

まんがでわかる

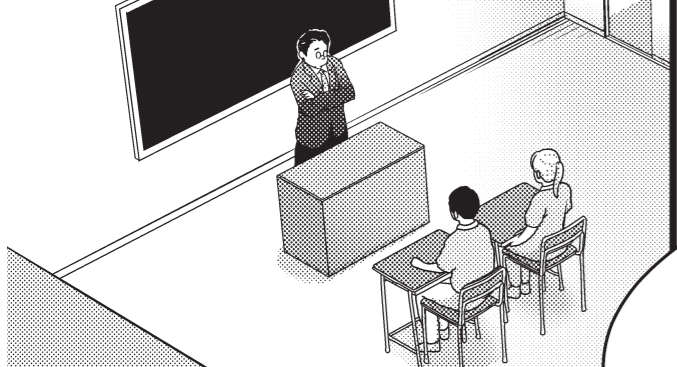


電子版
クメール語版

介護業の安全衛生

យល់ដឹងតាមរយៈម៉ង់ហ្វាក៍(Manga)
ពីសុវត្ថិភាពអនាម័យនៃឧស្សាហកម្មថែទាំ (Kaigo)





ថ្ងៃនេះយើងសិក្សាស្វែងយល់
ពីសុវត្ថិភាពអនាម័យនៃ
ឧស្សាហកម្មមើលថែ!



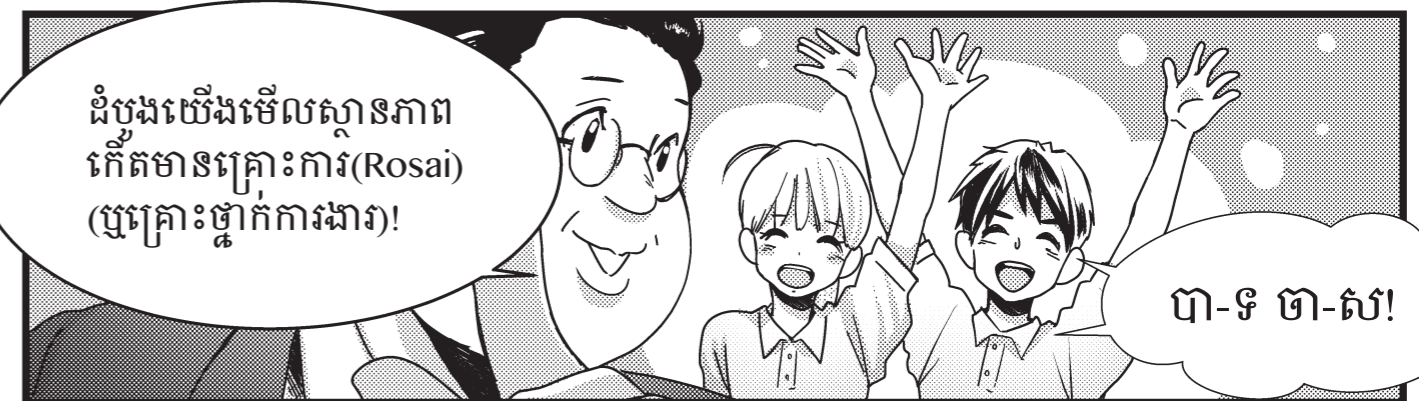
ការមើលថែជាការងារមើលថែ
ទាំងស្រុងចាស់
ដូចនេះ ពិសេសសុវត្ថិភាព
អនាម័យគឺសំខាន់ណាស់ណា។

មែនហើយ!



បុគ្គលិកមើលថែជាធម្មតា
ប្រុងប្រយ័ត្នប្រកាន់អ្វី
ពេលកំពុងធ្វើការ?

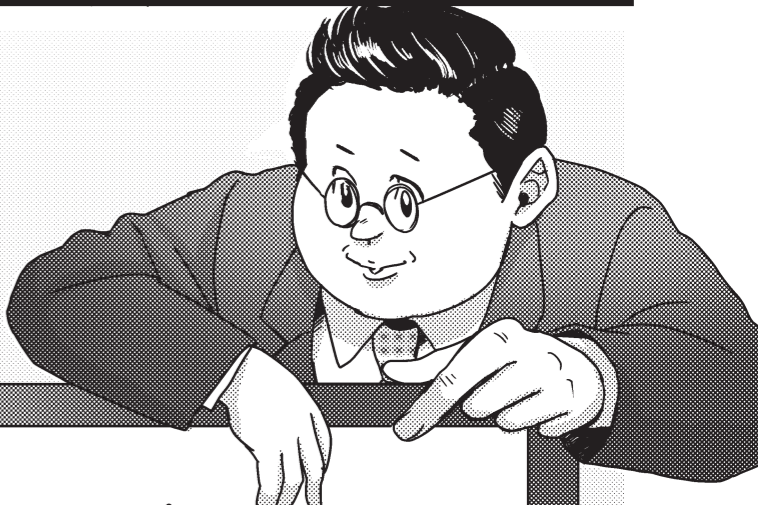
ចាប់អារម្មណ៍ដល់ហើយ។



ដំបូងយើងមើលស្ថានភាព
កើតមានគ្រោះការ(Rosai)
(ឬគ្រោះថ្នាក់ការងារ)!

បា-ទី ចា-ស!

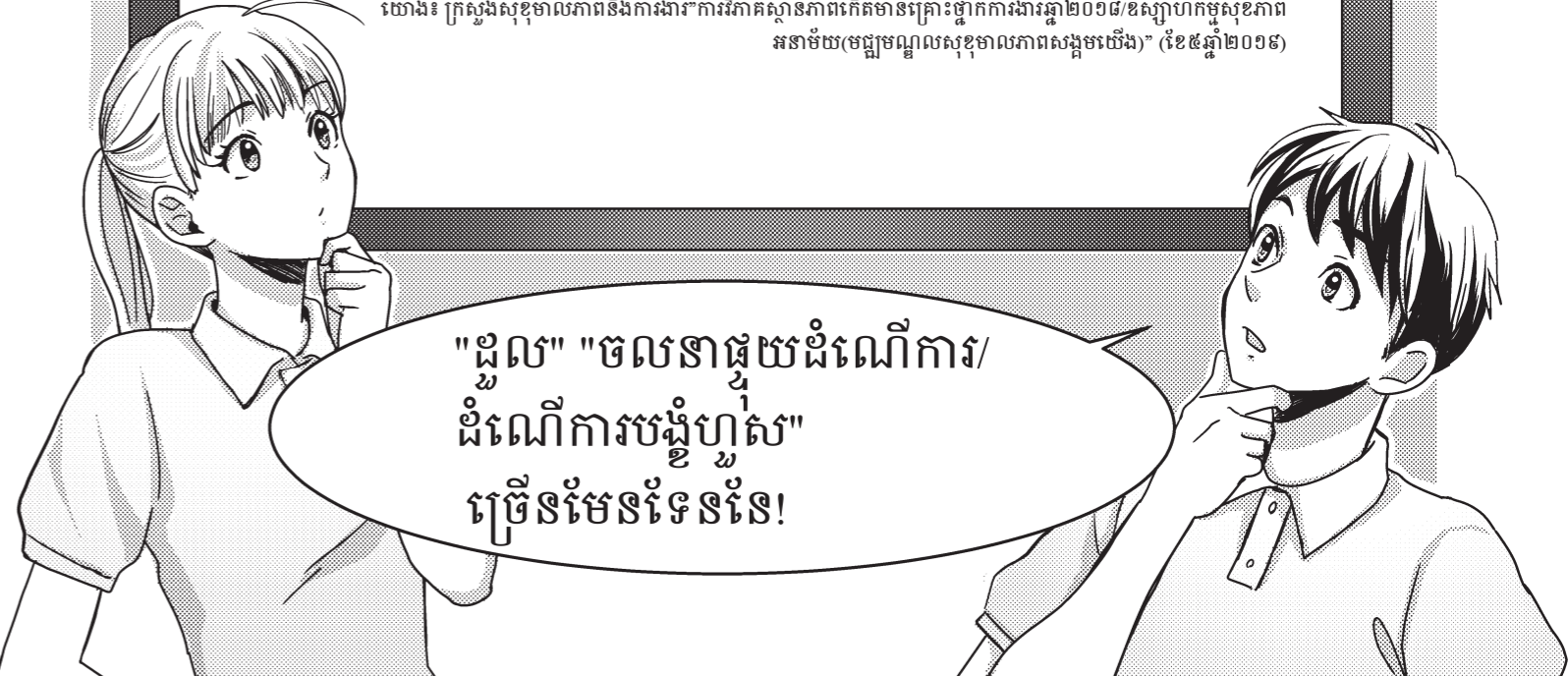
មូលហេតុចំបងនៃគ្រោះការ(Rosai)
មានដូចនេះណាប្អូនៗ។



ចំនួនករណីកើតមានគ្រោះការ(Rosai)

១	ដួល	៣៣២១ នាក់
២	ចលនាផ្ទុយដំណើការ/ដំណើការបង្ខំហួស	៣១៨៦ នាក់
៣	ធ្លាក់ពីលើ/ដួលធ្លាក់	៦២៥ នាក់
៤	គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍	៥៤៣ នាក់
៥	បុកទង្គិច	៤៣៨ នាក់

យោង៖ ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ"ការវិភាគស្ថានភាពកើតមានគ្រោះថ្នាក់ការងារឆ្នាំ២០១៨/ឧស្សាហកម្មសុខភាព
អនាម័យ(មជ្ឈមណ្ឌលសុខាភិបាលសង្គមយើង)" (ខែ៥ឆ្នាំ២០១៩)



"ដួល" "ចលនាផ្ទុយដំណើការ/
ដំណើការបង្ខំហួស"
ច្រើនមែនទែននែ!



