

နေရာသိတွင် အပူလှိုင်းဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော နာမကျန်းမှုမှ ကာကွယ်ရန် လမ်းညွှန်ချက်



အပူလှိုင်းဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော နာမကျန်းမှုများအတွက် အပူလှိုင်းအဆင့်အလိုက် အကောင်အထည်ဖော်ရမည်ဖြစ်သော ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအစီအမံများကို အပူလှိုင်းမဖြစ်မီ လုပ်ငန်းခွင်များတွင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်သည်။

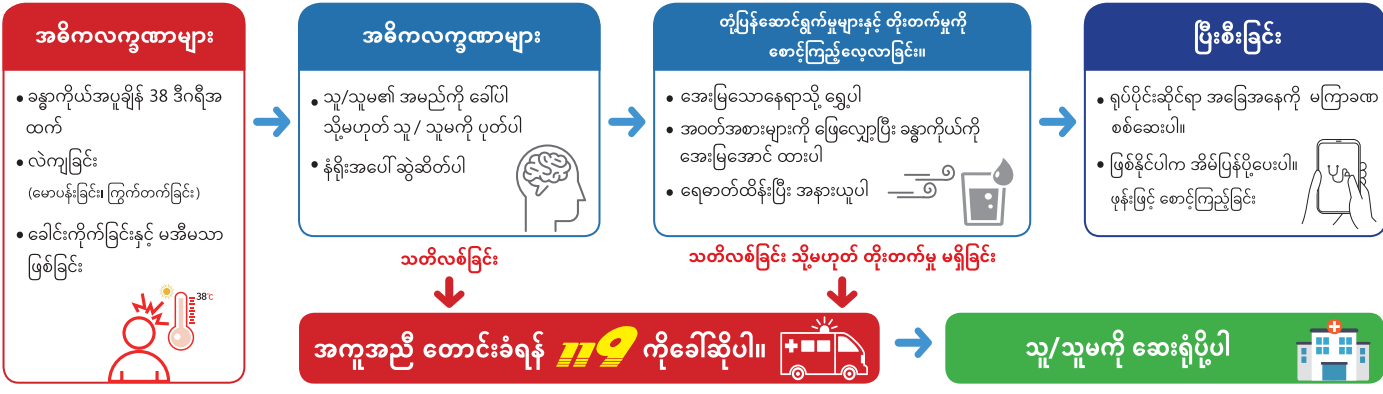
- အပူလှိုင်းဆိုသည်မှာ ပုံမှန်နေရာသိအပူချိန် ၃၁ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ထက် ပြင်းထန်သော အပူရှိန်ကို ဆက်တိုက်ဖြစ်ပေါ်နေစေသည့် ရာသီဥတုဖြစ်စဉ်ကို ဆိုလိုပြီး ဤဖြစ်စဉ်သည် အပူလျှပ်ခြင်းကဲ့သို့သော နာမကျန်းမှုများ ဖြစ်နိုင်စေပါသည်။
- အစိုးရသည် နေရာသိတွင်းတွင် အပူလှိုင်းဒဏ်ကို တန်ပြန်သည့် အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်သည့် ကာလ (မေ ၂၀ မှ စက်တင်ဘာ ၃၀) ကို ထားရှိဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အပူလှိုင်းဒဏ်ကြောင့် ထိခိုက်မှုများကို တားဆီးရန် အားထုတ်သည်။

အပူလှိုင်းဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော နာမကျန်းမှုမှ ကာကွယ် ရန် အခြေခံစည်းမျဉ်း ၃ ခုကို လိုက်နာပါ။

ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းခွင်ကဲ့သို့သော ပြင်ပလုပ်ငန်းခွင်များ	အိမ်တွင်းလုပ်ငန်းခွင်များ
<p>ရေ</p> <p>☑ အေးမြသန့်ရှင်းသော ရေကို ပေးဆောင်ရန် လိုအပ်သည် / ပုံမှန်ရေဓါတ်</p>	<p>☑ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းခွင်များအတွက် သတ်မှတ်ထားသော အတိုင်းအတာအတွင်း အပူချိန်ထိန်းထားရန်အောက်ပါအစီအမံများကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် လိုအပ်ပါသည်</p> <p>1 လုပ်ငန်းခွင်တွင် သာမိုဟိုက်ဂရိုမီတာ တပ်ဆင်ခြင်း</p> <p>2 လေပူများ ပိတ်မိနေခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် * ရန်အအေးပေးစနစ် သို့မဟုတ် လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း</p> <p>* လေလည်ပတ်ကိရိယာ၊ ပန်ကာ၊ လေအေးပေးစက်၊ မိုဘိုင်းလေအေးပေးစက်၊ စသည်တို့။</p> <p>3 ညဆိုင်းအတွင်း အိမ်တွင်းအပူချိန်ကို စီမံခန့်ခွဲရန် လိုအပ်သည်။</p>
<p>အရိပ်</p> <p>☑ အလုပ်နေရာအနီးတွင် အရိပ်ရေခဲရိယာ (အနားယူရန်နေရာ) ထားရှိသင့်သည်။</p> <p>☑ အေးမြသော လေဝင်လေထွက်ကောင်းသည့် နေရာတွင် အရိပ်အကာများကို တပ်ဆင်သင့်သည်။</p> <p>☑ သယ်ရလွယ်သော လေအေးပေးစက်ကဲ့သို့သော အခန်းတွင်း အအေးပေးစက်များ ထပ်မံ လိုအပ်သလို တပ်ဆင်ပါ။</p>	<p>လေ</p> <p>☑ အပူလှိုင်းသတိပေးချက် (စောင့်ကြည့်၊ သတိပေး) ချိန်တွင် တစ်နာရီတိုင်း 10 မိနစ်မှ 15 မိနစ်အထိ အနားယူရန် လိုအပ်သည်</p> <p>☑ အပူချိန် မြင့်မားသော အချိန်များ (14:00-17:00) အတွင်း အနားယူရန်နှင့် ပြင်ပအလုပ်များကို လျော့ချပါ</p> <p>1 အလုပ်ချိန်ကို ပြန်လည်စီစဉ်ခြင်း</p> <p>2 အလုပ်ချိန်ကို လျော့ချပြီး အားထုတ်ရမှု နည်းသော အလုပ်များကို အာရုံစိုက်ခြင်းဖြင့် အလုပ်ချိန်ကို ချိန်ညှိပါ</p> <p>3 အိမ်တွင်း၌ လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း</p> <p>4 အလုပ်သမားများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေများကို စစ်ဆေးပါ</p> <p>* မြင့်မားသော အပူချိန် ရှိသည့် အချိန်များအတွင်း ခေတ္တအနားယူခြင်းသည် အရေးကြီးပြီး ကုန်ထုတ်စွမ်းအားကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပါသည်။</p>
<p>အနားယူပါ</p>	<p>အနားယူပါ</p>

အပူဒဏ်ကြောင့် ဖျားနာပါက ချက်ချင်း အရေးယူဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

- အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြင်း ကဲ့သို့သော အန္တရာယ်များကြောင့် အလုပ်သမားတစ်ဦးသည် အလုပ်လုပ်ခြင်းကို ရပ်တန့်ရန် တောင်းဆိုပါက ချက်ချင်းအရေးယူ ဆောင်ရွက်ရန် လိုသည်။
- အပူချိန်နှင့် စိုထိုင်းဆများ များပြားစွာ ထိတွေ့ခြင်းကြောင့် အပူလှိုင်းဒဏ်ကြောင့် လေဖြတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ခြေကုန်လက်ပန်းကျခြင်းကဲ့သို့ နာမကျန်းမှု ဖြစ်ပွားပါက အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ချက်ချင်း အရေးယူဆောင်ရွက်ပါ။
- အထူးသဖြင့် အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသော အဖွဲ့နှင့် ပြင်းထန်သော အလုပ်များကို လုပ်ဆောင်နေရသော အလုပ်သမားများသည် ၎င်းတို့၏ တာဝန်များကို မထမ်းဆောင်မီနှင့် လုပ်ဆောင်ပြီးနောက်တွင် ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေများကို စစ်ဆေးရန် လိုအပ်ပါသည်။



* အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုများကို ကာကွယ်ရန် ဤလမ်းညွှန်ချက်ကို ပေးအပ်ထားပြီး လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေနှင့် အလုပ်သမားများ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို အခြေခံ၍ တူညီသော သို့မဟုတ် ပိုမိုမြင့်မားသော အဆင့်တွင် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ထင်ရှားသော ("ခံစားရသကဲ့သို့") အပူချိန်အရ အပူလှိုင်းအဆင့်ပေါ်မူတည်၍ အပိုထပ်ဆောင်း တုံ့ပြန်မှု အစီအမံများ ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

အလွန်ပူပြင်းသည့် ရာသီဥတုများ၌ အိမ်တွင်း/အိမ်ပြင်ရှိ အလုပ်နေရာများသည် အပူလှိုင်းနှင့် ဆက်တိုက်ထိတွေ့နေချိန်တွင် အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုများကို ကာကွယ်ရန် အခြေခံစည်းမျဉ်းများအပြင် အပိုထပ်ဆောင်း တုံ့ပြန်မှုအစီအမံများ ချမှတ်လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

အဖြစ်များသော ကိစ္စရပ်များ

- ▶ KMA (သို့မဟုတ် မိုးလေဝသတိပေးချက်အက်ပ်) ၏ တာ်ဆိုက်မှုတစ်ဆင့် ရာသီဥတုအခြေအနေများကို ကြည့်ရှုပြီး အလုပ်သမားများအတွက် အပူလှိုင်းအချက် အလက်ကို ပေးအပ်ပါ။
- ▶ အေးမြသန့်စင်သည့် ရေအပြင် အလုပ်သမားများ နားနေရန် အရိပ်များ (အနားယူရန် ဧရိယာ) ကို ပြင်ဆင်ထားပါ။
- ▶ အိမ်တွင်းလုပ်ငန်းခွင်များတွင် လေအေးပေးစက် / လေဝင်လေထွက်စနစ်များသည် လုံလောက်မှုရှိမရှိ စစ်ဆေးရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ▶ အပြင်ဘက်တွင် သို့မဟုတ် အတွင်းဘက် ပူလောင်သည့် အလုပ်ခွင်များတွင် အလုပ်လုပ်သည့်အခါ လက်ပတ်အကာအကွယ်များကဲ့သို့သော အအေးထိန်းသိမ်းသည့် ကိရိယာများ ပေးအပ်ပါ။
- ▶ အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုဖြစ်နိုင်ခြေ များသော အုပ်စုနှင့် ပြင်းထန်သော အလုပ်များကို လုပ်ဆောင်နေသည့် အလုပ်သမားများကို ပိုမို အာရုံစိုက်ပါ။

အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသော အုပ်စုသည် အဘယ်နည်း။

▲ အလွန်မြင့်ခြင်း၊ ဆီချိုရောဂါရှိသူများ၊ သွေးပေါင်ကျခြင်းစသည်ဖြင့် ▲ အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ရာဇဝင်ရှိသူများ ▲ အပူလှိုင်းထိတွေ့ခြင်းခံရ တာဝန်များထမ်းဆောင်ရန် အသစ်ခန့်ထားသူများ

ပြင်းထန်သော အလုပ်ဟူသည် အဘယ်နည်း။ အလုပ်သမားသည် ပြင်းထန်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခွန်အားစိုက်ထုတ်မှုကို လိုအပ်ပြီး အပူဒဏ်ကို အလွယ်တကူ ထိတွေ့ခံစားနိုင်သည်။

