



# 生产车间常见职业病及防控

## 尘肺病



### 病症原因：

尘肺病是由于在职业活动中长期吸入生产性粉尘并在肺内储留而引起的以肺组织弥漫性纤维化为主的全身性疾病，是危害劳动者健康最严重最常见的法定职业病，无有效治疗方法。

### 防控措施：

控制尘肺的关键在于预防，我国已经总结出尘肺综合性预防的“八字方针”，即革、水、密、风、护、管、教、查。对从事接尘作业的劳动者来说，要做到：参加上岗前体检及防尘培训；使用防尘口罩；定期参加职业健康体检，做到早发现，早诊断，早治疗；注意营养，增强体质，防止肺结核、支气管炎、肺炎、肺气肿等并发症。



# 生产车间常见职业病及防控

## 职业性噪声聋



### 病症原因：

职业性噪声聋是指人们在工作过程中长期接触生产性噪声而发生的一种进行性感音性听觉障碍，职业性噪声聋患者与其接触噪声的时间、强度特别是噪声作业工龄有极大的关系。

### 防控措施：

- 1.劳动者应做好个体防护，正确佩戴有效的护耳器(耳塞)；
- 2.采取一定的措施，将生产环境中噪声控制在一定强度以下，一般至少要低于85dB，这是最根本、最有效的预防措施；
- 3.噪声车间内应尽可能将噪声源集中并采取隔声措施，对局部噪声源进行隔离和封闭。



# 生产车间常见职业病及防控

## 职业性化学中毒



### 病症原因：

职业性化学中毒是指用人单位劳动者在职业活动中，因接触生产性毒物而引起的急性或慢性中毒，生产性毒物侵入人体的途径主要有三种：呼吸道、消化道、皮肤，其中，呼吸道是最常见、最主要的途径。

### 防控措施：

- 1.根除毒物，降低毒物浓度；
- 2.工艺、建筑布局应符合职业卫生要求；
- 3.加强职业卫生管理，加强健康培训，加强个体防护；
- 4.按规定进行职业健康检查，为劳动者配备洗浴设施、应急救援设备和急救用品。



