باشی، بی‌شناسنامه.

اما قاسم كارش را خوب بلد بود.
خوب می‌دانست كلمات منبع لایتناهی انرژی و امیدند، اگر درست
مصرف‌شان كند.

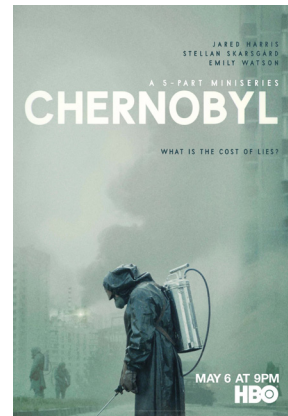
چهار ساعت تمام ماند کنار مقنی و ریزریز دنیای خاكستری و واقعی
دوروبرش را برایش رنگ كرد:
آبی، سبز، قرمز.

امید را گاماس‌گاماس تزریق كرد زیر پوستش.
چهار ساعت تمام.

مقنی زنده ماند.
بیشتر هم به‌همت قاسم زنده ماند.

آدم‌ها همه توی زندگی يك قاسم می‌خواهند برای خودشان.
زندگی از ازل تا ابد خاكستری بوده و هست.
فقط این وسط یکی باید باشد كه
به‌دروغ هم كه شده، رنگ بپاشد روی این‌همه ابر خاكستری.

رمز زنده ماندن زیر آوار زندگی فقط كلمات هستند.
كلمات را قبل از انقضا، درست مصرف كنید.
قاسم زندگی‌تان را پیدا كنید.



عنوان فیلم : چرنوبیل

کارگردان : Craig Mazin

محصول : انگلستان، ایالات متحده آمریکا

فاجعه چرنوبیل یک حادثه هسته‌ای بود که در تاریخ ۲۶ آوریل ۱۹۸۶ (۶ اردیبهشت ۱۳۶۵) در رآکتور هسته‌ای شماره ۴ در نیروگاه چرنوبیل که در نزدیکی شهر پریپیات و در شمال اوکراین واقع شده بود، رخ داد. این فاجعه یکی از دو بحران هسته‌ای است که بر اساس مقیاس گر رویدادهای بین‌المللی هسته‌ای و رادیولوژیک، در گروه شماره ۷ (بالاترین مقیاس) طبقه‌بندی شده است. این درجه نشان‌دهنده «حادثه عظیم» است؛ به معنی «انتشار عمده مواد رادیواکتیو با اثرات گسترده بهداشتی و زیست‌محیطی که نیازمند اقدامات برنامه‌ریزی شده فوری و طولانی‌مدت در جهت مقابله است»

چرنوبیل نه یک حادثه، که نتیجه‌ی یک سری اشتباهات انسانی بوده است. «چرنوبیل» در استخراج کردن عصاره‌ی این واقعه‌ی تاریخی فارغ از اینکه چقدر به جزییات وفادار است یا نه، حرف ندارد. دستاوردی که به نظرم این سریال را در کنار قهرمانان چرنوبیل قرار می‌دهد.

پ ن : در لیام بعدی بطور مفصل در مورد حادثه چرنوبیل و علل آن صحبت خواهد شد.



فیلم

و

کتاب

نام کتاب: مهندسی روشنایی

مولف: دکتر رستم گل محمدی

ناشر: انتشارات دانشجو همدان

نوبت چاپ: دوم ۱۳۸۶

قیمت : ۲۰۰۰۰ تومان

در کتاب حاضر حتی الامکان مباحث کوتاه بیان شده و شرح آن در قالب مثال و پروژه آورده شده است. در تدوین کتاب هم از منابع متنوع و روز و کتب شمالی IESNA که مرجع جهانی روشنایی است استفاده شده است. مطالبی از پایگاه‌های اینترنت جهانی به آن اضافه شده است. در زمینه طراحی روشنایی طبیعی که یکی از ارکان مهم بهره‌وری انرژی در کشور است سعی شده تا مطالب به صورت کاربردی بیان گردد و فصل مجزایی نی برای جنبه‌های محیط زیست روشنایی و آلودگی‌های نور در کتاب گنجانده شود. طراحی روشنایی مصنوعی داخلی، محوطه‌ای و معابر به طور مجزا با ذکر مثال‌های متعدد و پروژه آورده شده است. در تمام فصول ده گانه کتاب تلاش گردیده است که مطالب نظری با شیوه‌ی ابدایی با جنبه‌های علمی و کاربردی، در حد توان و تجربه علمی امیخته گردد.

سرفصل‌های این کتب به صورت زیر هستند:

فصل اول: مبانی نور و روشنایی

فصل دوم: کمیات اندازه‌گیری و روشنایی

فصل سوم: بینایی و روشنایی

فصل چهارم: منابع روشنایی مصنوعی

فصل پنجم: اندازه‌گیری و ارزیابی روشنایی

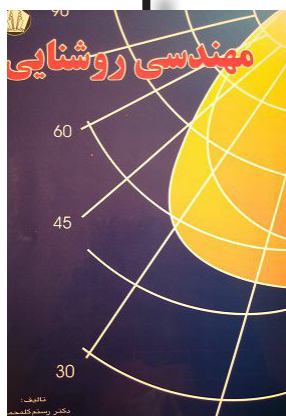
فصل ششم: روشنایی و محیط زیست

فصل هفتم: طراحی روشنایی طبیعی

فصل هشتم: طراحی روشنایی محوطه‌ها

فصل نهم: طراحی روشنایی مصنوعی داخلی

فصل دهم: طراحی روشنایی معابر



نشریه لیام - شماره دوم - سال اول (پیاپی ۱۳۹۸) - صفحه ۱۱



تاریخچه:

شرکت کویر تایر در اواخر سال ۱۳۶۶ با سرمایه اولیه یک میلیون ریال تأسیس گردید و عملیات اجرایی احداث کارخانه براساس موافقت اصولی صادره از وزارت صنایع و با ظرفیت اسمی ۲۵,۵۰۰ تن از نیمه دوم ۱۳۷۰ در زمینی به مساحت ۱۱۲ هکتار در شهرستان بیرجند آغاز گردید و در نوزدهم مهر ماه سال ۱۳۷۷ با صرف ۳۵۰ میلیارد ریال سرمایه‌گذاری ریالی و ارزی ۸۴ میلیون دلار به بهره‌برداری رسید.

شرکت کویر تایر بزرگترین واحد صنعتی استان خراسان جنوبی است که در حال حاضر بیش از ۱۵ درصد از تایر تولیدی کشور (به لحاظ وزنی) و بیش از ۲۲ درصد از تایر تولیدی کشور (به لحاظ تعدادی) در این کارخانه تولید می‌گردد.

دانش فنی و ماشین آلات:

شرکت کویر تایر اولین شرکت تیرساز ایرانی است که دانش فنی طراحی و تولید تایرهای رادیال بت سیمی و بدون تیوب سواری (نسل برتر تایر) را از شرکت ماتادور اسلواکی، یکی از خوشنام‌ترین شرکتهای اروپا، خریداری نموده است.

ماشین‌آلات و تجهیزات نصب شده در خط تولید شرکت کویر تایر از برندهای مشهور اروپا و ژاپن با تکنولوژی‌های نوین خریداری شده است که به علت مجهز بودن به سیستم‌های پیشرفته کنترلی و ابزار دقیق از جهات متعددی در صنعت تایر کشور منحصر به فرد می‌باشد.

از آنجایی که تایر یک قطعه ایمنی در خودرو محسوب می‌شود، به منظور حصول اطمینان از کیفیت محصولات تولیدی، کلیه فرآیندهای تولید مجهز به سیستم‌های هوشمند کنترل کیفیت بوده و تجهیزات مدرنی در آزمایشگاه‌ها و واحد ارزیابی محصول این شرکت مورد بهره‌برداری قرار می‌گیرد.

کارخانه کویر تایر بیرجند



ماموریت:

طراحی و تولید انواع تایرهای سواری و وانتی رادیال بت سیمی با استفاده از تکنولوژی روز دنیا به منظور تامین الزامات شرکت‌های خودروساز داخلی و مصرف کنندگان تایر در صنعت حمل و نقل درون/برون شهری و ارائه خدمات پس از فروش به کلیه خریداران و مصرف کنندگان تایرهای تولیدی با تاکید بر خلاقیت و نوآوری سرمایه‌ها از جمله منابع انسانی سازمان، استفاده از تجربیات، مهارت‌ها و دانش فنی موجود و تامین الزامات ذی‌نفعان

چشم‌انداز تا سال ۱۴۰۰:

انتخاب اول شرکت‌های خودروساز داخلی برای تامین تایرهای OE (تجهیزی) و سایر مشتریان برای تامین تایرهای تعویضی (Replacement) و حضور موفق در بازارهای منطقه‌ای

اشتغال زایی:

شرکت کویر تایر به عنوان بزرگترین واحد صنعتی و تولیدی استان خراسان جنوبی زمینه اشتغال مستقیم و تمام وقت ۱۲۰۰ نفر و اشتغال غیر مستقیم ۲۰۰۰ نفر را فراهم نموده است. همچنین در این کارخانه از توانمندی ۱۵۰ کارشناس، کارشناس ارشد و دکترا در رشته‌های مختلف و با تجربه بالا که عمدتاً از دانشگاه‌های معتبر کشور با بالاترین رتبه‌های علمی فارغ التحصیل شده اند، استفاده می‌گردد.

ظرفیت تولید:

ظرفیت پروانه بهره برداری شرکت در حال حاضر ۲۷۹۰۰ تن انواع تایر و نوار دور رینگ (فلپ) در سال می‌باشد که با تلاش و همت مدیران، کارشناسان و کارکنان سخت‌کوش این مجموعه، تولید سالیان اخیر آن با راندمان حدود ۹۲ درصد ظرفیت قابل دسترس سالیانه، صورت پذیرفته است.