▲ (ဥပမာ) ပြင်းထန်သော အပူလှိုင်းများ ဖြစ်နေချိန်တွင် ဇင် / သံမဏိဘား / တွန့်ကရစ်လောင်ခြင်းနှင့် ဂဟေဆက်ခြင်းကဲ့သို့သော ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးအတွက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခွန်အား လိုအပ်သော တာဝန်များ၊ သို့မဟုတ် လေးလံသော အရာဝတ္ထုများကို ထပ်မံတင်လဲလဲ
 မ၊ ချ သို့မဟုတ် ကိုင်တွယ်ရသော တာဝန်များ၊ ဝေါ်ပြား/တူ/လှက်သို့သော ကိရိယာများကို အသုံးပြုရသော တာဝန်များ

သတိထား

သို့မဟုတ် အပူလှိုင်း ခံစားကြည့်ခြင်း

ထင်ရှားသော အပူချိန် 33°C သို့မဟုတ် ထိုထက် ပိုမြင့်သည်

- ▶ တစ်နာရီတိုင်း အရိပ်ထဲ (နားနေရိယာ) တွင် 10 မိနစ်ခန့် အနားယူချိန် ပေးပါ။
- အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသည် အဖွဲ့နှင့် ပြင်းထန်သော အလုပ်တွင် ပါဝင်သည့် အလုပ်သမားများအတွက် ထပ်လောင်းအားလပ်ချိန်များကို စီစဉ်ပါ။
- ▶ အပူချိန်မြင့်မားသော အချိန်များ (14:00-17:00) အတွင်း ပြင်ပအလုပ်သမားများကို လျှော့ချပါ သို့မဟုတ် အလုပ်ချိန်ကို ချိန်ညှိပါ။

သတိပေး

သို့မဟုတ် အပူလှိုင်း သတိပေးချက်

ထင်ရှားသော အပူချိန် 35°C သို့မဟုတ် ထိုထက် ပိုမြင့်သည်

- ▶ တစ်နာရီတိုင်း အရိပ်ထဲ (နားနေရိယာ) တွင် 15 မိနစ်ခန့် အနားယူချိန် ပေးပါ။
- အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသည် အဖွဲ့နှင့် ပြင်းထန်သော အလုပ်တွင် ပါဝင်သည့် အလုပ်သမားများအတွက် ထပ်လောင်းအားလပ်ချိန်များကို စီစဉ်ပါ။
- ▶ ရှောင်လွှဲ၍ မရပါက အပူချိန်မြင့်မားသော (14:00-17:00) နာရီအတွင်း ပြင်ပအလုပ်များကို ခေတ္တ နားထားပါ။
- ရှောင်လွှဲ၍ မရသော ပြင်ပအလုပ်အတွက် လုံလောက်သော အားလပ်ချိန်များပေးပါ။
- ▶ အလုပ်သမားများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေများကို စစ်ဆေးရန် တာဝန်ရှိပုဂ္ဂိုလ်အား တာဝန်ပေးအပ်ပါ။

ပြင်းထန်

ထင်ရှားသော အပူချိန် 38°C သို့မဟုတ် ထိုထက် ပိုမြင့်သည်

- ▶ တစ်နာရီတိုင်း အရိပ်ထဲ (နားနေရိယာ) တွင် 15 မိနစ် သို့မဟုတ် ထို့ထက်ကြာကြာ အနားယူချိန် ပေးပါ။
- အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသည် အဖွဲ့နှင့် ပြင်းထန်သော အလုပ်တွင် ပါဝင်သည့် အလုပ်သမားများအတွက် ထပ်လောင်းအားလပ်ချိန်များကို စီစဉ်ပါ။
- ▶ ဘေးအန္တရာယ်နှင့် ဘေးကင်းရေး စီမံခန့်ခွဲမှုအတွက် လိုအပ်သော အရေးပေါ်အစီအမံများမှအပ အပူချိန်မြင့်မားသော (14:00-17:00) နာရီအတွင်း ပြင်ပအလုပ်ကို ဆိုင်းငံ့ထားပါ။
- အရေးပေါ်လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်သည့်အခါ လုံလောက်သော ရုပ်နားချိန်များကို ပေးပါ။
- ▶ အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု၊ ဥပမာ၊ လေဖြတ်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ခြေများသော အဖွဲ့အတွက် ပြင်ပအလုပ်များ လုပ်ဆောင်ခြင်းကို ကန့်သတ်ပါ။
- ▶ အလုပ်သမားများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေများကို စစ်ဆေးရန် တာဝန်ရှိပုဂ္ဂိုလ်အား တာဝန်ပေးအပ်ပါ။