ហ្នឹងហើយ។
អញ្ចឹង
"ចលនាផ្ទុយដំណើរការ/ដំណើរការបង្ខំហួស"
ជាគ្រោះការ(Rosai)ដូចម្តេចដែរទៅ។



ភាគច្រើន, ឈឺចង្កេះដោយសារចលនាដងខ្លួន
និងជំហរដែលមិនតាមធម្មជាតិ។

ឧទាហរណ៍ ក្នុងការងារមើលថែ
ច្រើនកើតមានឈឺចង្កេះដោយសារ
ជួយគ្រាលើកធ្លាស់ពីរទេះរុញ



ដើម្បីអ្នកទទួលបានសេវាមើលថែផងដែរ
វាគ្រោះថ្នាក់មែនហ្នឹង ដែលធ្វើការបង្ខំហួស។

ឈឺចង្កេះងាយនឹងរ៉ាំរ៉ៃ
ដូចនេះចាំបាច់ប្រុងប្រយ័ត្ន។



ខ្ញុំវិញ ត្រឹមឈឺតិចៗ
សុខចិត្តទ្រាំ...។



ទ្រាំមិនល្អទេ!
មានអ្វីខុសប្រក្រតី
រាយការណ៍ភ្លាមគឺជាបទ
បញ្ញត្តិពីងរឹង។



មែនបាទ។
តែ រាយការណ៍មួយៗ
ខ្លួនដល់ហើយលោកគ្រូ.....

ហ៊ាន?
ហ៊ាន?



បា បា បាទ!

ក្រ...!

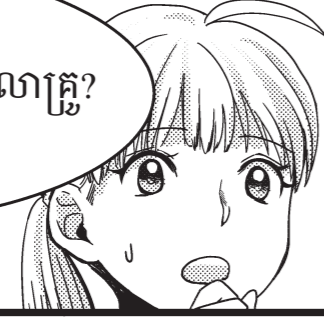
ពេលមិនស្រួលខ្លួន
ដាច់ខាតរាយការណ៍!
ស្តាប់បានទេ!?

ម្យ៉ាង ពេលយប់
ដោយសារអ្នកទទួលសេវាក៏មានអារម្មណ៍ឯងយ
ដូចនេះការជួយមើលកាន់តែពិបាកជាងពេលថ្ងៃ
ហើយយ៉ាងណាក៏មានប្រើកំលាំងបង្ខំហួសដែរ។



ឧទាហរណ៍ ពេលយប់ក៏ដោយ
ពេលមានអារម្មណ៍ឈឺ
ត្រូវរាយការណ៍មិនបាច់ខ្ចាស់អៀនទេ!

ធ្វើម៉េចការពារឈឺចង្កេះបានលោកគ្រូ?



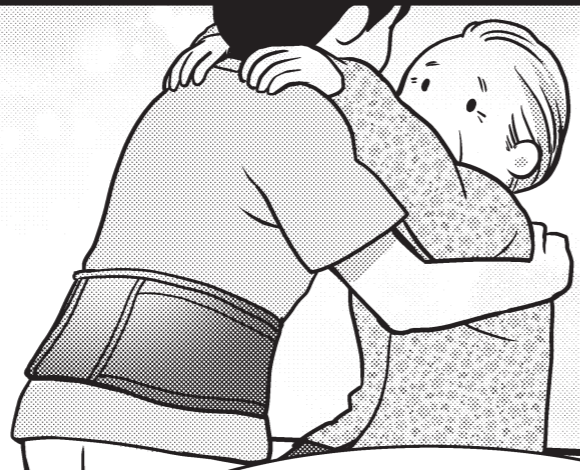
វិធានការ
មានផ្សេង...



ដំបូង
ត្រូវមានចំណេះដឹងត្រឹមត្រូវនិង
បច្ចេកទេសជួយមើលសិន។



ប្រើឧបករណ៍ការពារចង្កេះ និង
ឧបករណ៍ជំនួយសម្រាលបន្តកចង្កេះ
ក៏ល្អដែរណាស់។

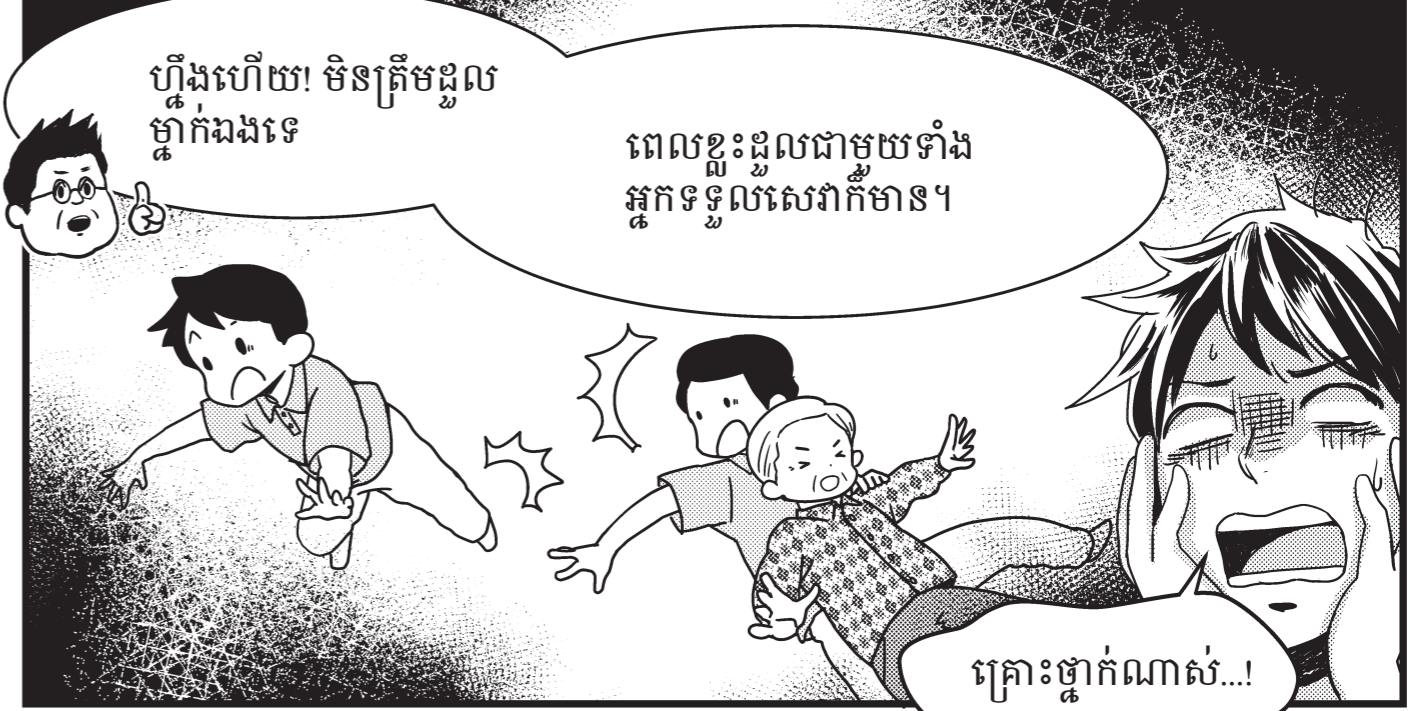


"ដួល"ក្នុងមួយឆ្នាំមានរហូតដល់
ចាប់ពី១០០០នាក់ឡើងដែរណាស់។



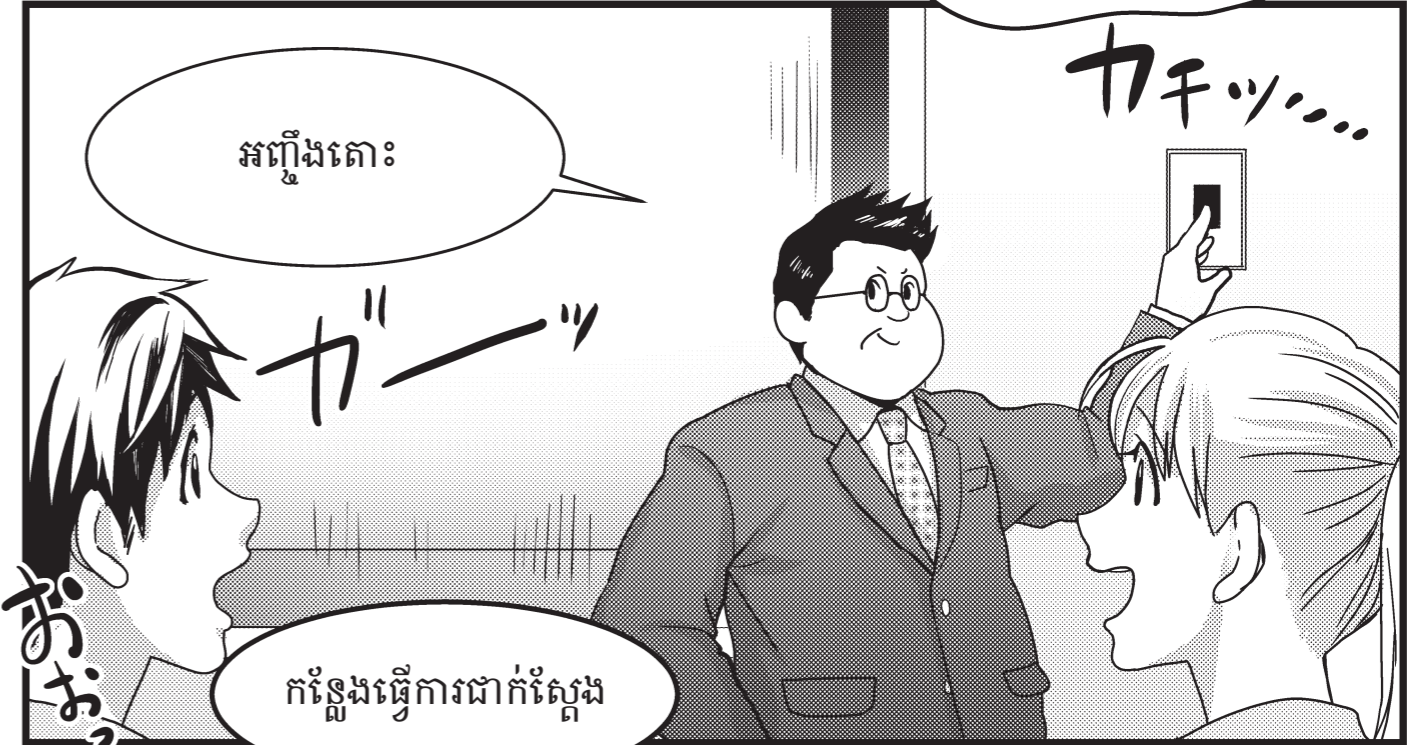
ហ្នឹងហើយ! មិនត្រឹមដួល
ម្នាក់ឯងទេ

ពេលខ្លះដួលជាមួយទាំង
អ្នកទទួលសេវាក៏មាន។



គ្រោះថ្នាក់ណាស់...!