گواهینامه‌ها و پروانه‌های کیفی:

پروانه تحقیق و توسعه از وزارت صنعت، معدن و تجارت

پروانه کاربرد علامت استاندارد ملی از سازمان ملی استاندارد ایران

گواهینامه انطباق با معیار مصرف انرژی از سازمان ملی استاندارد ایران

گواهینامه تطبیق سیستم مدیریت با استاندارد ISO ۹۰۰۱-۲۰۰۸ از شرکت DQS آلمان

گواهینامه تطبیق سیستم مدیریت محیط زیست با استاندارد ISO ۱۴۰۰۱:۲۰۰۴ از شرکت DQS آلمان

گواهینامه تطبیق سیستم مدیریت کیفیت با استاندارد ISO/TS: ۲۰۰۹ ۱۶۹۴۹ از شرکت DQS آلمان

گواهینامه تطبیق سیستم مدیریت ایمنی و بهداشت حرفه ای با استاندارد ISO ۲۰۰۷: ۱۸۰۰۱ از شرکت DQS آلمان

گواهینامه تطبیق سیستم مدیریت انرژی با استاندارد ISO ۵۰۰۱ از شرکت DQS آلمان

گواهینامه استقرار نظام مدیریت بهداشت، ایمنی و محیط زیست بر اساس استاندارد HSE-MS از شرکت AGS انگلستان

گواهینامه سیستم مدیریت کیفیت، پایش و اندازه گیری رضایت مندی مشتریان بر اساس استاندارد ISO ۲۰۱۰: ۱۰۰۰۴ از شرکت AGS انگلستان

مجوز صدور تایر به اتحادیه اروپا (E- Mark)

منبع: سایت کویر تایر

پنج پیشنهاد برای بهبود عملکرد مسئول بهداشت حرفه ای

پیشنهاد اول:

خودتان را به مدیرتان معرفی کنید. همیشه و همه جا خودتان را آنگونه که شایسته شماست معرفی کنید. شرح آنکه چه تحصیلاتی، چه اطلاعاتی و از همه مهم تر چه مهارتهایی دارید برای مدیر شما بسیار مهم است.

پیشنهاد دوم:

هدف خود را در محیط کار بطور واضح و روشن شرح دهید، هرگز بدون داشتن هدف مشخص موفقیتی در انتظار شما نیست. هدف بلند مدت بهداشت حرفه ای ارتقا و حفظ سلامت همه کارکنان است. اهداف کوتاه مدت شما هم در محل کار باید بر این مبنا تعیین شود. اهداف خود را تعیین و تدوین کرده و به مدیرتان هم به وضوح و روشنی اطلاع دهید. اهداف شما و اهداف مدیر شما باید هماهنگ باشند.

یک اصل مهم:

هرگز یک مسئول بهداشت حرفه ای در کارش موفق نمیشود مگر: در تدوین اهداف خود با مدیر کارگاه به توافق برسد
یک راهنمایی: بهتر است قبل از شروع به کار از مدیرتان خیلی واضح و روشن بپرسید: هدف شما از ایجاد واحد ایمنی و بهداشت در کارگاه چیست؟ سپس هدف مدیر را با اهداف کلاسیک بهداشت حرفه ای مقایسه کرده و در نهایت به یک نتیجه واحد برسید.
وجود تضاد در اهداف مدیریت و اهداف بهداشت حرفه ای موفقیت شما را مختل میکند بصورت کلاسیک هدف از انجام فعالیتهای بهداشت حرفه ای در محیط کار عبارت است از:

۱- حصول اطمینان از سلامت نیروی کار و کنترل بیماریها و حوادث ناشی از کار

۲- حصول اطمینان از سلامت محیط کار و کنترل عوامل بیماریزا و حادثه آفرین.

هدف اول: حصول اطمینان از سلامت نیروی کار و کنترل بیماریها و حوادث ناشی از کار. هدف دوم: حصول اطمینان از سلامت محیط کار و کنترل عوامل بیماریزا و حادثه آفرین.

توصیه هایی برای تازه کارها:

برای توصیف وضعیت ایمنی و بهداشت محیط کار هرگز از جملات کلی استفاده نکنید. نگوئید: امسال ایمنی این کارگاه بهتر شده است.

بگوئید: حوادث امسال در این کارگاه نسبت به سال گذشته ۲۰ درصد کاهش یافته است.

نگوئید: کارگران باید از کفش ایمنی استفاده کنند.

بگوئید: باتوجه به خطراتی از قبیل سطوح لغزنده موانع متعدد و خطر سقوط اشیاء کارگران باید از کفش ایمنی با این مشخصات استفاده کنند.

و هرگز فراموش نکنید:

برای رسیدن به اهدافی که تعیین کرده اید باید بصورت گروهی فعالیت کنید.

بهداشت حرفه ای یک شغل است ولی یک وظیفه نیست.

بهداشت حرفه ای مجموعه ای است از وظایف متعدد که هرگز توسط یک نفر قابل انجام نیست. (مثال: شناسائی - ارزیابی و ارائه راههای کنترلی وظیفه شماست ولی اجرای کنترلهای مهندسی وظیفه شما نیست). پس قبل از همکاری با هماهنگی مدیرتان یک تیم کاری تشکیل دهید.

خصوصیات تیم بهداشت حرفه ای در کارگاه عبارت است از:

داشتن هدفی که قبلا تدوین شده و باید به اطلاع گروه برسد.

داشتن راهکار مشخص برای تحقق هدف.

داشتن رهبر، داشتن روحیه همکاری و کار داوطلبانه. داشتن علم و تجربه و از همه مهمتر علاقه به فعالیت بهداشتی برخی از مهمترین فعالیتهای تیم بهداشتی تهیه اطلاعات آماری کارگاه بخصوص حوادث شغلی و بیماریها در سالهای گذشته. شناسائی خطرات و عوامل زیان آور محیط کار

مشخص کردن نقاط پر خطر (از هر دو جنبه حادثه و بیماری) روی نقشه کارگاه.