သိသာထင်ရှားသော ("ခံစားရသကဲ့သို့") အပူချိန်ကို ဘယ်လိုစစ်ဆေးမလဲ။

ထင်ရှားသော ("ခံစားရသကဲ့သို့") အပူချိန်ဆိုတာ ဘာလဲ။ ၎င်းသည် စိုထိုင်းဆနှင့် လေတိုက်ခတ်မှုတို့မှ ဆက်ရောက်မှုများကို ပေါင်းထည့်ခြင်းဖြင့် စိုထိုင်းဆနိမ့်ပါးသော အချိန်တွင် နိမ့်ပါးသည်ဟုလည်းကောင်း မြင့်မားသော စိုထိုင်းဆအောက်တွင် ပိုမိုမြင့်မားသည်ဟုလည်းကောင်း လက်ရှိအပူချိန်ကို သိမြင်နိုင်သော လူ့အာရုံခံစားမှုကို ကိန်းဂဏန်းဖြင့် ဖော်ပြသည့် အပူချိန်ဖြစ်သည်။


ပြင်ပလုပ်ငန်းခွင်များ

- ▶ KOSHA ပင်မစာမျက်နှာ ➔ ပရောဂျက်ဒီဒါနိန်း ➔ လုပ်ငန်းခွင် ကျန်းမာရေး ➔ ရာသီဥတု ပြောင်းလဲခြင်း ➔ အပူလှိုင်း သက်ရောက်မှု ခန့်မှန်းချက် (QR ကုဒ်ကို စကင်နဲဖတ်ပါ)
- ▶ ကိုရီးယား မိုးလေဝသ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာန၏ မိုးလေဝသ သတိပေးချက်များ အက်ပ်ကို ပုံမှန် ကြည့်ရှုပါ။

အိမ်တွင်း လုပ်ငန်းခွင်များ

- ▶ အပူချိန်လွန်ကဲသော လုပ်ငန်းခွင်တွင် သာမိုမီတာများဖြင့် အာရုံခံအပူချိန်ကို တွက်ချက်ပါ (QR ကုဒ်ကို စကင်နဲဖတ်ပါ)