អញ្ជឹងតោះ

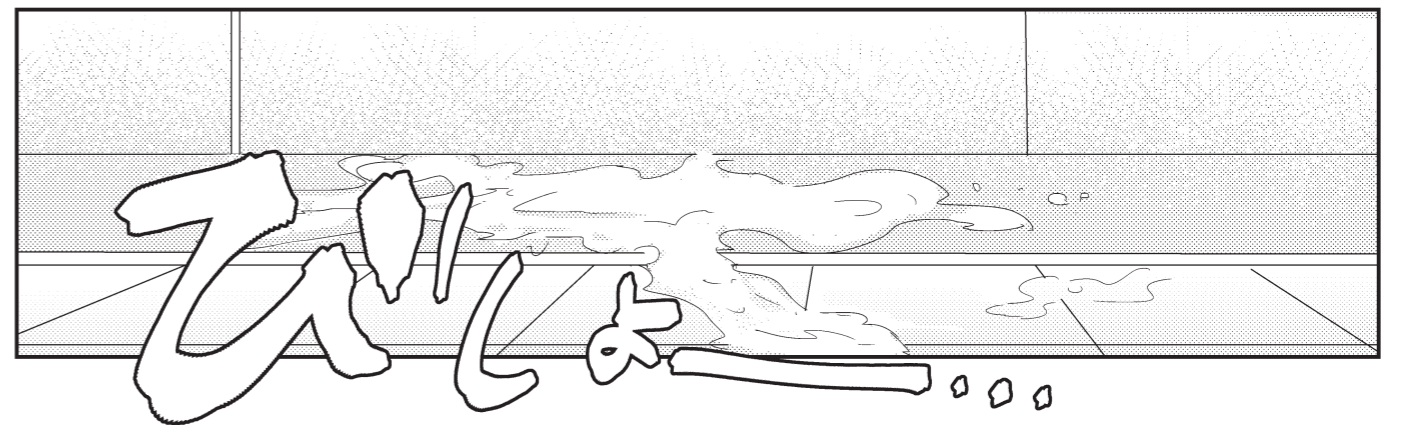
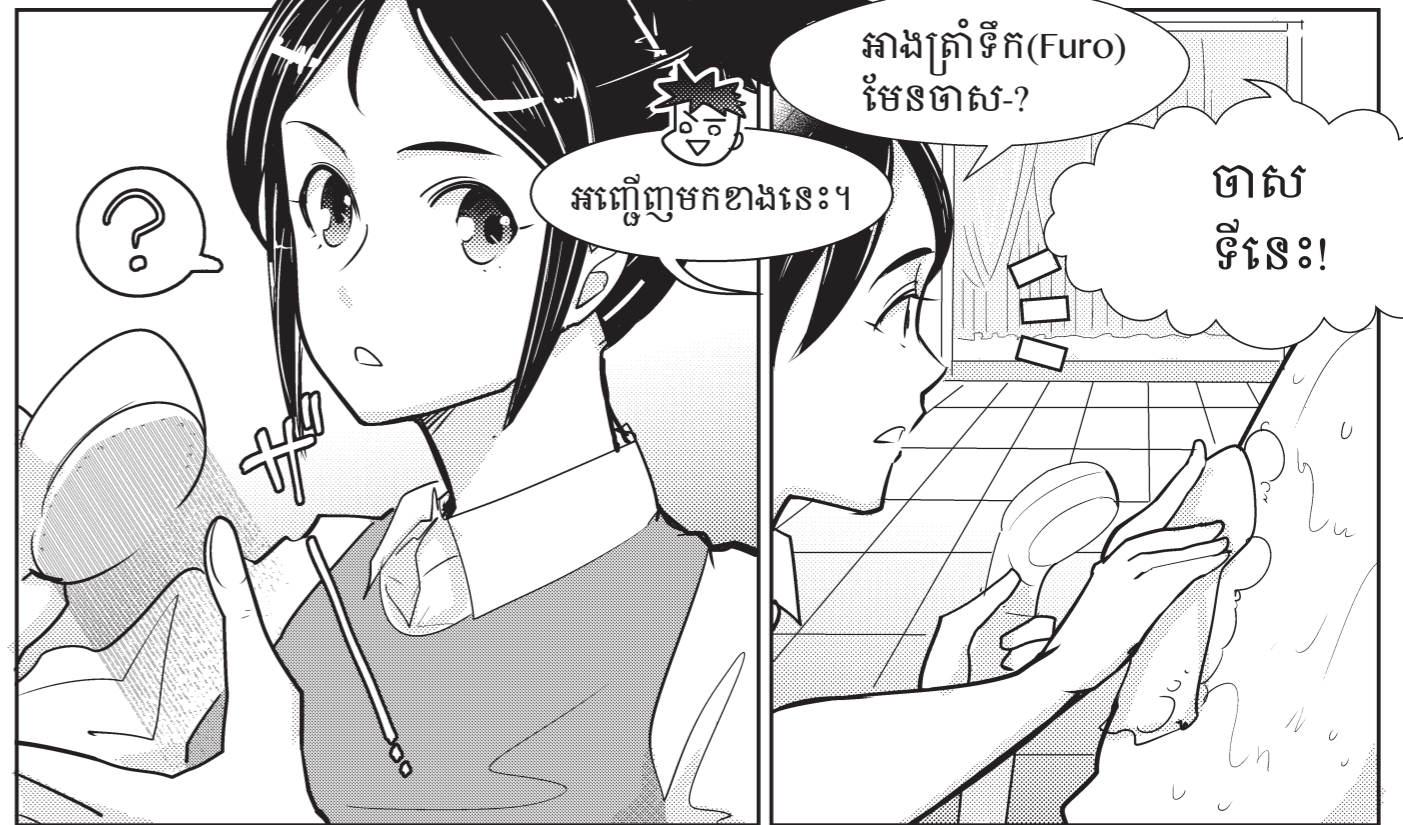
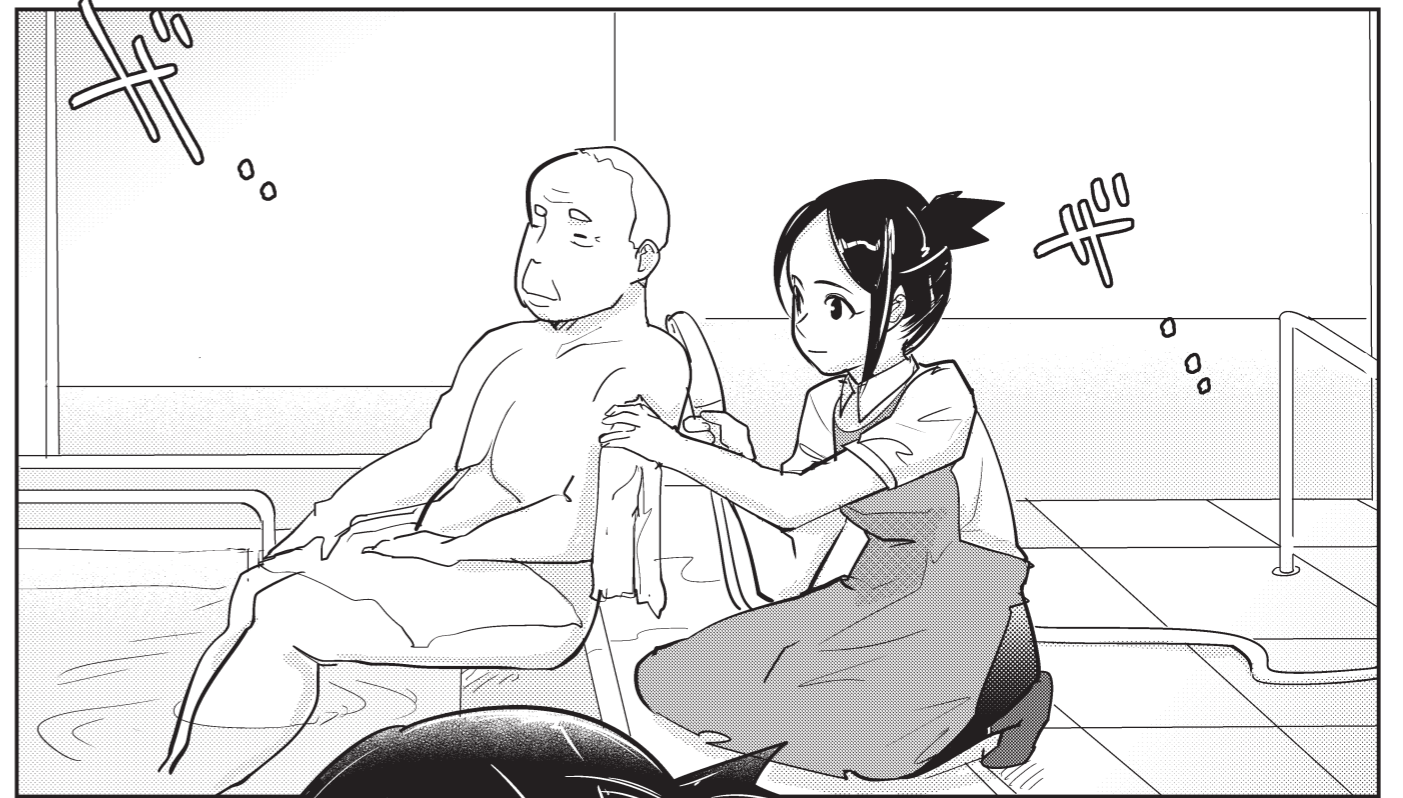
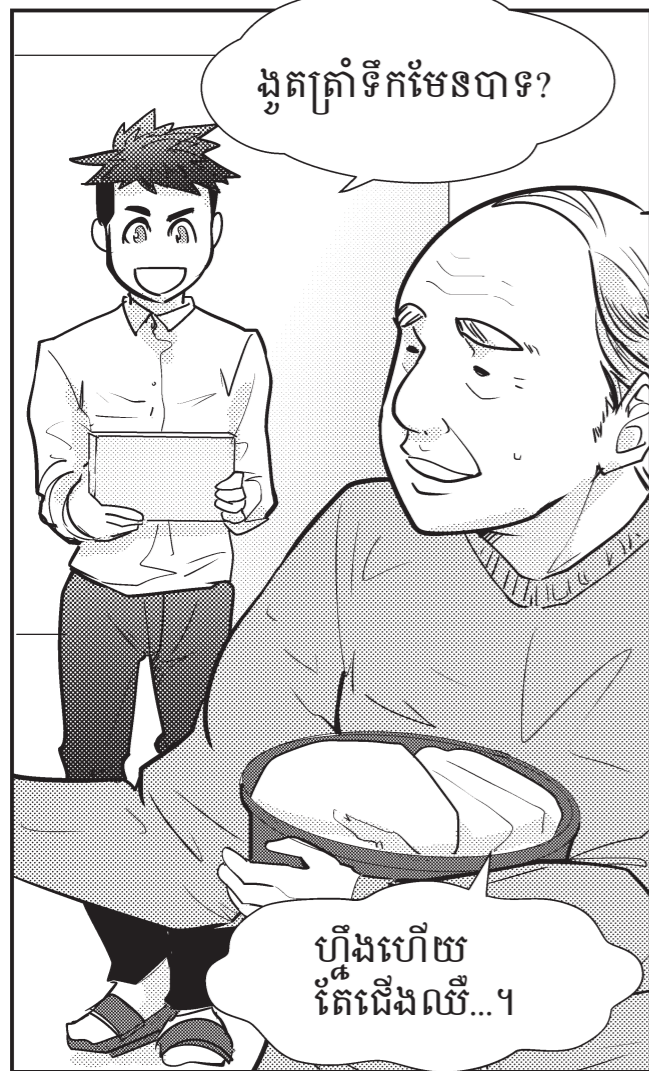
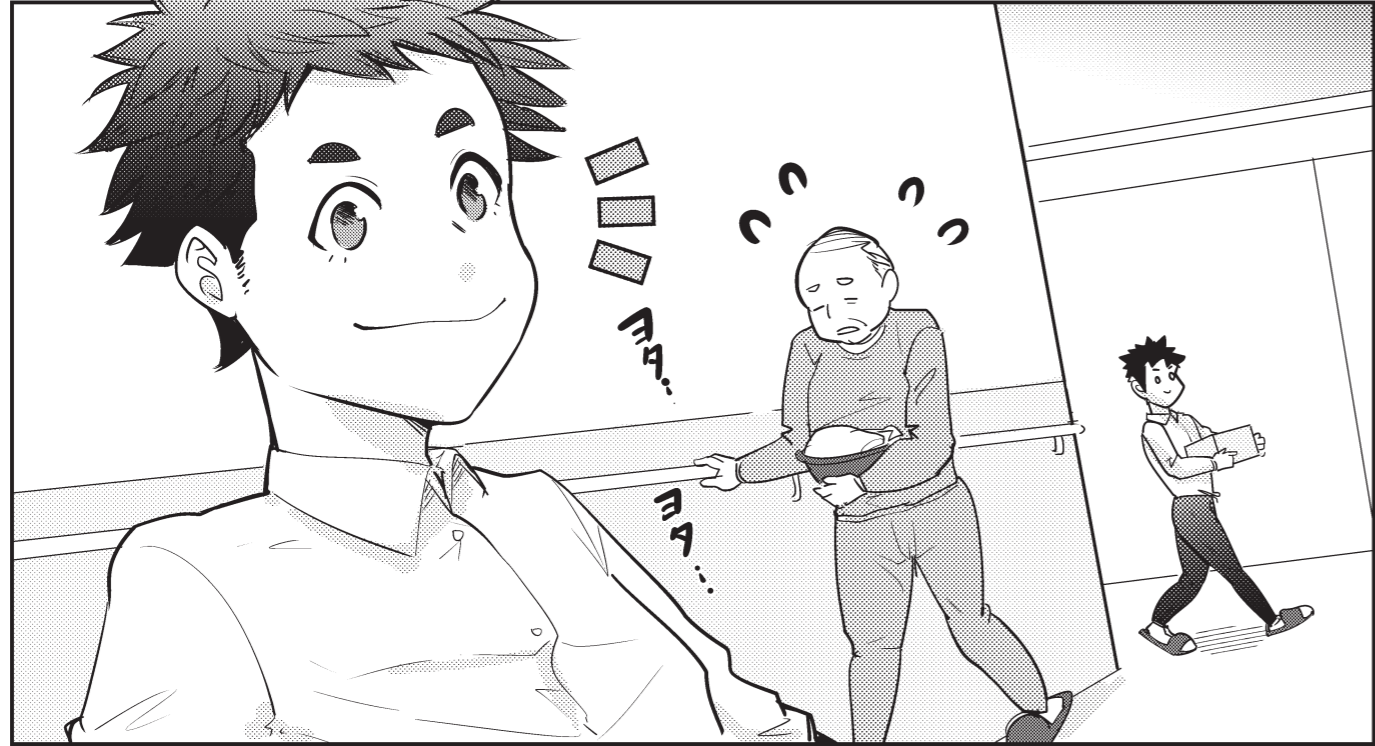