تهیه پرونده بهداشتی کارکنان

تهیه گزارش کامل از وضعیت بهداشت شغلی کارگاه.

پنج پیشنهاد برای بهبود عملکرد مسئول بهداشت حرفه ای

نکات کلیدی:

در انتظار تشکیل جلسات رسمی و ارائه پیشنهادهایتان در آن جلسات نباشید .
شاید پتانسیلهای خطر در محیط کارتان آنقدر بالاست که لازم است هرروز به مدیر گزارش دهید .
سعی کنید همه گزارش هایتان مستند باشد .
اهمیت وجود مسئول بهداشت حرفه ای را اینطور اثبات نمائید: با سنجش دوره ای عملکردتان و مقایسه با زمانی که شما در کارگاه نبودید .سعی کنید آنقدر کارهای تخصصی در برنامه داشته باشید که شما را به سمت فعالیت های غیر مرتبط سوق ندهند.

پیشنهاد سوم:

راهکارهایی برای نیل به اهداف خود تدوین کنید
به عنوان مثال :تشکیل پرونده های بهداشتی برای کلیه کارکنان (رسمی ، پیمانکار ، مدیران)برگزاری دوره های متناوب آموزش بهداشتی- ایمنی با موضوعات مورد نیاز کارکنان (رسمی ، پیمانکار ، مدیران)
انجام اقدامات کنترلی مهندسی و مدیریتی در جهت کاهش آلاینده ها و مخاطرات

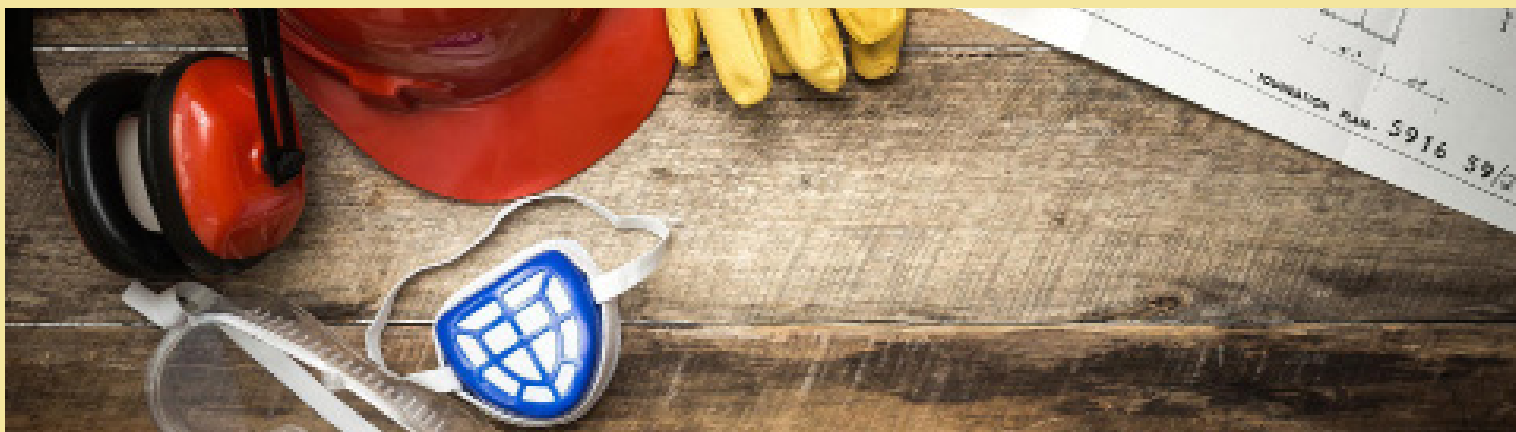
پیشنهاد چهارم:

منابع اطلاعاتی به روز و قابل دسترس در محل کار داشته باشید
شامل:
کتاب ها و جزوات درسی و دانشگاهی
قوانین و دستورالعملهای وزارت بهداشت وزارت کار و سازمان تامین اجتماعی
دستورالعملها و مقررات کارخانه نشریات مختلف بخصوص با موضوعات بهداشتی ایمنی و مدیریت فقط به اینها اکتفا نکنید داشتن اطلاعات به روز از مسائل اقتصادی و اجتماعی کشور و تا حدی دنیا شما را در نظر مدیر مقبول تر میکند.

پیشنهاد پنجم :

به قلب محیط کار و میان کارکنان بروید.آگاهی و اطلاع کامل از شرایط محیط کار وکارکنان و آنچه میان محیط کار و کارکنان میگذرد بخشی از ماهیت کار شماست.
هرگز از عهده انجام چنین کاری بر نخواهید آمد مگر به اتفاق تیم بهداشتی که قبلا تشکیل داده اید.

فاطمه طهماسبی





سلام خانم دکتر روزتون بخیر(در بدو ورود به اتاق چشمانش محو طراوت و زیبایی گلدان های اتاق میشود) چه اتاق خوشکلی دارید آدم انرژی میگیره آیا به گل و گیاه علاقه دارید؟

استاد به همراه یکی از آن خنده های زیبایش پاسخ میدهد(مرسی چشمات خوشکل میبینم و بدون اندکی مکث میگوید بله خیلی زیاد علاقه دارم.)

