

防治职业病 关爱劳动者

职业病防治职工普及读本

王林声 李志清◎著

员工健康，企业兴旺。

多一份关心，多一份支持，全社会都来关注劳动者健康。
爱护劳动者，防治职业病，关注职工健康，构建和谐社会。



中国言实出版社

防治职业病 关爱劳动者

职业病防治职工普及读本

王林声 李志清◎著

员工健康，企业兴旺。

多一份关心，多一份支持，全社会都来关注劳动者健康。
爱护劳动者，防治职业病，关注职工健康，构建和谐社会。



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

防治职业病 关爱劳动者/王林声,李志清著. — 北京:中国言实出版社, 2012.11

ISBN 978-7-5171-0006-5

I. ①防… II. ①王…②李… III. ①职业病—防治
IV. ①R135

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 248482 号

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64924735(邮 购)

64924880(总编室) 64914138(四编部)

网 址:www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京世纪雨田印刷有限公司

版 次 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 14.25 印张

字 数 199 千字

定 价 32.00 元

前言

健康是一切的前提和资本。劳动者的健康不论对于企业的壮大还是自我的发展,都至关重要,因而关爱劳动者的健康,改善工作环境,减少职业危害因素对健康的伤害,积极防治职业病,不仅是真诚关爱劳动者健康、尊重劳动者健康权益的具体体现,更是实现劳动者体面劳动、提高劳动者整体素质、促进企业发展的重要举措。

我国是一个职业病危害严重的国家,职业病危害量大面广,影响严重。我国自 20 世纪 50 年代建立职业病报告制度以来,已累计报告尘肺病人近 70 万例,每年还新增约 1 万例。每年报告的职业中毒和生产性农药中毒病人近 3 万例,报告中毒死亡数约 1500 例。每年由于职业病造成的经济损失达到 8000 亿元左右。在全国 7.58 亿就业人口中,受到各种职业病危害因素影响者超过 2 亿人,包括煤炭、冶金等 30 多个行业,职业病不仅已经成为广大劳动者健康的第一杀手,也成了社会经济持续健康发展的一大阻力。因而,防范职业危害、防治职业病、关爱劳动者、维护职业健康,正是当前职业卫生和员工健康管理至关重要而且迫在眉睫的大事。

近年来,全国各地广泛开展了“关爱劳动者,防范职业病”的活动,在车间、班组等生产一线,为广大劳动者普及职业病防治知识,切实加强职业病防治能力建设,扎实做好职业病预防和控制工作,真正把关爱劳动者、防范职业病的工作落到了实处,使全国职业病防治工作进入了一个全新的阶段。

为配合全国开展“关爱劳动者,防范职业病”的活动,关爱劳动者健康,普及职业病防治知识,促进职业健康,把预防职业病工作深入到最基层,引领全社会都来关心劳动者,防范职业病,我们精心编写了本书。

本书从关爱劳动者、防治职业病的角度,全面系统地介绍了常见职业

危害粉尘所致的职业尘肺病、毒物所致的职业中毒、物理和生物所致的职业病及现代新型职业病的主要症状、易发岗位、预防与治疗措施,特别针对劳动者的个体防护、新型职业病的预防措施等作了深入阐述,对于政府、企业及劳动者在职业病防治中的责任和义务、职业危害因素的监测、控制及职业病报告、诊断和鉴定等内容,也都作了详细的介绍。不仅是广大职工不可缺少的一本呵护自身健康、减少职业伤害、防治职业病的“枕边书”,更是广大企业呵护职工健康、促进职业病防治、开展职业病知识普及和防治教育的普及读物。

本书在编写过程中参考了国内一些专家、学者的相关专著和成果,谨于此致以诚挚的谢意!由于编者水平所限,疏漏之处,还望读者批评指正。

目 录

Contents

第一章 关注职业病,关爱劳动者

职业病是一种古老的疾病,因为它是随着职业的产生而产生,由职业因素对人体健康产生影响而引发的疾病。因而,关爱劳动者,保护劳动者的健康,就一定要高度关注职业病,积极开展职业病防治工作,减少职业有害因素对健康的伤害,积极防治职业病。