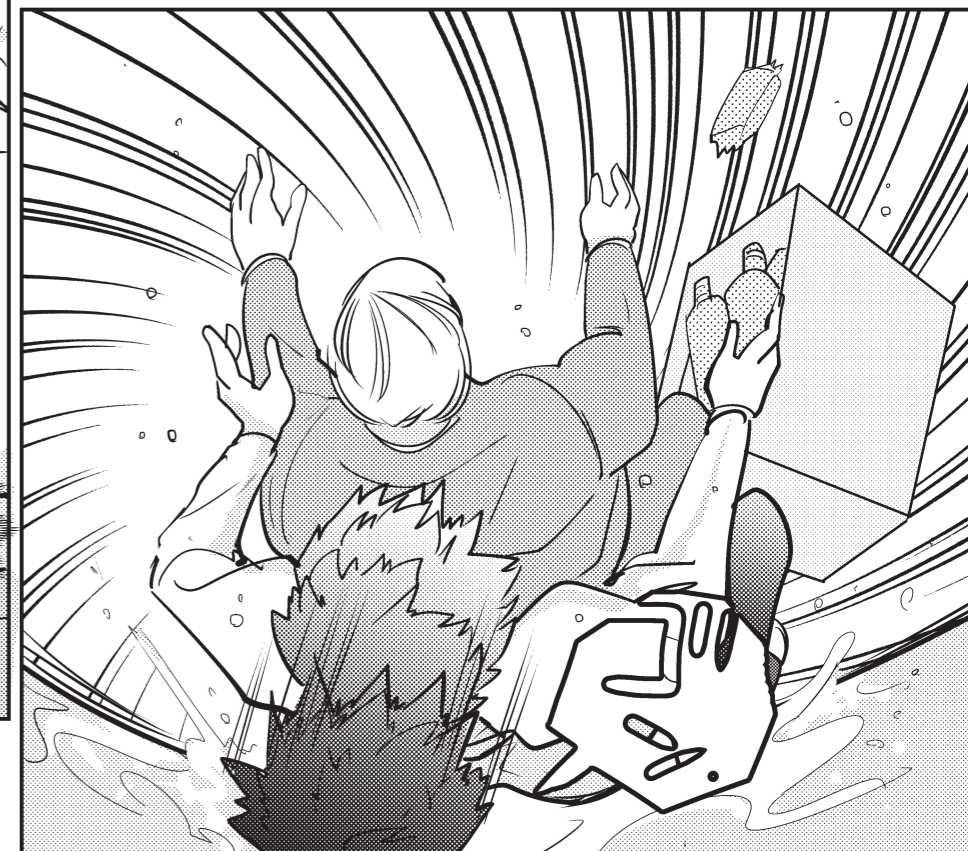
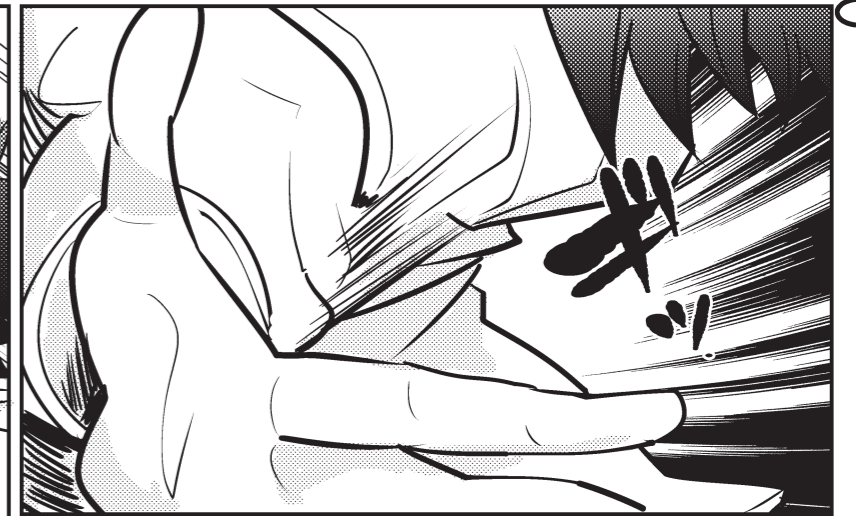
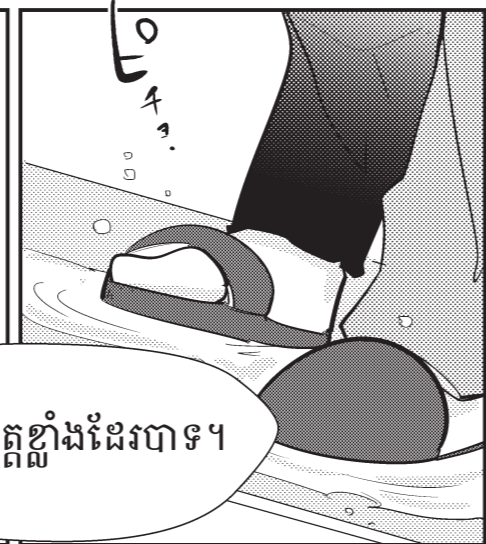
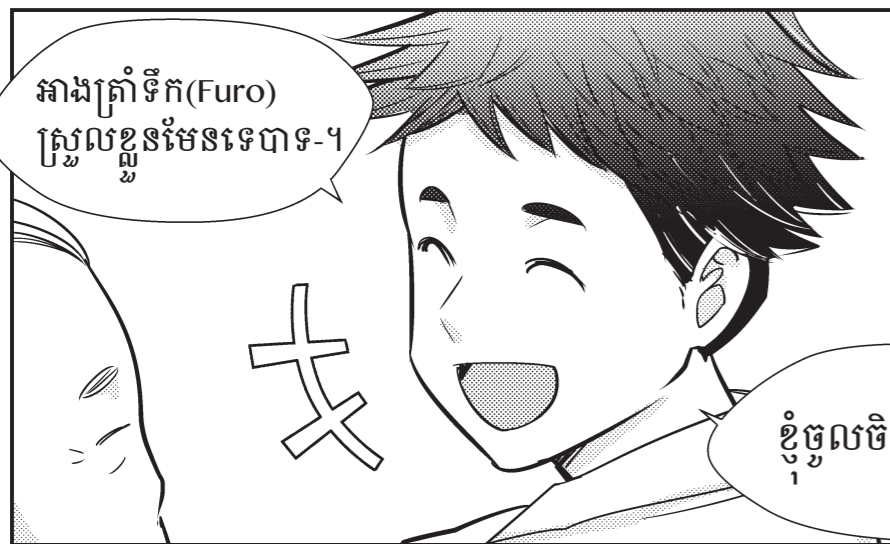
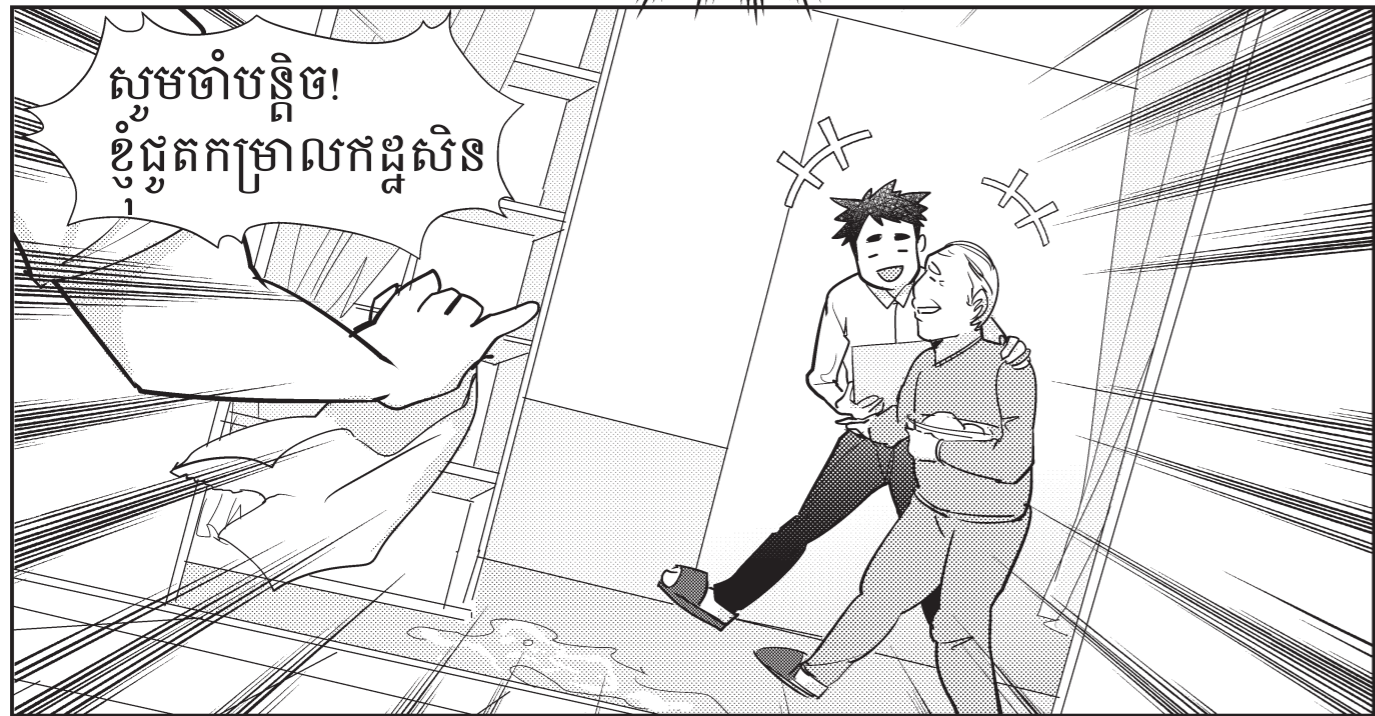
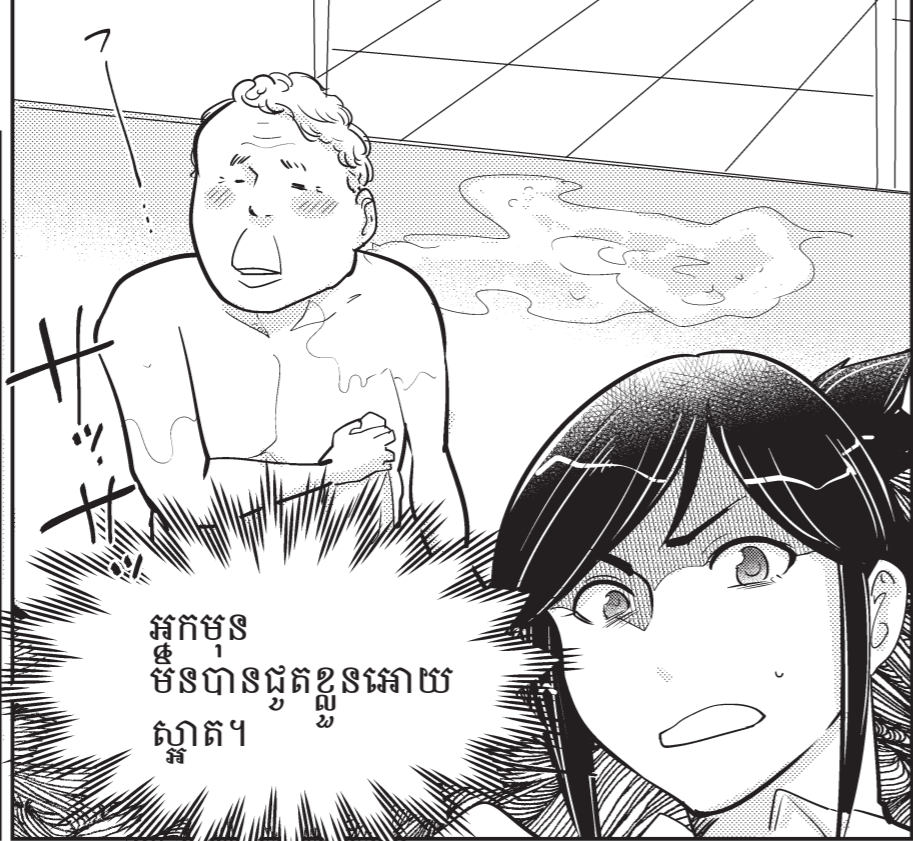
កន្លែងធ្វើការជាក់ស្តែង