در ابتدا بیوگرافی از خودتون بگید ، سال و محل تولد؟ خانواده؟ سطح تحصیلات از ابتدایی تا الان که عضو هیئت علمی دانشگاه هستید؟

بسم الله الرحمن الرحيم خیلی خوشحالم که در خدمتون هستم. وحیده ابوالحسن نژاد هستم متولد ۱۷ اردیبهشت ۱۳۶۲ از بیرجند. تک دختر به همراه سه برادر از یک خانواده ۶ نفره که

پدرم بازنشسته آموزش پرورش و مادرم بازنشسته دانشگاه علوم پزشکی هستند. استادیار و عضو هیئت علمی گروه مهندسی بهداشت حرفه ای دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. مقاطع تحصیلی ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان و پیش دانشگاهی در بیرجند گذراندم. در سال ۱۳۸۰ در مقطع کاردانی در رشته بهداشت حرفه ای دانشگاه علوم پزشکی یزد شروع به تحصیل کردم. در سال ۱۳۸۲ مقطع کارشناسی را در دانشکده ابوریحان دانشگاه علوم پزشکی تهران خوندم. در سال ۱۳۸۴ بعنوان اولین ورودی ارشد مهندسی بهداشت حرفه ای در دانشگاه علوم پزشکی کرمان تحصیل کردم. از خرداد ۱۳۸۸ در دانشگاه علوم پزشکی بیرجند بعنوان عضو هیئت علمی شروع به کار کردم. بعد از گذشت ۴ سال در سال ۱۳۹۲ مقطع دکترا در دانشگاه علوم پزشکی همدان در رشته مهندسی بهداشت حرفه ای گذراندم.

آیا در مسیر زندگی الگوی خاصی داشتید؟ و چقدر دیگران در موفقیت شما تاثیرگذار بودند؟

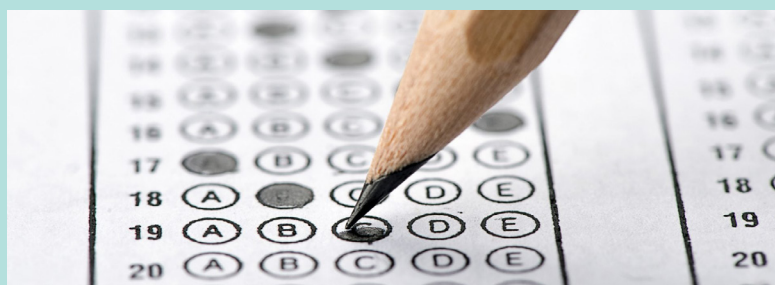
بله. اعتقاد دارم بر اینکه هرکسی وارد زندگی انسان میشه یک پیامی برای او به همراه دارد چه آدم خوب و چه آدم بد ،البته خوب و بد بودن انسان ها نسبی هست. انسان های زیادی وارد زندگی من شدند چون من مقاطع مختلف تحصیلی را در شهر های مختلف با فرهنگ ها، ارزش ها و باورهای مختلف گذراندم. آقای مهندس امینی پور از اساتید دوره ی کاردانی نقطه اثری در زمینه ادامه تحصیل و ایجاد علاقه و انگیزه ام در این رشته بودند.

در زمان انتخاب رشته چی شد که این رشته را انتخاب کردید؟ آیا از سر علاقه بود؟

از اونجایی که در دوران قبل کنکور علاقه ام به داروسازی و شیمی بود من در سالی که کنکور دادم انتخاب رشته نمیخواستم انجام بدم منتهی اصرار پدرم بر این بود که شما حتما باید انتخاب رشته انجام بدی حالا درسته که رتبت برای داروسازی خیلی مساعد نیست ولی انتخاب رشته رو حتما باید انجام بدی. اونموقع شاید من خیلی از این قضیه خوشحال نبودم و خیلیم توفکر بودم که چرا من باید به این شرایط تحصیل کنم. درمورد بهداشت حرفه ای تحقیق کردم یکی از دوستان بهم گفت که بهداشت حرفه ای مربوط به بهداشت صنایع هست و در همین حد بصورت کلی . همانطور که گفتم از اونجایی که من علاقه ی زیادی در زمینه داروسازی و مباحث مربوط به شیمی داشتم گفتم باشه همین علاقه را در صنایع پیش میبرم. تا اینکه در این رشته پذیرفته شدم وبا برخورد با اساتید بزرگی در این رشته احساس کردم که نه مسیر رو خیلی هم بیراهه نرفتم بلکه کاملا به جا بوده لذا من همیشه به دانشجویام میگم که خیلی روی علاقه لحظه ایشون فوکوس نکنند یوقت هایی ممکنه که شرایط همه چیزو تغییر بده و ممکنه دید شما وقتی کامل تر میشه ببینی که اصلا علایق شما به اون مورد نیست به یچیزی بالاتر از اون و یا غیر از اون هست و متفاوت.