广汽传祺  
GAC MOTOR

一祺智行 更美好

# 办公室常见工作相关疾病及预防

## 颈椎病



### 病症原因：

长期低头看文件、写字或操作电脑，使颈部长处于一种姿势，导致颈部肌肉韧带劳损，椎体骨质磨损、增生等而发生颈椎病。

### 预防建议：

- 1.加强颈肩部肌肉锻炼，每工作1-2小时，休息10-15分钟，做颈部运动；
- 2.注意颈肩部保暖，不要着凉；
- 3.预防落枕，避免高枕睡觉的不良习惯；



# 办公室常见工作相关疾病及预防

电脑眼  
鼠标手



## 病症原因：

长期从事电脑操作的人员，工作时间久了容易产生眼睛疲劳、视觉模糊、视力下降；而长时间握着鼠标不松手，握住鼠标的那只手掌容易诱发发麻，疼痛等症状。

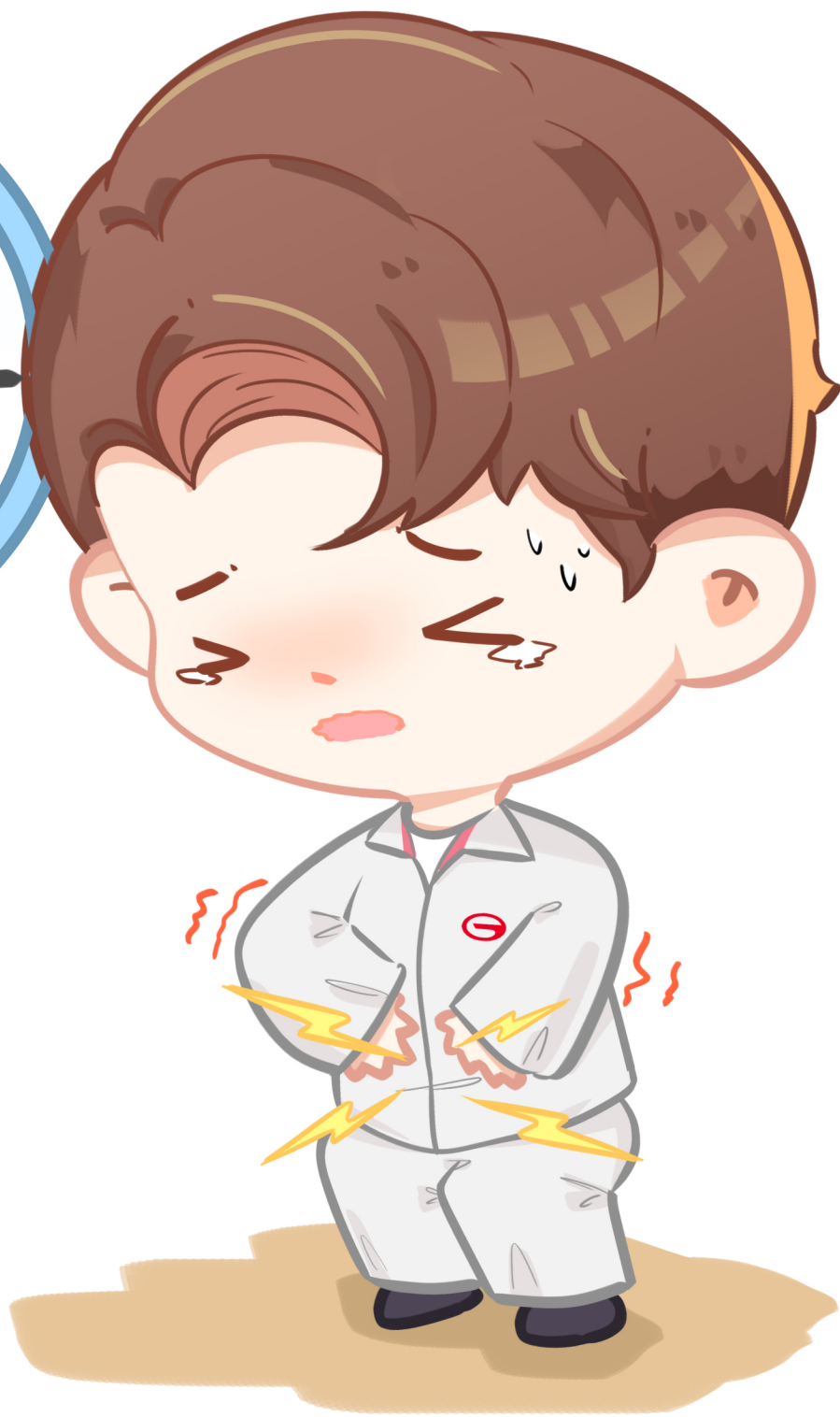
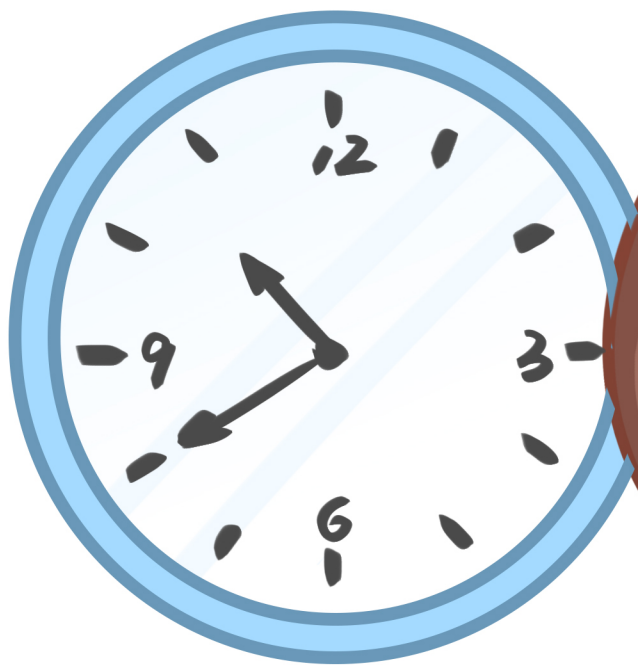
## 预防建议：

- 1.避免长时间连续操作电脑，通常连续操作1小时，休息5~10分钟，休息时可以看远处；
- 2.使用鼠标时，手臂不要悬空，以减轻手腕的压力，移动鼠标时不要用腕力而尽量靠臂力做，减少手腕受力，不要过于用力敲打键盘及鼠标的按键；



# 办公室常见工作相关疾病及预防

## 胃肠道疾病



### 病症原因：

很多上班族由于工作繁忙，常常三餐不规律，导致肠胃受到损伤，引发肠胃疾病。另一方面，工作压力大，经常处于紧张状态，也会导致肠胃病，甚至是肠应激反应综合症。

### 预防建议：

- 1.端正用餐观念，切忌牺牲用餐时间来工作，一定要按时用餐，只有吃好了才能以一个好的状态完成工作；
- 2.饮食不仅要规律，而且要合理膳食，少吃高脂肪含量的食物，多吃富含高纤维的食物；