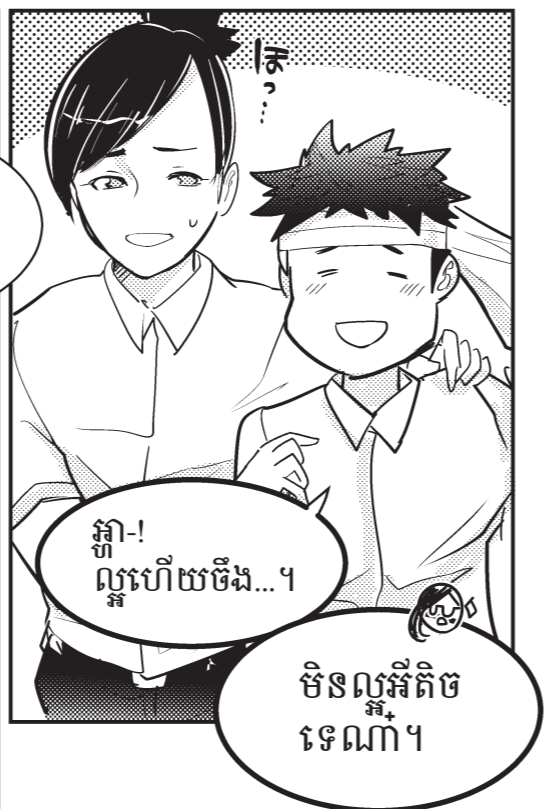
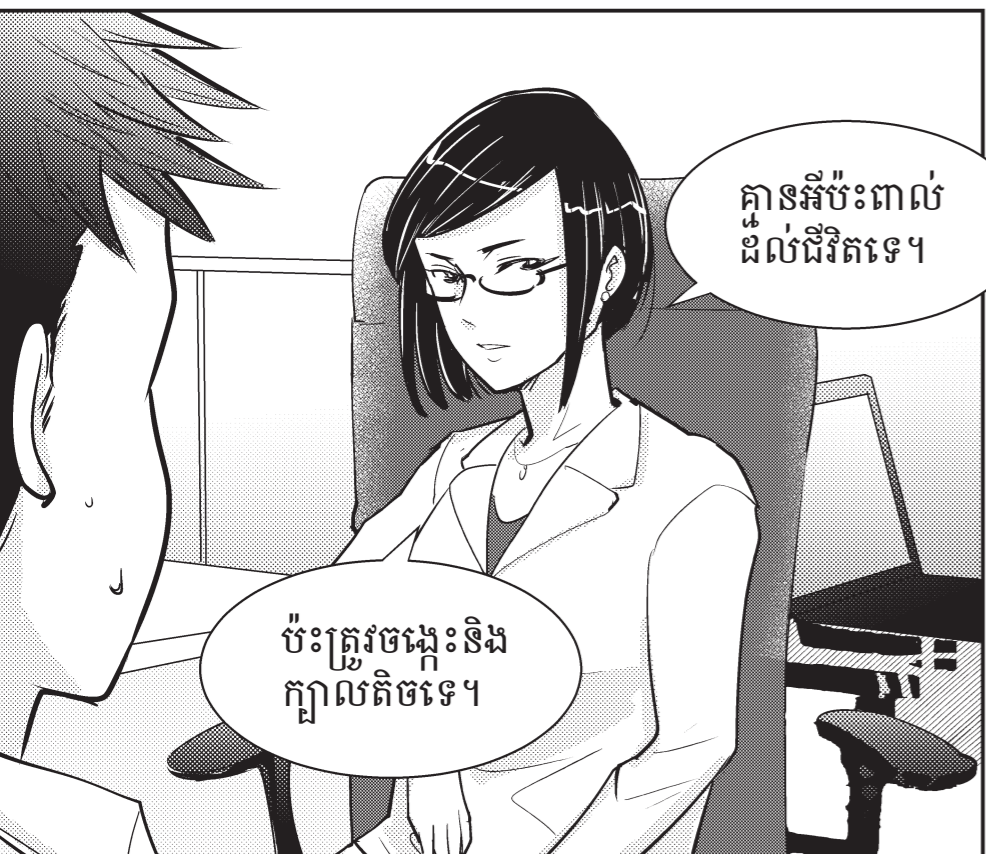
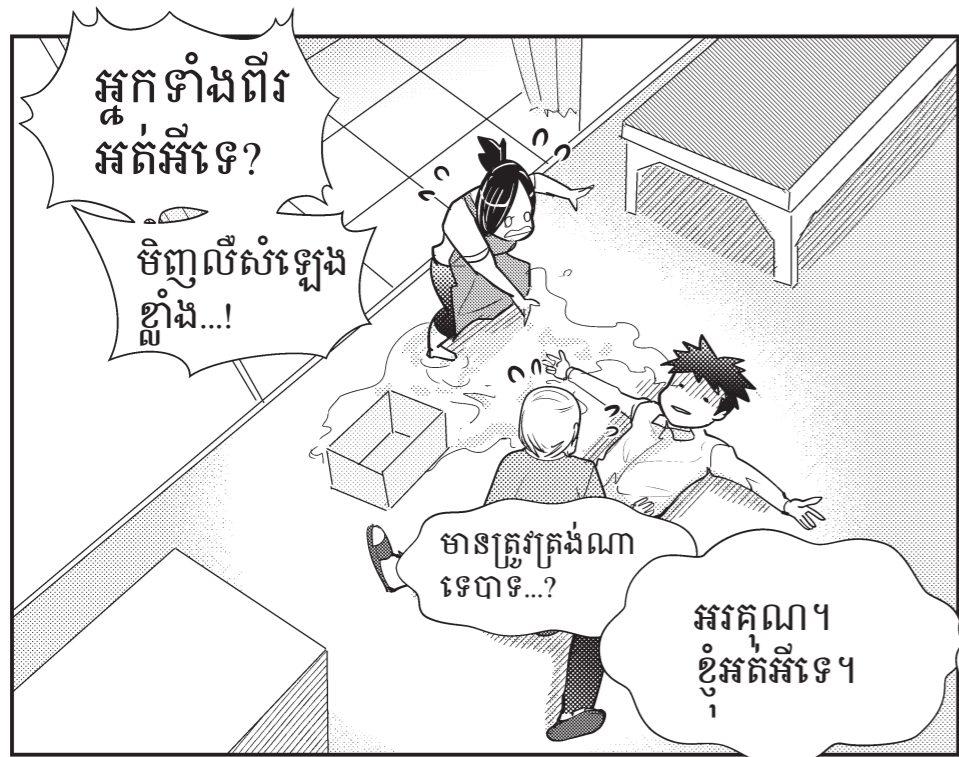
ទៅមើល!