1. 健康第一,关注劳动者的职业健康 /2
2. 警惕职业危害,识别职业有害因素 /5
3. 防范职业病,保护劳动者健康 /8
4. 积极预防职业病意义重大 /14
5. 坚持“预防为主、防治结合”的方针 /18
6. 防治职业病是政府、企业和劳动者的共同责任 /20
7. 定期监测,积极改善工作环境 /24
8. 及时控制,减少职业危害因素 /26

第二章 做好职业防护,保护劳动者的健康

职业病之所以会产生,是因为职业环境中的一些有毒有害物质损害了人体。所以,要保护劳动者健康,就一定要做好劳动保护工作,尽力减少危害因素对身体的伤害。只要精心做好劳动防护,细心呵护自己的健康,职业病是完全可以预防的。

1. 及时发放劳动保护用品,关心职工健康 /30
2. 员工要提高防护意识,学会呵护自己 /34
3. 规范使用防护用品,加强职业防护 /36

4. 注重工作环境防护,把职业危害降到最低 /39
5. 女职工和未成年工更需要特殊保护 /42
6. 科学饮食,多吃有利于防范职业病的食物 /45
7. 劳逸结合,提高防病能力 /48

第三章 重视粉尘治理和防护,全面预防职业性尘肺病

职业性尘肺病是职业病中影响最广、危害最严重的一类,也是最为常见的职业病。因而,对于在粉尘环境作业的职工来说,警惕粉尘的危害,及早防范尘肺病至关重要。要认真做好劳动保护,减轻粉尘危害,防范尘肺病的发生。

1. 粉尘并不稀奇,很多工作环境中都有粉尘 /52
2. 吸入粉尘过量就会伤害健康 /54
3. 人体自身对粉尘的防御和清除功能 /58
4. 做好个人防护,减少粉尘危害 /60
5. 加强矽尘治理,积极开展硅肺病的防治 /61
6. 防治煤工尘肺病,煤矿工人需要特别防护 /64
7. 其他尘肺病的防治 /67

第四章 严密防范工业毒物,预防职业中毒

在一些特殊的工作中,职工避免不了会接触一些有毒有害的物质,这些物质都会对健康产生影响和损害。因而企业和职工都要全面做好防护工作。企业要做到精选原料,改善工艺,尽可能减少毒物及危害;员工要严格按照防护要求,穿戴防护衣物,采取隔离措施,减少与毒物的直接接触,防范职业中毒的发生。

1. 工业有毒物质影响人体健康 /72
2. 化学性有毒物质所致的职业病 /76
3. 改革生产工艺,尽可能选用无毒、低毒原料 /97
4. 实行封闭生产和隔离操作,减少与毒物的直接接触 /99
5. 加强个人防护,严格穿戴防护装备 /101
6. 学会现场急救,及时处理突发化学事故 /104

7. 掌握自救技巧,毒物泄漏后及时逃生 /107

第五章 不断改善工作环境,及时防治物理因素所致的职业病

许多物理因素如温度、光照、气压或自然辐射,正常情况下对健康没有危害,但是由于工作中的特殊环境,使得这些因素也会对人体健康产生一定的影响,从而引发职业病。故而,要维护劳动者健康,防范职业病,就要尽可能地减少这些有害因素,改善工作环境,维护劳动者健康。

1. 物理因素也会伤害健康 /112
2. 戴好护耳器,防范噪声聋 /114
3. 采取隔振措施,防范振动病 /116
4. 防暑降温,预防高温作业中暑 /118
5. 保暖防寒,预防低温作业冻伤 /121
6. 屏蔽辐射,预防各种辐射职业病 /124

第六章 防范有害生物,预防职业性传染病

有些生产和工作中难以避免会接触到一些微生物、寄生虫及昆虫等,这些因素也会对人体健康产生一定的危害,引发一些职业病,如炭疽、布氏杆菌病、森林脑炎、职业性哮喘、皮肤病等,也是需要我们高度注意,及时防范的。

