

အလုပ်ခွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး - သန့်ရှင်းရေး

ကူးစက်ခံရသူ တစ်ဦး ချောင်းဆိုးသည့်အခါ သို့မဟုတ် နှာချေသည့်အခါ ထွက်ကျလာသည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း အရည်စက်လေးများမှတစ်ဆင့် COVID-19 ကူးစက်ပျံ့နှံ့ပါသည်။ လူတစ်ဦးသည် ဗိုင်းရပ်စ်ကို အဆိုပါ ဗိုင်းရပ်စ် ရှိနေသည့် မျက်နှာပြင်အား သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထုအား ထိတွေ့ခြင်းလုပ်ပြီးနောက် မိမိ၏ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း သို့မဟုတ် မျက်လုံးများကို ထိတွေ့ခြင်းအားဖြင့် ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။

အလုပ်ခွင်နေရာများကို အနည်းဆုံး နေ့စဉ် သန့်ရှင်းပေးရမည်။ ဆပ်ပြာမှုန့်နှင့် ရေဖြင့် သန့်ရှင်းပေးခြင်းမှာ လုံလောက်ပါသည်။

သင်သည် -

- မျက်နှာပြင်များအား ထိတွေ့ခြင်းကို အနည်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်သင့်သည်- ဆိုင်းဘုတ်များ ထောင်ပေးပြီး ဖောက်သည်များအား သတိပေးရန် သင့် အလုပ်သမားများကို ပံ့ပိုးပါ
- အလုပ်သမားများအတွက် ထိတွေ့ရမည့်နေရာ အရေအတွက်ကို လျှော့ချပေးသင့်သည်
- ဖြစ်နိုင်လျှင် အဝင် နှင့် အထွက် နေရာများ၌ လက်ဆေးကြောရန် ပံ့ပိုးပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် လက် ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်တို့ကို ချပေးထားသင့်သည်

သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပုံနှင့် ပိုးသတ်သန့်စင်ရေးလုပ်ပုံ

မျက်နှာပြင်တစ်ခုကို ပိုးသတ်သန့်စင်ရေးမလုပ်မီ ၎င်းကို ဦးစွာ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဖုန်နှင့် ဆီချေးများသည် ပိုးမွှားများကို သတ်ရန်အတွက် ပိုးသတ်ဆေးများ၏ အရည်အသွေးကို လျှော့ကျစေပါသည်။

သင့်အနေဖြင့် သင့်အလုပ်သမားများအား သင့်တော်သော သန့်ရှင်းရေးသုံး အရာပစ္စည်းများနှင့် ပိုးသတ်သန့်စင်ရေးသုံး အရာပစ္စည်းများနှင့်တကွ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အကာအကွယ်ပေး ကိရိယာတို့ကို ပေးအပ် ထားရလိမ့်မည်ဖြစ်ပြီး သူတို့သည် အဆိုပါ ပစ္စည်းများ အသုံးပြုပုံကို လေ့ကျင့်ခံထားရကြောင်း သေချာစေပါ။

သန့်ရှင်းပေးခြင်းနှင့် ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးခြင်း အကြား ကွဲခြားချက်မှာ အဘယ်နည်း။

သန့်ရှင်းပေးခြင်း ဆိုသည်မှာ ဆပ်ပြာမှုန့်နှင့် ရေကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် မျက်နှာပြင်များမှ ပိုးမွှားများ (ဘက်တီးရီးယားနှင့် ဗိုင်းရပ်စ်)၊ ဖုန်အညစ်အကြေးနှင့် ဆီချေးတို့ကို အရှိအတိုင်း ဖယ်ရှားပေးရန် ဆိုလိုသည်။

ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးခြင်း ဆိုလိုသည်မှာ မျက်နှာပြင်များပေါ်ရှိ ပိုးမွှားများကို သတ်ပစ်ရန် ဓါတုပစ္စည်းများကို အသုံးပြုခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ အကယ်၍ မျက်နှာပြင်မှာ ဗိုင်းရပ်စ်ဖြင့် ညစ်ညမ်းနေနိုင်ဖွယ်ရှိမှသာ ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးများကို သာမန်အားဖြင့် လိုအပ်ပါသည်။

မည်သည့်နေရာများကို သန့်ရှင်းပေးပြီး ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးသင့်သနည်း၊ မည်မျှ မကြာခဏ လုပ်ရမည်နည်း။

တံခါးလက်ကိုင်များ၊ ကောင်တာခုံများ၊ ဖုန်းများ၊ EFTPOS နှင့် အိမ်သာခန်းများကဲ့သို့ ပံ့ပိုးအရာများဖြစ်သည့် မကြာခဏ ကိုင်တွယ်ခံရသည့် မည်သည့် မျက်နှာပြင်များကိုမဆို ပုံမှန် သန့်ရှင်းပေးသင့်သည်။

အမြင်အားဖြင့် ညစ်ပတ်နေကြောင်း သို့မဟုတ် ယိုဖိတ်ကျမှု ရှိသည့် မျက်နှာပြင်များကို အမြန်ဆုံး သန့်ရှင်းပေးသင့်သည်။