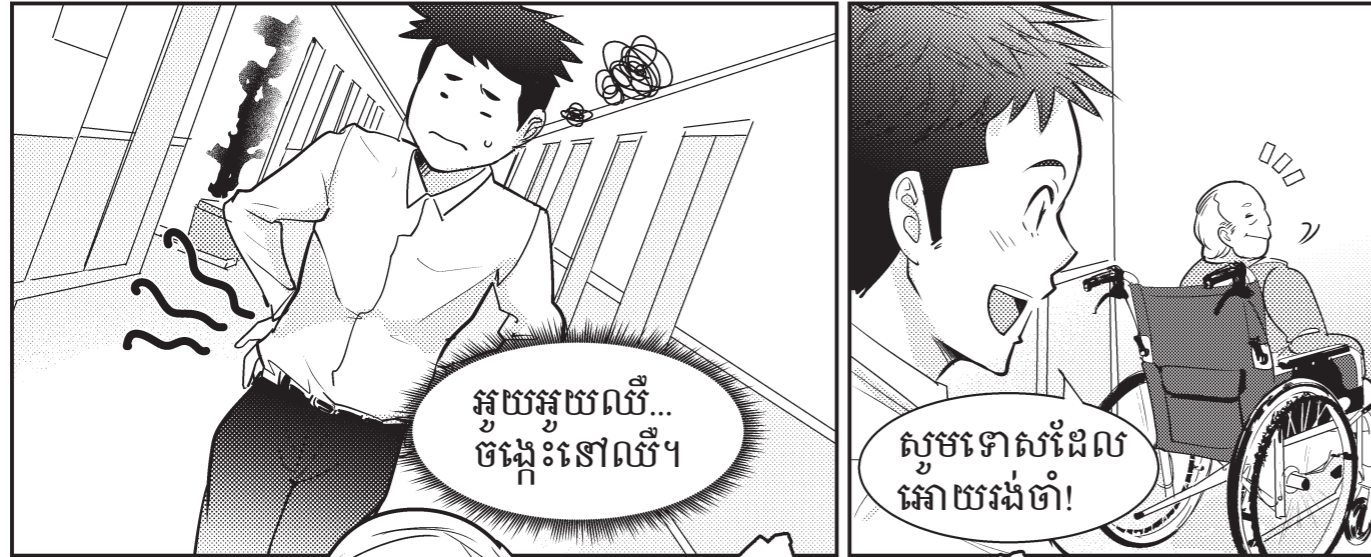
ករណីទី១





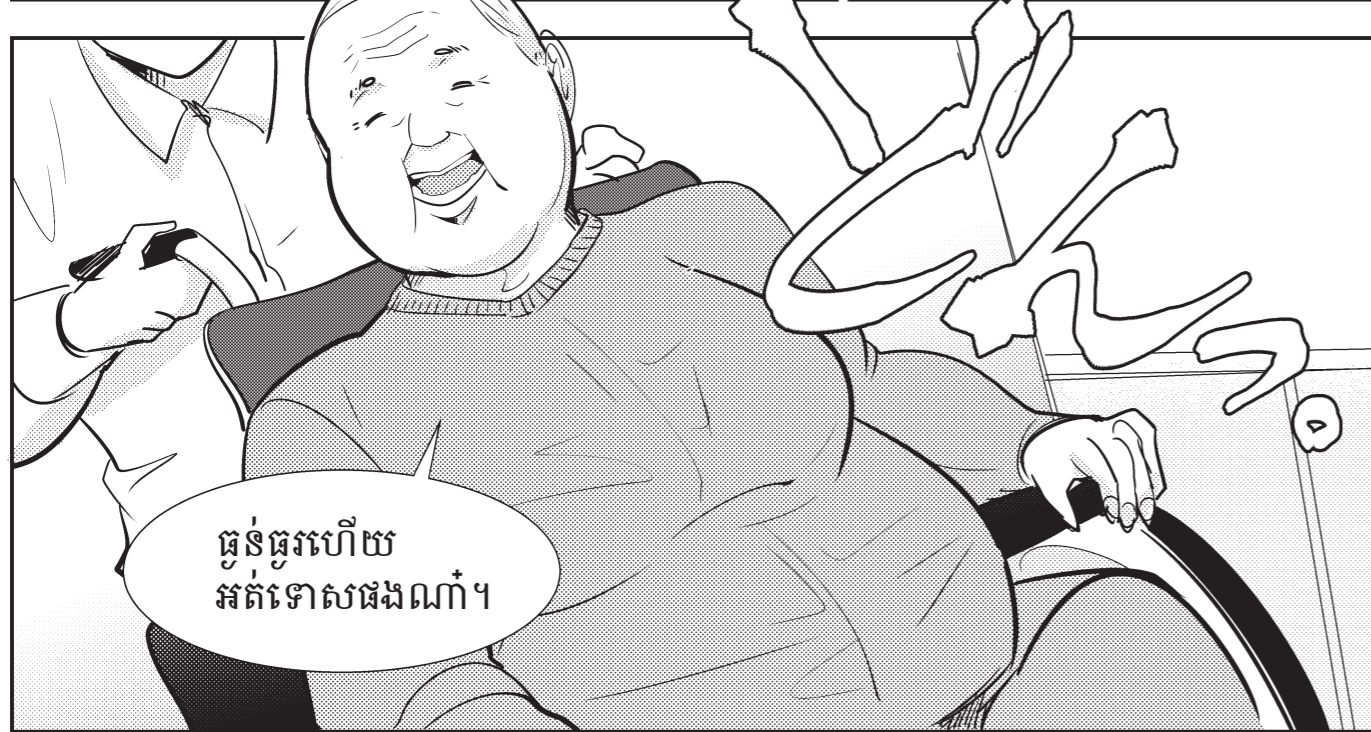


ករណីទី ២

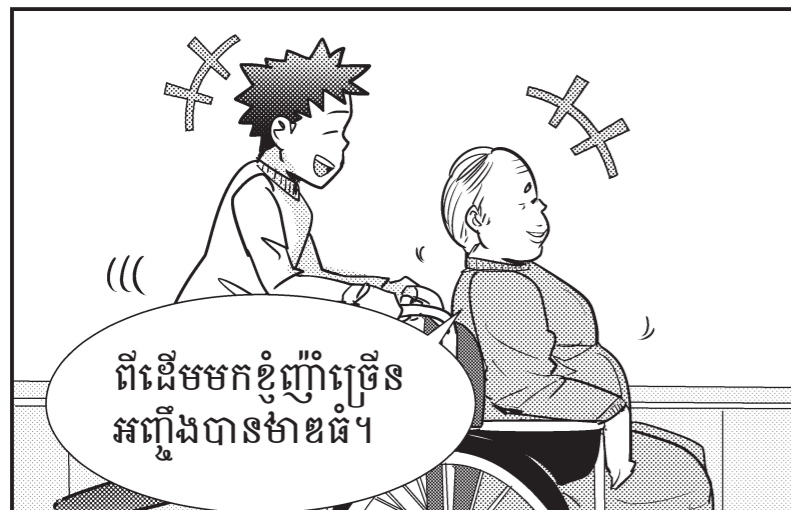


អ្វីយៗអ្វីយៗ...
ចង្កេះនៅឈឺ។

សូមទោសដែល
អោយរង់ចាំ!