အာရုံခံ အပူချိန်တွက်စက်

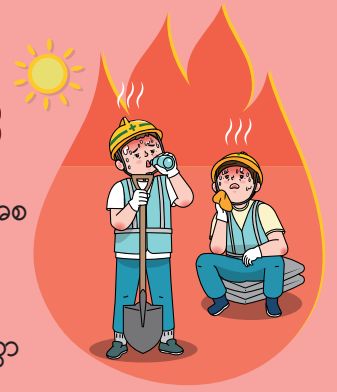


KMA မှ ထင်ရှားသော အပူချိန်ဇယား

အပူချိန် ဖိုထိုင်းသ	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
40	26.6	27.6	28.5	29.5	30.4	31.4	32.4	33.3	34.3	35.3	36.2	37.2	38.2
45	27.1	28.1	29.0	30.0	31.0	32.0	32.9	33.9	34.9	35.9	36.9	37.8	38.8
50	27.6	28.6	29.5	30.5	31.5	32.5	33.5	34.5	35.4	36.4	37.4	38.4	39.4
55	28.0	29.0	30.0	31.0	32.0	33.0	34.0	35.0	36.0	37.0	38.0	39.0	40.0
60	28.4	29.4	30.4	31.4	32.4	33.5	34.5	35.5	36.5	37.5	38.5	39.5	40.5
65	28.9	29.9	30.9	31.9	32.9	33.9	34.9	35.9	36.9	38.0	39.0	40.0	41.0
70	29.3	30.3	31.3	32.3	33.3	34.3	35.4	36.4	37.4	38.4	39.5	40.5	41.5
75	29.7	30.7	31.7	32.7	33.7	34.8	35.8	36.8	37.8	38.9	39.9	40.9	42.0
80	30.0	31.1	32.1	33.1	34.1	35.2	36.2	37.2	38.3	39.3	40.4	41.4	42.4
85	30.4	31.4	32.5	33.5	34.5	35.6	36.6	37.7	38.7	39.7	40.8	41.8	42.9
90	30.8	31.8	32.9	33.9	34.9	36.0	37.0	38.1	39.1	40.2	41.2	42.3	43.3



အပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ကာကွယ်ရန် ဆောင်ရွက်ရမည့် စာရင်း



- 1 လုပ်ငန်းခွင်တွင် ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော ဘေးအန္တရာယ်များကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ရန်နှင့် အပူလှိုင်းတုံ့ပြန်မှုအစီအစဉ်တစ်ရပ်ကို ရေးဆွဲရန် ဤဆောင်ရွက်ရန်စာရင်းကို အလုပ်ရှင်များထံ ပေးအပ်ထားပါသည်။
- 2 အပူလှိုင်းနှင့် ထိတွေ့မိပါက အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုဖြစ်စေနိုင်လျှင် အလုပ်ပတ်ဝန်းကျင်ကို တိုးတက်စေရန် အခြေခံစည်းမျဉ်းသုံးခုကို လိုက်နာပြီး မတော်တဆမှုတစ်ခု ဖြစ်ပွားသည့်အခါတွင် လျင်မြန်စွာ တုံ့ပြန်ရန် ဤအပူနှင့်ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ကာကွယ်ရန် ဆောင်ရွက်ရမည့် စာရင်းကို အသုံးပြုပါ။