1. 生产中容易接触到的有害生物 /128
2. 从事家畜喂养、宰杀工作,警惕炭疽病 /129
3. 入林作业,防范森林脑炎 /131
4. 常与家畜和野生动物接触,严防布氏杆菌病 /132

第七章 白领也要警惕,新型职业病更需早防早治

在传统的观念里,白领们在高级写字间里一杯咖啡一张报、一台电脑一支笔,几乎与职业病没有什么关系。但事实上,各种各样新型的职业病正在侵袭白领甚至高层管理者。电脑病、空调病、过劳症……都是需要警惕的新型职业病。所以,白领也不可大意,也要早预防、早防范,才能维护自己的职业健康。

1. 新型职业病危害健康 /136

2. 电脑干眼症,现代白领的眼睛杀手 /138
3. 腕管综合征,“鼠标手”最怕鼠标 /141
4. 空调综合征,贪图舒服也伤身 /143
5. 电话综合征,一不小心就中“毒” /145
6. 颈椎病,办公族躲不开的烦恼 /147
7. 脂肪肝,都是应酬太多惹的祸 /150
8. 失眠,压力过大引起的睡眠紊乱 /152
9. 胃病,饮食不规律的恶果 /155
10. 便秘和痔疮,办公族的久坐后遗症 /158
11. 神经衰弱症,熬夜是元凶 /161
12. 肥胖症正在侵扰现代白领 /163
13. 高血压也在年轻化 /165
14. 糖尿病,白领健康的隐患 /168
15. 网络依赖症,不上网心不安 /171
16. 手机依赖症,离开手机心发慌 /172
17. 职场焦虑症,职场危机四伏 /174
18. 职场倦怠症,感觉好累好烦好厌倦 /176
19. 过劳死,现代白领的噩梦 /179

第八章 加强职业健康监护,促进职业病防治工作

职业健康监护是职业病防治的重要内容,通过职业健康监护,可以了解劳动者的健康状况,及时发现职业病患者,并对其进行必要的干预,促进康复,保护劳动者的健康权益。

1. 重视职业健康监护,促进职业病防治 /184
2. 关心劳动者健康,适时开展健康检查 /187
3. 建立职业健康档案,加强职业健康管理 /190
4. 严格依照流程,做好职业健康监护工作 /193

第九章 维护健康权益,重视职业病的诊断、治疗和鉴定

切实维护劳动者的健康权益,是全社会共同的责任。对于已经患上职业病的职工,要加强管理,多加关心,及时进行职业病的诊断和治疗,帮助他们尽早恢复健康。只要早防早治,很多职业病都是可以缓解和治愈的。

1. 加强职业病患者管理,维护劳动者健康权益 /198
2. 职业病诊断,需主动申请 /201
3. 职业病诊断有固定的机构和法定的标准 /203
4. 患者要积极配合医生的治疗,尽早康复 /207
5. 职业病诊断异议,可以申请鉴定 /208
6. 做好职业病报告工作 /211

附 录

- 三十个日常健康好习惯 /214

第一章

关注职业病,关爱劳动者

职业病是一种古老的疾病,因为它是随着职业的产生而产生,由职业因素对人体健康产生影响而引发的疾病。因而,关爱劳动者,保护劳动者的健康,就一定要高度关注职业病,积极开展职业病防治工作,减少职业有害因素对健康的伤害,积极防治职业病。





1

健康第一,关注劳动者的职业健康

俗话说,身体是革命的本钱。健康对我们到底有多重要,相信没有人不知道。健康不仅仅是革命的本钱,更是我们做一切事情的前提,成就一切事业的根基,没有了健康,任何理想、目标都将化为泡影。所以,健康是每个人最大的资本。

