

## مخاطرات شغلی و ایمنی و بهداشت حرفه ای کارکنان پرستاری

### ۱- مخاطرات بیولوژیکی

- پرستاران ممکن است در معرض ابتلاء به بیماری های مسری و عفونی که از طریق هوا و یا بافت های آلوده منتقل می شوند، مثل سل مقام به دارو یا بیماری های عفونی منتقله از طریق خون و یا ترشحات زنده مانند ایدز و هپاتیت C و B و سایر عفونت های فرصت طلب باشند.

بنابراین شستن مرتب دست ها برای پیشگیری از این عفونت ها که یکی از اصول مهم حرفه ای پرستاری است،

می تواند منجر به بروز درماتیت های تماسی پوست به علت مواجهه بیش از حد با مواد گندزدا و شوینده شود. همچنان خطر در هنگام تزریق و استفاده از سرنگ و سوزن یکی دیگر از نگرانی های شغلی پرستاران است.

### ۲- مخاطرات شیمیایی

در محیط بیمارستان پرستاران ممکن است در مواجهه با مواد زیر قرار گیرند:

- مواد شیمیایی مختلف که به صورت روزانه برای ضد عفونی و استریل کردن سطوح و وسایل و تجهیزات بکار میروند.

- گاز های بیهوشی

- داروها

- لاتکس ( دستکش و تجهیزات مصرفی)



### ۳- مواجهه با عوامل ارگونومیک

بسیاری از موقعیتهایی که در آنها اعمالی همراه با فشار دادن و انجام یک فعالیت تکراری، وضعیت های نامناسب بدن در حین کار فعالیت های یکنواخت و طولانی که جزء مخاطرات ارگونومیک محیط کار پرستاران محسوب می شوند نظیر: راه رفتن و یا ایستادن برای مدت زمان طولانی، بلند کردن و جابجایی اجسام سنگین و یا بیمار، خم و راست شدنهای مکرر.

### ۴- عوامل فیزیکی

پرستاران در مواجهه با تابش اشعه های x و همچنین اشعه های ناشی از رادیو ایزوتوپها و همچنین لیزر قرار دادند. همچنین پرستاران ممکن است سوختگی ناشی از تجهیزات استریل شده داغ را تجربه کنند.

### ۵- عوامل روانی محیط کار

کار به تنهایی در شیفت های شب می تواند منجر به بروز اختلالات خلقی روانی و افسردگی در شاغلین این حرفه شود. همچنین مسئولیت مراقبت در حالت های اورژانسی بیمار، نیاز به تصمیم گیری های خاصی داشته که منجر به استرس زیادی می شود.

### برخی از اقدامات پیشگیرانه شغلی برای پرستاران

- شستشوی مرتب دست ها برای کاهش عفونت ها بسیار ضروری است بنابراین استفاده از کرم های مرطوب کننده پوست برای جلوگیری از خشکی پوست الزامی است.

- یادگیری تکنیکهای مناسب برای جلوگیری از صدمات سرسوزن

- همیشه از تجهیزات حفاظتی فردی مناسب در حین کار استفاده کنید مانند استفاده از دستکش های لاتکس مناسب برای تمیز کردن و یا کار با مواد شیمیایی - پوشیدن کفش مناسب و طبی برای راه رفتن و ایستادن در محیط کار

- آ- رعایت اصول ارگونومی برای مواقعی که بایستی کار در یک موقعیت خاص مانند قرار گرفتن دست ها در وضعیت بالاتر از شانه ها قرار گیرد و یا انجام اعمال تکراری- آموزش تکنیک های مناسب برای بلند کردن اجسام و بیمار

کارشناس بهداشت حرفه ای: فاطمه سلیمی