

รู้หรือไม่ การยกศาสตร คืออะไร?

เพื่อเพิ่ม
ประสิทธิภาพ
ในการทำงาน
ให้ดียิ่งขึ้น



รู้หรือไม่ ? การยศาสตร์คืออะไร ?

การยศาสตร์ คือ ?

คือ วิชาการที่เป็นการปรับเปลี่ยนสภาพงานให้เหมาะสม
กับผู้ปฏิบัติงานเพื่อความปลอดภัยและเพื่อสุขภาพต่างๆ

ในการทำงานของพนักงาน ที่เกิดขึ้นจากสภาพการทำงานที่ไม่เหมาะสม

เช่น อุณหภูมิที่สูง มีเสียงดัง มีแสงสว่างมากหรือเครื่องมือต่าง ๆ

ที่มีขนาดไม่เหมาะสมกับพนักงานเช่น เก้าอี้ที่มีขนาดสูงเกินไป

การเอื้อมหรือยกสิ่งของของชั้นสุดแขนหรือ งานที่ต้องก้มบ่อยๆ เป็นต้น



รู้หรือไม่ ? การยกศาสตร์คืออะไร ?

4 ปัญหาการยกศาสตร์ คืออะไร ?



การประสบอันตรายจาก
การยกหรือเคลื่อนย้ายของหนัก



การประสบอันตรายจาก
จากท่าทางการทำงาน



อาการเจ็บป่วยจาก
การเคลื่อนย้ายของหนัก



อาการเจ็บป่วยจาก
จากท่าทางการทำงาน

รู้หรือไม่ ? การยกศาสตร์คืออะไร ?

ตัวอย่างการแก้ปัญหาด้านการยกศาสตร์ที่ถูกต้อง?

ตัวอย่างเช่น ท่าทางในการยกสิ่งของที่ผิดวิธีเช่น การก้มหลังยกซึ่งถือเป็นวิธีที่ผิด! ที่ถูกต้องควรใช้การย่อตัวแทน เพราะการก้มหลังนั้น จะส่งผลเสียต่อกระดูกสันหลังที่เป็นต้นเหตุของอาการปวดหลังหรืออีกตัวอย่างหนึ่งคือ ท่าทางการใช้งาน เครื่องคอมพิวเตอร์ ซึ่งจะต้องมีการจัดท่าทางในการนั่ง การปรับระดับความสูงของเก้าอี้ การปรับระดับของหน้าจอ เป็นต้น

