|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | ミャンマー語 |
| 33 | 清掃作業時の注意点 | သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်စဉ် သတိပြုရမည့်အချက်များ |
| ①傷口からの感染  ◯予防策 ・丈夫な手袋や底の厚い靴などを着用しましょう。 ・長袖など肌の見えない服装を着用しましょう。  ◯ケガをした場合 ・傷口を流水で洗浄し、消毒しましょう。 ・特に深い傷や汚れた傷は「破傷風」になる場合があるため、医師に相談しましょう。 ＊破傷風は傷口に破傷風菌が入り込んでおこる感染症で、医療機関で適切な治療を行わないと、死亡することもある病気です。  ②土埃への対応 土埃が目に入って結膜炎になったり、口から入って喉や肺に炎症を起こすこともありますので、目や口を保護することが重要です。  ◯予防策 ・ゴーグルとマスクを着用しましょう。 ・作業後には手洗いをしましょう。  ◯目に異物が入った場合 ・目を洗浄しても充血が起きている場合は、医師に相談しましょう。 | (၁) အနာဝမှ ကူးစက်ခြင်း  ○ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း   * ခိုင်သည့်လက်အိတ်နှင့် အောက်ခံထူသော ဖိနစ်စသည်တို့ကို ဝတ်ဆင်ကြပါစို့။ * လက်ရှည်စသည့် အသားကိုမမြင်နိုင်သော အဝတ်အစားကို ဝတ်ဆင်ကြပါစို့။   ○ ဒဏ်ရာရပါက   * အနာဝကို ရေဖြင့်ဆေးကြော၍ ပိုးသတ်ကြပါစို့။ * အထူးသဖြင့် နက်သောဒဏ်ရာနှင့် ညစ်ပေသောဒဏ်ရာများသည် မေးခိုင်ရောဂါဖြစ်တတ်သည့်အတွက် ဆရာဝန်နှင့်တိုင်ပင်ပါ။   \* မေးခိုင်ရောဂါသည် အနာဝသို့ မေးခိုင်ရောဂါပိုးဝင်ရောက်၍ဖြစ်ပွားသော ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပြီး ဆေးရုံဆေးပေးခန်းများတွင် သင့်လျော်သော ကုသမှုကိုမခံယူပါက အသက်ဆုံးရှုံးသည်အထိဖြစ်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။  (၂) ဖုန်မှုန့်များအားဆောင်ရွက်ခြင်း  ဖုန်မှုန့်များ မျက်လုံးတွင်းဝင်ရောက်ပါက မျက်မြှေးရောင်နာဖြစ်ခြင်း၊ ပါးစပ်မှ ဝင်ရောက်ပါက လည်ချောင်းနှင့် အဆုတ်တွင် ရောင်ရမ်းခြင်းဖြစ်စေနိုင်သည့်အတွက် မျက်လုံးနှင့်ပါးစပ်ကို ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသည်။  ○ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း   * မျက်မှန်နှင့် နှာခေါင်းစည်း တပ်ကြပါစို့။ * လုပ်ငန်းစဉ်ပြီးပါက လက်ဆေးကြပါစို့။   ○ မျက်လုံးထဲသို့ ပြင်ပပစ္စည်းဝင်ပါက   * မျက်လုံးကိုဆေးကြောလိုက်သော်လည်း မျက်လုံးနီနေပါက ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ကြပါစို့။ |