有一句大家都耳熟能详的名言:健康是1,其他的,比如财富、名望、地位、家庭等都是跟在这个数字后面的若干个0。有1在前面,后面跟的0越多,证明你拥有的越多;但如果1没有了,即使再多的0聚在一起,也还是0,还是空,还是一无所有。这是对健康谈得最为精辟、准确而智慧的一句箴言,说尽了健康对于人生、对于事业、对于家庭、对于自己所有的一切的重要意义。

健康是人生之本,也是成功之本。以牺牲健康换来事业的成功或企业的发展,是最得不偿失、最不值得、也是最可悲可叹的事情。麦当劳公司总裁雷·克罗克曾说过:“拥有健康并不能拥有一切,但失去健康却会失去一切。”这才是对健康真谛正确、深刻的认识,但恰恰有很多职工并没有意识到这一点。

50多岁的陈师傅当木匠已30多年了。他原先在兰溪一家个体家具厂做工。小作坊的设备很落后,防护设施极其简陋,面对经常漫天飞舞的木屑,他从来没有戴过口罩。他说,老板从来没给大家发过口罩,他也从来没想过要戴口罩。

几年前,他到市区一家上规模的家具厂工作,这家厂管理比

较正规,产品出口欧美。但他也只是在外商派人来厂检查卫生、安全等工作时戴过一次口罩。

陈师傅说,虽然厂里常年备有口罩,工人可以随时领取,但去领的人极少。平时,除了油漆车间的师傅在喷漆时戴一下口罩外,大家基本不戴口罩。其实大家也都知道家具厂的粉尘多、油漆和合成板材会挥发出毒气,只是觉得戴口罩干活太闷,特别是夏天,所以,也就不戴了。反正这些东西也不是太多,上班是能忍受得了的。

陈师傅却不知道,上班时这些粉尘和毒气或许是不太多,不足以让他马上就倒下,但是几十年下来,积存在身体里的这些毒素会有多少?对健康的伤害该有多大?

实际上,像陈师傅一样宁愿受有害因素侵害也不愿意做好防护的职工大有人在,有的是抱着侥幸心理,觉得这些危害很小,对自己的健康伤害不大;有的是根本没有引起注意,忽视了职业危害因素;还有的职工是怕麻烦、嫌累赘,干脆就不做任何防护,乐得自己舒服;还有一些职工是明知危害很大,但是为了生活,为了养家糊口,为了能拿更高一点的工资,不得不让自己置身于有害环境中去……

不管什么原因使职工忽视了职业因素的危害,都会伤害职工的健康,甚至带来严重的后果,那时候再后悔,已经晚了。

2005年,18岁的阿东在珠三角某电子厂打工,他的工作就是每天用一种液体清洗工厂负责加工的电路板。在简陋的厂房里,阿东所有的劳保装备只有一双麻布白手套。工作半年后,一天阿东正在吃午饭,他的手突然像不听使唤似的,怎么也拿不起筷子。不仅如此,阿东还发现,最近自己走路经常会摔跤,双腿好像没力。经检查,阿东属于慢性正己烷中毒。

正己烷是一种带微臭的高挥发性、高脂溶性液体。工业上常用作电路板的清洗剂,俗称的“白电油”中含有大量的此类化学物质。经呼吸道吸入或者和皮肤接触进入人体后,有蓄积作用,可引起机体中毒性周围神经损害。

38岁的王女士在乡镇个体印刷厂打工,在加工酒盒过程中从事刷胶粘合工作,断续刷胶4个月(从1999年10月至2000

年2月4日),每日工作时间不定,最长达14小时。1999年12月底开始出现头晕、头痛、口腔溃疡、全身乏力、月经量多,2000年2月25至26日口唇起紫泡,全身皮肤出现血斑点,于2月28日到医院就诊。3月2日诊断为重型再生障碍性贫血(I型)。3月24日由所在市职业病诊断小组确诊为职业性慢性重度苯中毒。经抢救无效,于3月28日死亡。