اگه قرار بود به دوران قبل کنکور برگردین چه رشته ای را انتخاب میکردین؟

الان هروقت برمیگردم و فکر میکنم به زمان انتخاب رستم یجورایی دعا میکنم به جون پدرم که اون سال اجازه ندادن که من انتخاب رشته نکنم و بمونم برای سال بعد و شاید حکمتی داشته که انتخاب رشته کردم و از این بابت بسیار خدارو شکر میکنم





بهترین دوران تحصیلاتون چه زمانی بوده و آیا خاطره ای دارید؟

دوره تحصیلات تکمیلی شامل کارشناسی ارشد و دکتری. خاطره ای که من حضور ذهن دارم از دوره کارشناسی ارشد کلاس های جناب آقای دکتر منظم هست که ایشان در سال ۱۳۸۴ تازه از انگلیس برگشته بودند و بعنوان استاد پروازی در دانشگاه علوم پزشکی کرمان بحث صداوارتعاش تدریس میکردند آقای دکتر دوازده روز در هفته به کرمان میآمدند که صبح کلاس داشتند و بعد از ظهر برمیگشتند. آنقدر کلاس و کلام ایشان مفید بود که یادمه ما چهار نفر بودیم که حتی تا لحظه پرواز هواپیما دکتر رو تا فرودگاه همراهی میکردیم و گپ را ادامه میدادیم که بسیار خوشایند بود. البته که من همچنان ارتباطم با ایشان برقرار هست و ایشان الگو و اسوه ی من در تمام موارد زندگیم چه در حوزه اخلاق و چه در علم. همچنین چون در دوره کارشناسی ارشد بعنوان اولین ورودی های رشته مهندسی بهداشت حرفه ای بودیم یجورایی واسه ما هم مثبت بود و هم منفی. مثبت از این جهت که حس میکردی که به مقطع بالاتری وارد شدی و حتما انتظارات بیشتری از شما در این مقطع میره و همین موضوع تلاش مارو بیشتر میکرد، منفی از این نظر که در سطح دانشکده وقتی آفتابی میشدیم دانشجویهای دیگه با انگشت اشاره مارو بهم نشون میدادند که اینا ارشداى دانشکده هستن و خب خیلی برای ما سخت میشد و یجوری معذب بودیم و احساس میکردیم که زیر ذره بین هستیم.

یکی از اساتیدی که خیلی بهش علاقه دارید و در این مسیر شما رو راهنمایی کرده چه کسی بوده؟ لطفا معرفی کنید. اگر خاطره ای دارید بگید.

در مقاطع تحصیلی متفاوت اساتید بزرگ زیادی بودند که بهشون ارادت دارم. در دوره کاردانی جناب آقای مهندس امینی پور که با وجود کلام بسیار زیبا و ارزشمندشون بسیار منو راهنمایی کردند. تنها خاطره ای که ازشون دارم کلام شیرین یزدی این بزرگوار هست که یادمه در جلسات اول کلاس بدلیل اینکه با این زبان آشنایی نداشتم بسیار جزوه نوشتن واسم سخت بود ولی در جلسات بعدی مجذوب این لحظه شیرین آقای مهندس و تدریس بحث عوامل شیمیایی شده بودم. در دوران کارشناسی خانم دکتر نصیری از اساتید بسیار خوب دانشگاه علوم پزشکی تهران بودند که من خاطره های زیادی از پروژه ای که با ایشان داشتم دارم همچنین سخت گیری هایی که ایشان میکرد که شاید اونموقع خیلی خوشایند من نبود ولی بعدها دیدم که نه این سخت گیری ها چقدر نکته داشته برای من و چقدر میتونست کمک بکنه که من نکته های مثبت این سخت گیری ها رو بگیرم و در کار خودم بکار ببرم و استفاده کنم که برای ایشان هم هرجایی که هستند آرزوی سلامتی دارم. در دوره کارشناسی ارشد جناب آقای دکتر صالحی زاده واقعا انسان شریفی بودند و من همیشه دعای خیرم پشت سر ایشان هست و خیلی ازشون یادگاری دارم و بهم کمک کردند بدلیل داشتن یسری مشکلات از این بابت که اول قرار بود پایان نامه ارشدم در رابطه با عوامل فیزیکی باشه و بعد به عوامل شیمیایی تغییر پیدا کرد لذا از این بابت ایشان بسیار زحمت کشیدند و همینجا از زحماتشون کمال تشکر را دارم. در دوران دکترای آقای دکتر گل محمدی خیلی وزنه سنگینی برای من بود و همه جوره مدیون ایشان هستم.

زندگی خوابگاهی از نظر شما چطور تجربه ای هست؟

بنظر من خوابگاه یک دانشگاه هست. من فکر میکنم هرکدوم از ماها که تجربه خوابگاه داریم علاوه بر رشته تحصیلی تخصصی که میگذرونیم شاید بشه گفت یک مدرک جداگانه ای در کنار مدرک تحصیلیمون بعنوان مدرک خوابگاهی هم میگیریم که حالا پنهانه ولی واقعا هست چون فرهنگ ها، اخلاق ها و شناخت های مختلفی میتونیم پیدا کنیم. خودم به شخصه در خیلی از مسائل شناخت هایم در زندگی خوابگاهی تکمیل شد پس خیلی میتونه در دیدگاه انسان ها تاثیرگذار باشه و بنظر من تجربه بسیار عالی هست البته که شاید اگه تا ۴۵ سال پیش این سوال رو میپرسیدید من اینو بهتون میگفتم ولی الان فکر میکنم ارجعیت شرایط این هست که در شهری قبول بشی که یا شهر خودت باشه و یا نزدیک خانواده باشی.