သင့်ဘာသာ ပုံမှန် ကြည့်ရှုပါ		ဟုတ်	မဟုတ်
လုပ်ငန်းခွင်ဝန်းကျင်	၁။ ပူပြင်းသော ရာသီဥတု သို့မဟုတ် တိုက်ရိုက် နေရောင်ခြည်အောက်တွင် အပြင်ဘက်ထွက် လုပ်ရမည့် အလုပ်တစ်ခုခု သင့်မှာ ရှိပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၂။ ဖြောထွက်သော အပူကဲ့သို့သော အပူရှိန် ရင်းမြစ်များရှိသော ပူပြင်းသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အိမ်တွင်းအလုပ်များ သင့်မှာ လုပ်ရန် ရှိပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၃။ ပူပြင်းသော အိမ်တွင်း သို့မဟုတ် ပြင်ပပတ်ဝန်းကျင်တွင် လုပ်ဆောင်ရသည့် ပြင်းထန်သော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်နေရပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ပြင်ဆင်ခြင်း	၄။ အာရုံခံအပူချိန်စစ်ဆေးမှုများ၊ ကျန်းမာရေးအခြေအနေ၊ အခြေခံစည်းမျဉ်း ၃ ချက်ကို ပြည့်စုံစေရန်နှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အရေးပေါ်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကဲ့သို့သော ကြိုတင်စစ်ဆေးမှုများကို သင် လုပ်ဆောင်နေပါသလား။ - လေပူများ တန်နေခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် အခန်းတွင်း အအေးခံစက်နှင့် အချိန်အပိုင်းအခြားအလိုက် လေဝင်လေထွက် ကိရိယာများကို အိမ်တွင်း လုပ်ငန်းခွင်များတွင် တပ်ဆင်ထားပါသလား။ * လေလည်ပတ်စက်၊ ပန်ကာများ၊ အအေးပေးစက်များ၊ သယ်ရလွယ်သော လေအေးပေးစက် စသည်တို့။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၅။ အခြေခံစည်းမျဉ်း သုံးခုကို အကောင်အထည်ဖော်ပြီး လုပ်ငန်းခွင်ဝန်းကျင်ကို ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် အကြံပြုချက်များကို ပံ့ပိုးပေးရာတွင် အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု အန္တရာယ်များနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများကို စီမံဦးဆောင်ရန် တာဝန်ခံတစ်ဦးကို သင်ခန့်အပ်ထားပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၆။ TBMs သို့မဟုတ် အခြားနည်းလမ်းများမှတစ်ဆင့် အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုအန္တရာယ်များ၊ ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များအကြောင်း အသိပညာပေးခြင်းများကို အလုပ်သမားများသည် ပြုလုပ်နေပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
အပူလှိုင်း တုံ့ပြန်မှု	၇။ အလုပ်သမားများ အလုပ်လုပ်နေသည့် နေရာတွင် သာမိုမီတာတစ်ခု ထားရှိပြီး ၎င်းတို့၏ အာရုံခံ အပူချိန်ကို မကြာခဏ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပါ။ * (ပြင်ပ) ကိုရီးယားမိုးလေဝသစီမံကွပ်ကဲမှု၏ ရာသီဥတုသတိပေးချက်အက်ပ်ကို ပုံမှန်ကြည့်ရှုပါ။ (အိမ်တွင်းပိုင်း) KOSHA ၏ အာရုံခံ အပူချိန် တွက်ချက်မှုစနစ် (QR ကုဒ်) ကို ပုံမှန်ကြည့်ရှုပါ။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၈။ အပူလ ခိုင်းဒဏ်ခံရသော အလုပ်သမားများသည် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ၊ အလုပ်ဝန်နှင့် အကာအကွယ်ပစ္စည်းကိရိယာများ ဝတ်ဆင်ထားခြင်းရှိမရှိ စသည့် တစ်ဦးချင်းစီ၏ အန္တရာယ်များကို စစ်ဆေးပြီးပြီလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၉။ အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု ဖြစ်လွယ်သော အုပ်စုများနှင့် ကြီးမားသော အလုပ်ဝန်များ လုပ်ရသည့် အလုပ်သမားများအကြား အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှု၏ လက္ခဏာများကို သင် စောင့်ကြည့်နေပါသလား။ * ဖျားခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ကြွက်သားများ ကြွက်တက်ခြင်း၊ ချွေးထွက်ခြင်း၊ ပျို့ခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း စသည်	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၁၀။ အခြေခံစည်းမျဉ်းသုံးခု၊ အပူလှိုင်းအဆင့်များကို တုံ့ပြန်နိုင်စွမ်းနှင့် မတော်တဆမှုတစ်ခု ဖြစ်ပွားသည့်အခါ ချက်ချင်းလုပ်ဆောင်ရမည့်ကို သင် လိုက်နာနိုင်ပါသလား။ * (အိမ်တွင်း) အခန်းတွင်း လေဝင်လေထွက် ကိရိယာ စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကာလအပိုင်းအခြားအလိုက် လေဝင်လေထွက် အတိုင်းအတာနှင့် အအေးပေးစက်များ ပံ့ပိုးပေးခြင်း	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	၁၁။ လုပ်သားတစ်ဦးသည် အပူနှင့် ဆက်စပ်သော နာမကျန်းမှုကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းကဲ့သို့သော နီးကပ်လာသော အန္တရာယ်ကြောင့် အလုပ်ဆိုင်းငံ့ရန် တောင်းဆိုပါက အလုပ်ကို ချက်ချင်း ရပ်ရန် ဖြစ်နိုင်ပါသလား။	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>