原来主要的原因是因为使用的胶水中含有大量的苯、甲苯、二甲苯等有毒物质引起的吸入性中毒。苯是一种易挥发的物质,很容易引起吸入中毒。她工作的是一家私营印刷厂,车间面积20平方米,加工时车间门窗紧闭,且窗外用塑料薄膜密封,未安装任何通风排毒设施,个人亦无任何防护用品,且刷胶属手工操作。厂房内也未安装任何通风排毒设施和向个人提供防护用品。加之气候寒冷,车间门窗紧闭,导致车间劳动环境空气中苯、甲苯、二甲苯浓度严重超出国家卫生标准,导致了中毒事故的发生。

其实,很多职业病之所以发生,与企业缺乏足够的预防措施和职工缺乏足够的防护知识及防护措施密切相关。职业病的特征是可预防、难治疗,不做好预防工作,真正等到已经患上了职业病或是很严重了再来治疗,就已经晚了,即便症状轻微,能够完全治愈,也会花费我们大量的时间、精力和金钱,实在是得不偿失。

所以,关爱劳动者,不仅要把健康第一的理念灌输到每一个职工的心里,落在每一个职工的具体行动上,切实提高职工自防自护的意识,企业还应当加大职业病的防治力度,切实加大投入,改善工作环境,按照国家规定及时发放高效的劳动防护用品,做好职工的劳动保护工作,保护劳动者的健康。只有企业和职工共同努力,提高健康意识,关爱健康,呵护身体,切实做好劳动保护工作,防范职业危害,才能真正把职业病挡在门外,真正保护劳动者的健康权益,维护劳动者的健康。



警惕职业危害,识别职业有害因素

为什么会患上职业病?最直接的解释无疑是因为职工在工作过程中接触到了一些危害到身体健康的因素并损害到了健康。

在工作中,由于各种各样的行业和岗位,因而职业危害因素也非常广泛。从全球范围看,约有10万种化学物质会对健康产生严重危害。另约有50种物理因素、200种生物因素和20种有害人体的工效条件以及难以统计的心理—社会因素造成的危险,损害劳动者良好的身体和精神状态。广义而言,这些因素都是职业有害因素。防范职业病,最为关键的就是减少职业危害因素的危害,减少与危害因素的接触,所以,职工要学会识别这些有害因素,并尽量采取有效措施,减少与有害因素的接触,降低这些有害因素的危害。

职业危害因素是指与生产有关的劳动条件包括生产过程、劳动过程和生产环境,对劳动者健康和劳动能力产生有害作用的职业因素。按其来源主要包括:

(1)生产工艺过程中的有害因素,随着生产技术、机器设备、使用材料和工艺流程变化不同而变化。如与生产过程有关的原材料、工业毒物、粉尘、噪声、振动、高温、辐射及传染性因素等因素有关。

(2)劳动过程中的有害因素:主要是由于生产工艺的劳动组织情况、生产设备布局、生产制度与作业人员体位和方式以及智能化的程度有关。

(3)作业环境中的有害因素,主要是作业场所的环境,如室外不良气象条件、室内由于厂房狭小、车间位置不合理、照明不良与通风不畅等因素的影响都会影响到作业人员的健康。

如按职业危害因素的性质分,还可以分成物理因素、化学因素、生物因素等多种。

了解各类职业活动中存在的主要职业病危害因素非常重要,有了这方面的知识才能选择适合自己的职业,并在从事职业活动时有的放矢地采取防护措施,避免健康受到损害。以下列举了一些常见职业活动中可能会接触到的主要职业病危害因素。广大职工要学会识别,并做好相关的防护工作,及早预防职业病,减少这些危害因素对健康的伤害。

(1)以接触化学性因素为主的职业

①鞋厂。鞋厂使用的不合格的黏合剂(胶水)中含有正己烷或苯,长期接触的工人极可能发生正己烷和苯中毒。

②玩具厂。玩具厂使用的油漆中可能含苯、铅,容易引起苯中毒、铅中毒。如果工厂用三氯乙烯、正己烷、天拿水(含苯)作为清洗剂,易引起三氯乙烯、正己烷和苯中毒。如果工厂用含有二氯乙烷的胶水作黏合剂可引起二氯乙烷中毒。