چرا بیرجند برای کار و اقامت انتخاب کردید؟

(استاد با لبخندی زیبا گفت) والا تعلقات معنوی و خانوادگی ما برمیگرده به بیرجند (اینجا بود که به عمق فاجعه بابایی بودن یک دختر پی بردم) مسلما برای هرفردی شرایط و موقعیت های مختلفی وجود داره و پیشنهادهای زیادی در داخل و خارج کشور داشتم حتی همین الان در یک چالشی هستم اما خب وابستگی ها و اینکه اعتقاد دارم زمان که میگذره دیگه برنمیگرده و زندگی خیلی کوتاه تر از این هست که بخوایم فرصت مجددی پیدا کنیم لذا ترجیح بر این بود که کنار خانوادم باشم و از این لحظات عمرم در کنار آنها لذت ببرم.

آیا از محیط کارتتون و ارتباط با سایر اساتید راضی هستید؟

بله خیلی. البته که هر محیط کاری مزایا و معایب مخصوص به خود داره حتی درمورد انسان ها هم همینطور و هیچ کس بی عیب نیست اما دانشکده بهداشت به لطف حضور جناب آقای دکتر میری ریاست محترم دانشکده تعاملاتی در دانشکده برقرار میشه که در مقایسه با سایر دانشکده ها خیلی زبان زد هست و در بحث همکاران باید اعتراف کنم که همکاران بسیار خوب و شریفی در حوزه های علمی و اخلاقی دارم.

نظرتون در رابطه با جو رشته مهندسی بهداشت حرفه ای و دانشجویان این رشته در دانشگاه علوم پزشکی چیه ؟ و آینده این رشته رو در بیرجند چگونه میبینید؟

از نظر علمی خوب یا بد بودن نسبی هست و همیشه بطور صددرصد راجب هیچ چیز قضاوت کرد. اما اون چیزی که من تابحال با بچه ها برخورد داشتم این هست که بچه ها خیلی علاقمند بودند البته که یکسری مواردی داشتیم که بچه ها بخصوص خانم ها در بحث بهداشت حرفه ای یک مقداری تعلل داشتند اما در کل علاقه رو خود ما هستیم که ایجاد میکنیم و امیدوارم که بتونم تمام تلاشم را بکار بندم که جو بسیار خوبی در دانشکده حاکم باشد. در رابطه با آینده رشته خدمتتون عرض کنم که فعلا آینده هیچ رشته ای رو خیلی نمیشه پیش بینی کرد اما با این حال بهداشت حرفه ای چون یک رشته نسبتا جدید هست نسبت به رشته های دیگه و دانشگاه های جانبی مثل آزاد

، پیام نور و علمی کاربردی خیلی هنوز وارد نشدند البته که اخیرا دیدم چندتا از دانشگاه های علمی کاربردی وارد این قضایا شدند ولی خب تا الان خوب بوده و از این به بعد هم امیدوارم که به همین روال پیش بره و نکته خوبی که این رشته داره این هست که اساتید برد این رشته بر روی تعداد ورودی ها و دانش آموختگان مدیریت خیلی خوبی دارند و این خیلی میتونه در آینده این رشته تاثیرگذار باشه و از نظر نیاز شغلی هنوز در دانشگاه ها حضور دانش آموختگان بعنوان عضو هیئت علمی احساس میشه همچنین حضور کارشناس ایمنی در سازمان ها، ارگان های مختلف، و وزارت نفت و زیرمجموعه های آن مثل پتروشیمی، پالایش و پخش و... اما خب همه چیز بستگی به توانمندی های خود انسان داره و اگر از توانمندی های خود بخوبی استفاده کنیم مطمئنا میتونیم آینده ی خوبی را برای این رشته رقم بزنیم و در غیر اینصورت آینده خوبی رقم نخواهد خورد. من همیشه به دانشجویان میگم که بهداشت حرفه ای یک هنر و همیشه باید هنر تعامل و مهارت ارتباطی مناسبی داشته باشی و با سیاست های کار و فنون صنعت آشنا باشی و توانایی حل مسائل و مشکلات را داشته باشی و مهم ترین ارزش و باور که حتی موجب علاقمندی خود من به این رشته شده تامین عدالت اجتماعی و حفظ کرامت انسانی است که از طریق بکاربردن مهارت ها و رفع نیاز قشر زحمت کش جامعه است و مسلما با بکاربردن این ارزش ها و باور ها میتوان آینده خوبی را برای این رشته رقم زد.



تلخ ترین و شیرین ترین خاطره دوران دانشجوییتون چیه؟

(خانم دکتر با اندکی تامل پاسخ داد) شیرین ترین خاطره دوران دانشجویییم روز دفاع از پایان نامه دکترای من بود که به دلیل گستردگی زیاد پایان نامه حدود ۴,۵ سال طول کشید. تصور اینکه من روزی بخوام دفاع کنم یکم برام سخت شده بود که با حضور جناب آقای دکتر منظم در جلسه دفاع و بدلیل ارادت زیاد بنده به ایشان تمام استرس ها و سختی ها را تسهیل بخشید که بسیار برای من شیرین بود. و اما تلخ ترین خاطره برمیگرده به دوران کاردانی که در یزد درس میخوندم و رفت و آمد من بدلیل نداشتن مسیر مستقیم به یزد کمی مشکل بود و از کرمان باید به یزد میرفتم. ترم یک پدرم از بیرجند با اتوبوس به یزد به دنبالم آمدند که در مسیر برگشت به بیرجند پدرم بسیار بیمار شدند در همین حین اتوبوس خراب شد و مجبور شدیم بدلیل حال وخیم پدرم با یک ماشین مزدایی که بار پسته داشت و به مشهد میرفت سوار بشیم که خداروشکر پدرم در بیمارستان راور کرمان حالشون بهتر شد و به بیرجند بازگشتیم. در واقع این تلخ ترین خاطره ی من از دوران دانشجویییم هست. (آرزوی سلامتی واسه همه ی پدران ایران زمین و امیدوارم هیچ فرزندی بخصوص دختر مریضی پدرشو نبینه)