အလုပ်ခွင်၌ အကယ်၍ COVID-19 အတည်ပြုခံရလျှင် သို့မဟုတ် သံသယဖြစ်ခံရလျှင် ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးခြင်းမှာ လိုအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ သင့် အလုပ်ခွင်တွင် လူအများအပြား နေ့စဉ် အဝင်အထွက်ရှိလျှင် သင် ပုံမှန် ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးရန်ကိုလည်း အကြံပြုပါသည်။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်ခွင်၌ COVID-19 ရောဂါရှိသူ ရှိလျှင် ဘာလုပ်ရမည်နည်း။

အကယ်၍ အလုပ်ခွင်၌ သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါရှိသူ ရှိလျှင် သင့် [ပြည်နယ် သို့မဟုတ် အုပ်ချုပ်ခံနယ်မြေ ကျန်းမာရေး အာဏာပိုင်](#) သည် ဘာလုပ်ရမည်ကို သင့်အား ပြောပါမည်။ သူတို့၏ ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာပါ။

သင့် အလုပ်ခွင်ကို လူများ အလုပ်ခွင်သို့ ပြန်မလာနိုင်မီ လုံးလုံးလျားလျား သန့်ရှင်းပေးပြီး ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးရန် လိုအပ်ပါမည်။

အလုပ်သမားများ၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာသုံး အရာပစ္စည်းများကို ဘာလုပ်ရမည်နည်း။

အလုပ်ခွင်၌ အသုံးပြုသည့် မျက်မှန်များနှင့် ဖုန်းများကဲ့သို့ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာသုံး အရာပစ္စည်းများကို ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်ပါဝင်နေသည့် သုတ်စရာအဝတ်ဖြင့် ပုံမှန် သန့်ရှင်းပေးရန် သင့် အလုပ်သမားများအား သင် ပြောရလိမ့်မည်။

အကယ်၍ အရာတိုင်း ရောင်းကုန်သွားလျှင် ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်ကိုယ်ပိုင် ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်ကို လုပ်နိုင်ပါသလား။

စတိုးဆိုင်-မှဝယ်ယူသော ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်များမှာ အစိုးရ စံနှုန်းများနှင့် ကိုက်ညီသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့မှာ လုပ်ကိုင်ကြောင်း သင် သိသည်။ သို့သော်လည်း သင် အရောင်ချွတ်ဆေးနှင့် ရေကိုသုံး၍ ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်ကို သင် ဖော်စပ်နိုင်ပါသည်။ သင် ဓါတုပစ္စည်းကို သတိထား၍ ကိုင်တွယ်ရန် သေချာစေပါ။ ၎င်းတို့မှာ အန္တရာယ်ရှိသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရန် ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်သမားများသည် မည်သည့် အဝတ်အစားကို ဝတ်သင့်သနည်း။

အများစုသော အခြေအနေများ၌ သင့် အလုပ်ခွင်ကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရန်အတွက် အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် အကာအကွယ်ပေး အဝတ်အစားများကို ဝတ်ရန် မလိုအပ်ပါ။ စတင်လုပ်ရန်အဖြစ်-

- လက်အိတ်များမှာ အနည်းဆုံး လိုအပ်ချက်ဖြစ်သည်
- အကယ်၍ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရမည့်နေရာမှာ COVID-19 ရောဂါရှိကြောင်း သံသယဖြစ်ခံရသည့် သို့မဟုတ် အတည်ပြုခံရသည့် နေရာဖြစ်လျှင် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး နှာခေါင်းစည်းကို သုံးသင့်သည်
- ဝတ်ရုံများနှင့် တစ်ခါသုံး အပေါ်အောက်ဝတ်သည့် ဝတ်စုံများ မလိုအပ်ပါ
- သင့်အနေဖြင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အကာအကွယ်ပေး ကိရိယာ မည်သည့်ကိရိယာကိုမဆို ပေးအပ်ထားရန် လိုအပ်ပြီး ၎င်းတို့ကို ဘေးကင်းစွာ အသုံးပြုပုံကို သင့် အလုပ်သမားများအား လေ့ကျင့်ပေးထားရန် လိုသည်။

ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေးသည် COVID-19 ကို သတ်ပစ်မည်လား။

ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေးများသည် ဘက်တီးရီးယားကို သတ်ပစ်ရန် ပုံဖော်ထားသည်။ သို့သော် COVID-19 မှာ ဘက်တီးရီးယားကြောင့် မဟုတ်ဘဲ ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသောကြောင့် ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေး မလိုအပ်ပါ။

လက်များကို ဆေးကြောခြင်းအတွက် ပုံမှန် ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လုံလောက်ပါသည်။

ပိုမိုသော အချက်အလက်များ

COVID-19 နှင့် အလုပ်ခွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးတို့နှင့် ပတ်သက်သည့် ပိုမိုသိရှိလိုသော အချက်အလက်များကို [Safe Work Australia ဝက်ဘ်ဆိုက်](#) တွင်ကြည့်ပါ။