③皮具、皮件厂。有些皮具、皮件厂用含苯、正己烷、二氯乙烷的黏合剂,容易引起苯中毒、正己烷中毒、二氯乙烷中毒。

④纸箱厂。纸箱厂通常用的胶水中含苯,易引起苯中毒。

⑤电子厂。电子厂的焊料中含铅,所以焊锡工人易患铅中毒;清洗电路板用到的白电油(含正己烷)、三氯乙烯、天拿水,易引起正己烷、三氯乙烯和苯中毒;一些电子产品中含铅、汞、镉等金属,可能会引起铅、汞、镉等金属中毒。

⑥印刷厂。印刷时清洗印刷机器的油墨使用白电油、汽油、天拿水,可引起正己烷、汽油、苯中毒。

⑦阴沟或化粪池清理、井下施工。这些工作容易发生急性硫化氢中毒或急性一氧化碳中毒。

⑧喷漆作业。喷漆作业的主要职业危害是吸入有机溶剂蒸气。普通油漆通常用汽油作溶剂,环氧铁红底漆含少量二甲苯,浸漆主要含甲苯,也有少量苯。喷漆(硝基漆)及其稀释剂(俗称天拿水或香蕉水)中含苯或甲苯、二甲苯较多,在无防护情况下喷漆,由于作业场所空气中苯浓度相当高,对喷漆工人危害极大。

⑨农药作业。职业接触主要见于农药生产、分装、运输、保管、销售和配药、喷洒等农药施用过程,药械的修理和清洗,以及用手洗污染的工作服也会因接触其中的残余农药而中毒。职业性急性农药中毒多由田间施

药时违反操作规程引起,如配制农药浓度过高、药械溢漏、徒手修理或用口吹喷嘴、逆风喷药、衣服或皮肤污染后未及时清洗等。

(2)以接触粉尘为主的职业

①煤矿、金矿开采。采矿过程中会产生大量粉尘,容易造成采矿工人的煤工尘肺或矽肺。

②隧道掘进。公路、铁路修建过程中常需进行隧道掘进,其产生的粉尘很容易造成掘进工人的矽肺。

③五金厂。打磨、抛光产生的粉尘能引起尘肺病。如果使用三氯乙烯、天拿水、白电油清洗产品,还会引起三氯乙烯中毒、苯中毒、正己烷中毒。

④宝石加工厂。宝石加工在切割、雕刻、抛光、打磨等工序中会产生粉尘,易引起硅肺病。

⑤陶瓷厂。陶瓷厂以陶土为原料,长期吸入陶土粉尘极易引起陶工尘肺。另外,烧制陶瓷温度很高,夏天易引起中暑。

⑥集装箱厂。集装箱的焊条含铅、锰,可引起铅中毒、锰中毒;喷漆含苯,很容易引起苯中毒、苯所致白血病(职业性肿瘤)。电焊工人易患电焊工尘肺。喷砂、打砂也会引起尘肺。打磨、冲压集装箱的铁板时产生的噪声很大,可导致职业性噪声聋。

(3)以接触放射性职业危害因素为主的职业

①核工业系统。放射性矿物开采、冶炼和加工,以及核反应堆、核电站的建立和运转。

②射线发生器的生产和使用。加速器、医用和工农业生产使用的 X 射线和 Y 射线辐射源。

③放射性核素的加工生产和使用。核素化合物、药物的合成及其在实验研究及诊疗上的应用。

④天然放射性核素伴生或共生矿生产,如磷肥、稀土矿、钨矿等开采和加工。

⑤医疗照射。操作利用 X 射线医疗装置的各项检查。

(4)以接触生物性职业危害因素为主的职业

①因接触炭疽杆菌可能导致炭疽的行业或职业。在食品制造业从事牲畜检疫工作;在纺织业从事拣毛作业;在皮革、毛皮及其制品业从事坯