توصیتون به بچه های جدیدالورود به این رشته چیه؟ و همینطور دانشجویانی که قصد ادامه تحصیل در مقطع ارشد دارند؟

توصیه میکنم دانشجویان جدیدالورود عزیز در بدو ورود به این رشته با شناخت ارزش ها و باور ها و بکاربردن آن ها در جهت ارجعیت پیشگیری بر درمان همچنین سلامت و ایمنی بر منافع اقتصادی و مهم ترین آن برقراری عدالت اجتماعی تلاش کنند. اما در رابطه با دانشجویانی که قصد ادامه تحصیل دارند عرض میکنم که من همیشه به دانشجویام میگم بنابه گفته یکی از اساتید بزرگم جناب آقای دکتر صالحی زاده « کارشناسی ارشد مثل پلی است که نباید زیاد بر روی پل بمانی زیرا احتمال شکست آن وجود دارد» لذا توصیه میکنم اگر دانشجویی قصد ادامه تحصیل در مقطع دکترا داره مقطع کارشناسی ارشد را باید بخونه در غیر اینصورت کارشناسی ارشد مثل یک برزخی هست که ماندن در آن موجب تضعیف انرژی میشود. پس بهتره که هدفشون مشخص باشه.

راز موفقیت شما در یک جمله؟

(با کمی تامل و تکرار این سوال پاسخ دادند) فک میکنم سماجت و پشتکار در کارها میتونه راز موفقیت من باشه. نظرتون راجب فعالیت های انجمن علمی و نشریه لیام چیه؟ اگر انتقاد و یا پیشنهادی دارین بفرمایید.

اینگونه فعالیت ها خیلی خوبه حتما ادامه بدید چون بنظر من بهانه ایست برای دوره می های علمی و مطرح کردن مشکلات دانشجویان و چه بسا اینگونه فعالیت ها راهگشای خیلی از مشکلات و مسائل دانشجویان بوده و هست و بنظر من تجربه بسیار خوبی است. با توجه به اینکه تا الان یک شماره از نشریه به چاپ رسیده بسیار مفید و فعالیت فوق العاده ای بود و برای تمام عزیزانی که در این نشریه در حال فعالیت هستند نیز آرزوی سلامتی و موفقیت بیش از پیش دارم و امیدوارم روز به روز عرصه فعالیت های نشریه گسترده تر بشود و به اهداف مدنظر خود برسید که مطمئنم میرسید.

حرف آخر...؟

آن چیزی که همه ی ما در این دوره گم کردیم هدف هست. برای تمام همکاران ، اساتید، دانشجویان و فعالان در عرصه مهندسی بهداشت حرفه ای و ایمنی کار صمیمانه آرزوی موفقیت میکنم و امیدوارم همه ی عزیزان با هدف مشخص به سمت تعالی (ارزش ها و باور ها) پیش بروند و همچنین امیدوارم روزی به جامعه ای برسیم که بتوانیم شعار روز جهانی ایمنی و بهداشت شغلی یعنی «آینده کاری ایمن و سالم» را در جامعه ایرانی خود نهادینه کنیم.

با تشکر از شما استاد بزرگوار که وقتتونو در اختیار من قرار دادید امیدوارم جامعه مهندسين بهداشت حرفه ای و ایمنی کار با حضور افرادی مثل شما به سمت موفقیت هر چه بیشتر پیش بروند.

روای شما تاریخ انقضاء ندارد!
نفس محنتی بکشید و
دوباره شروع کنید...♡

فاطمه محمدیان



یازدهمین همایش سراسری بهداشت و ایمنی کار

۲۸ الی ۳۰ آبان ماه ۹۸

مہلت ارسال مقالات: ۳۱ خرداد ۱۳۹۸

11th

National Congress of Occupational Health and Safety



محورهای تخصصی همایش

• مقالات علمی - پژوهشی

• مقالات کاربردی

• پنل تخصصی

• کارگاههای آموزشی

• فن بازار تخصصی خدمات HSE

رئیس شورای سیاستگذاری همایش: دکتر فریده گلبابائی

رئیس همایش: دکتر علی اکبری ساری

دبیر علمی همایش: دکتر محمدرضا منظم

دبیر اجرایی: دکتر علیرضا صدرايي

دبیرخانه علمی همایش: انجمن علمی بهداشت کار ایران

دانشگاه علوم پزشکی تهران، دانشکده بهداشت، گروه مهندسی بهداشت حرفه ای

تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۹۲۶۶۴

محل برگزاری: دانشگاه علوم پزشکی تهران

11ohs.ioha.ir