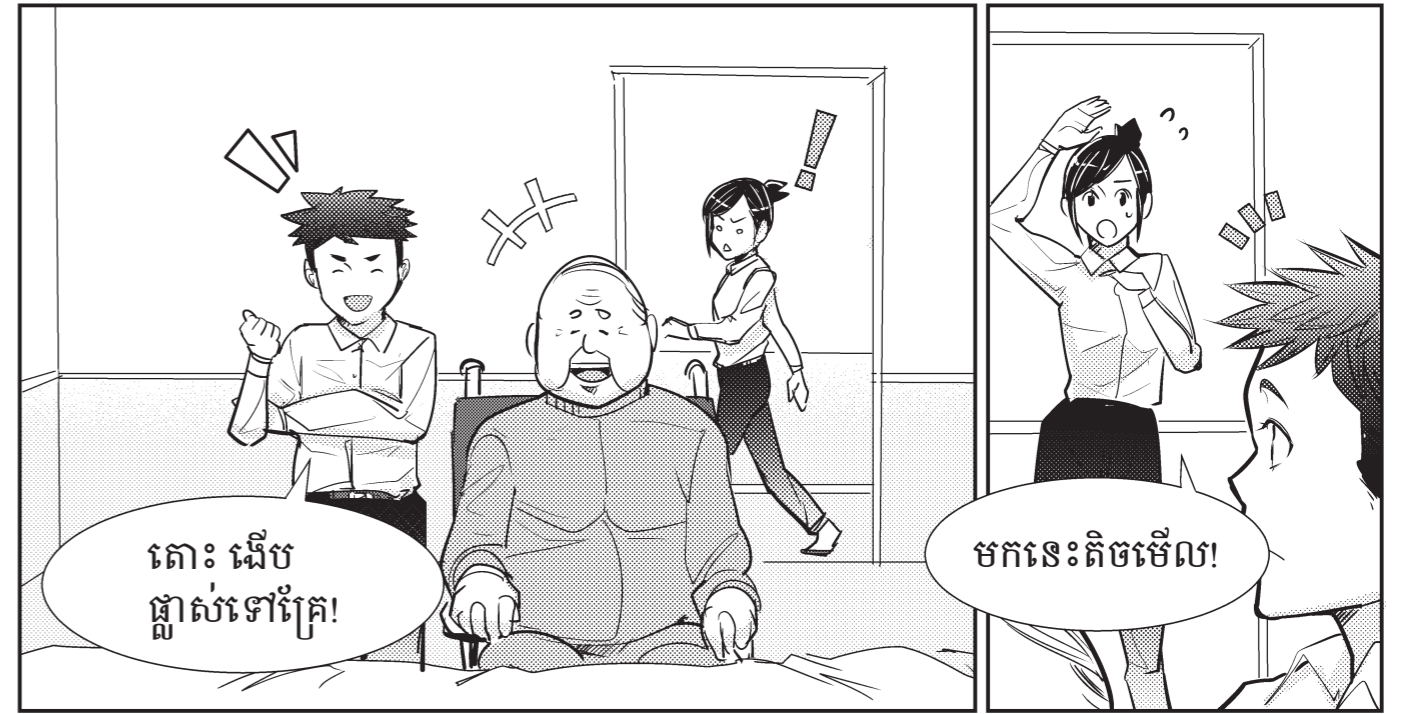
ធ្ងន់ធ្ងរហើយ
អត់ទោសផងណា។



ពីដើមមកខ្ញុំញ៉ាំច្រើន
អញ្ចឹងបានម៉ាឌី។



អត់អីទេ អត់អីទេ
ទុកអោយខ្ញុំ។

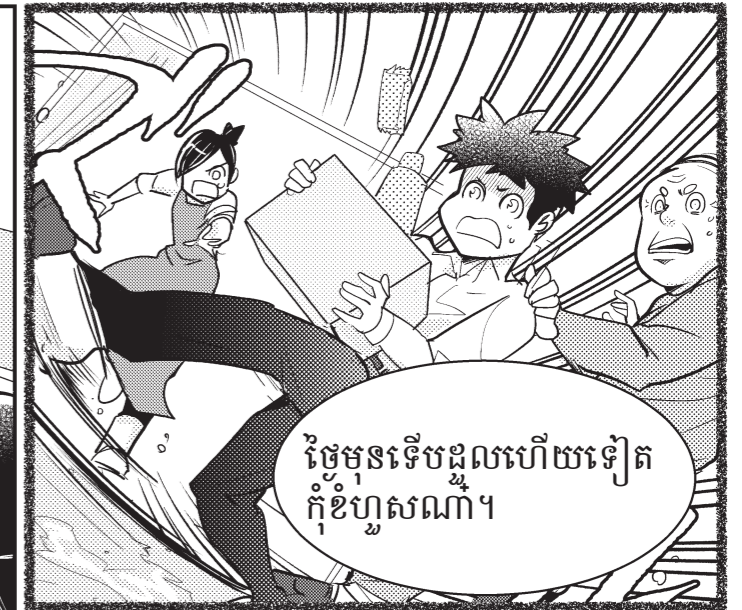


តោះ ងើប
ផ្លាស់ទៅក្រែក!

មកនេះតិចមើល!



អ្នកទទួលសេវាដែល
មានម៉ាឌី
តាមវិន័យនៅទីនេះ
ត្រូវមាន២នាក់ជួយ
មើលណា។



ថ្ងៃមុនទើបដួលហើយទៀត
កុំខំហួសណា។



ខ្ញុំធ្វើបាន
ម៉ាក៏ដឹង!

ជាវិន័យដើម្បីការពារ
ខ្លួនប្រាណអ្នកទទួលសេវា
នឹងខ្លួនយើងផងណា...។



មើលនេះមើល
ខ្ញុំហាត់សាច់ដុំណា!

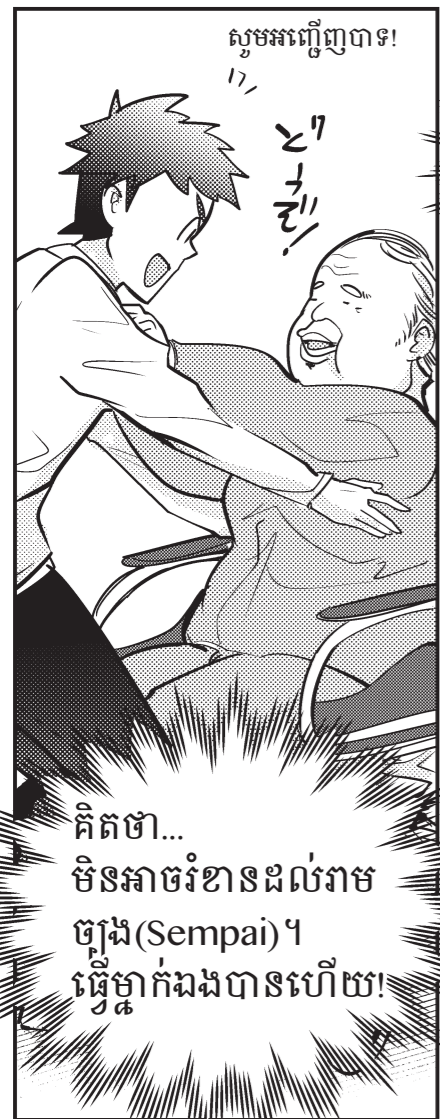
មើលកំលាំងខ្លួន
ខ្លួនឯងមើល!



ខ្ញុំមាមិនកើតទេណា។
ថ្វីតិចណា
ខ្ញុំយកឧបករណ៍ជំនួយ
មក។



ពេលហ្នឹង
ប្រឹងជួយគ្នា!



សូមអញ្ជើញបាទ!

គិតថា...
មិនអាចរំខានដល់រាម
ច្បាំង(Sempai)។
ធ្វើម្នាក់ឯងបានហើយ!



ផ្លូវហួសការ
ស្មាន.....!!



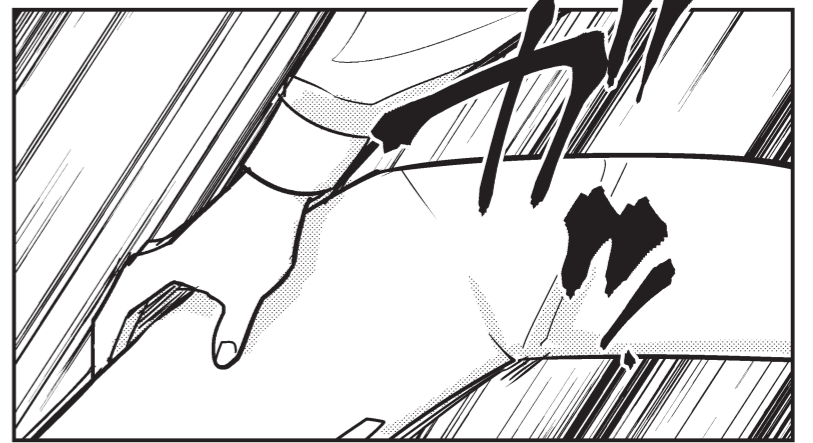
អត់អីទេ?

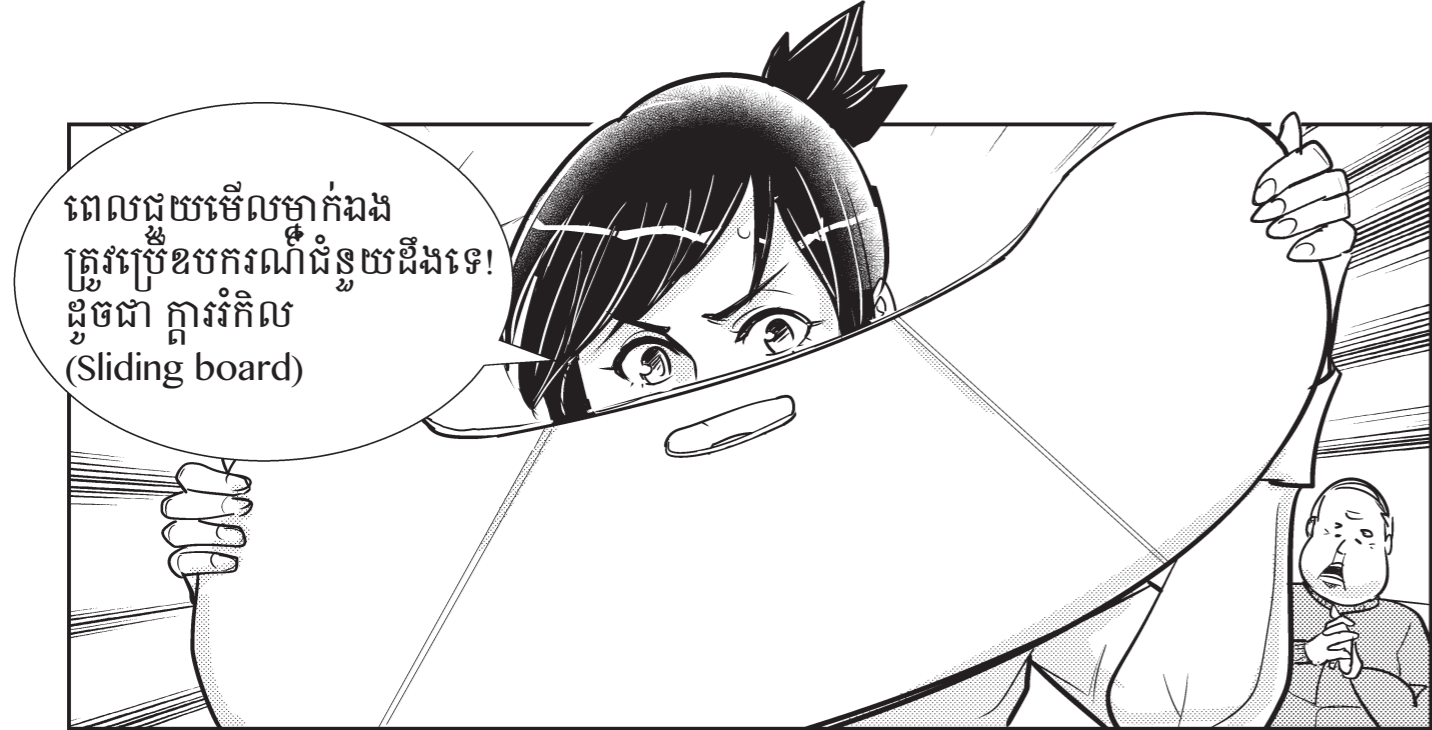
ម្នាក់ឯងដូចជាតឹងពិបាក...។



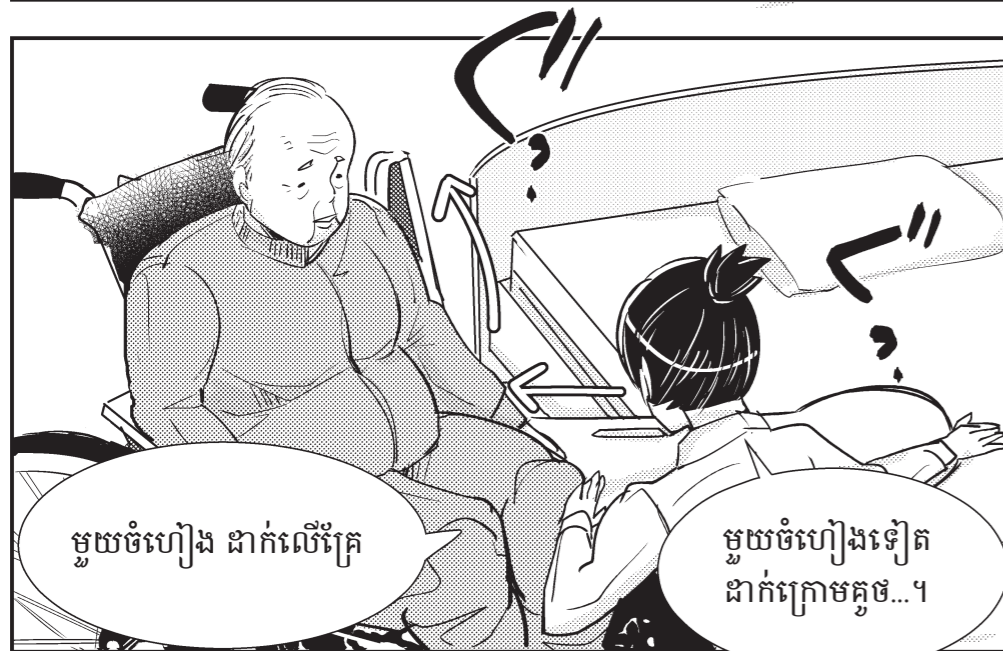
វ៉ា—

ទំនងដូចជា
ឈឺចង្កេះអីហ្នឹង!?



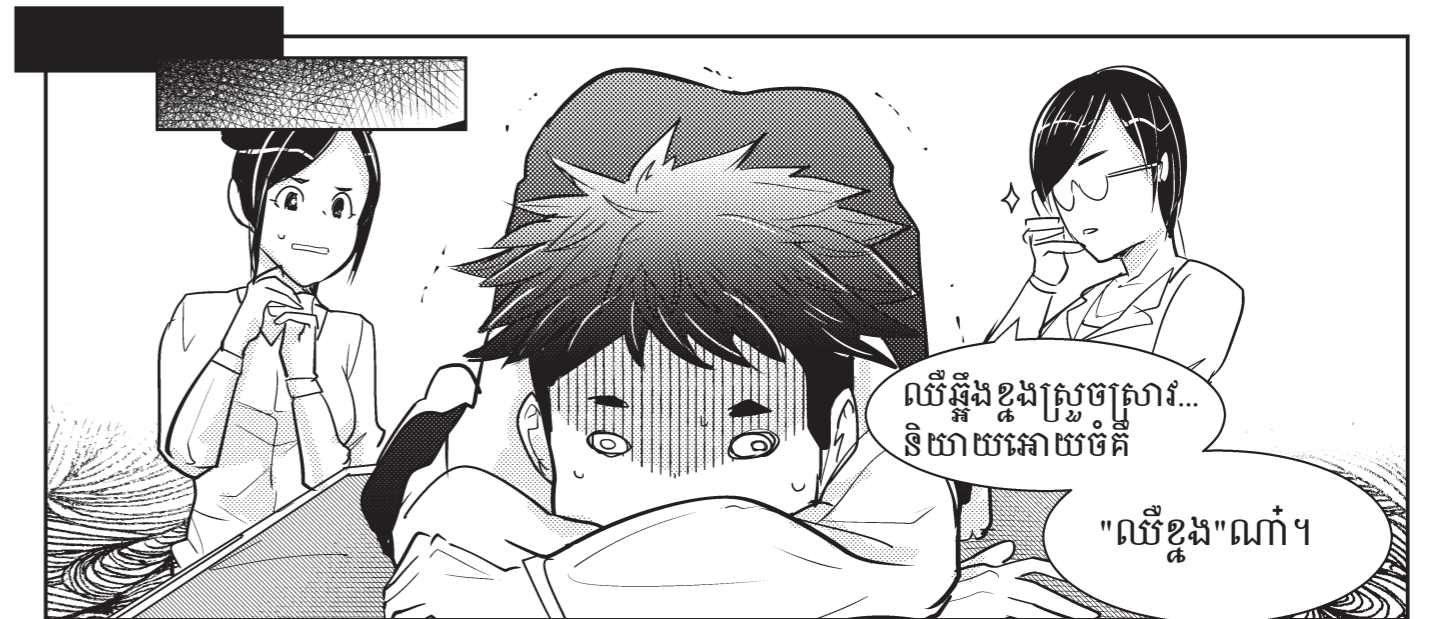
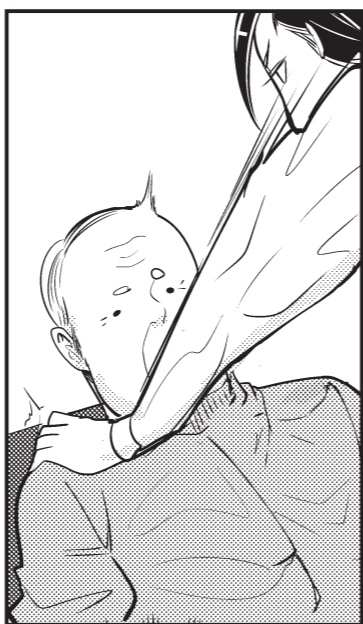


ពេលជួយមើលម្នាក់ឯង
ត្រូវប្រើឧបករណ៍ជំនួយដឹងទេ!
ដូចជា ក្តាររំកិល
(Sliding board)



មួយចំហៀង ដាក់លើគ្រែ

មួយចំហៀងទៀត
ដាក់ក្រោមគ្រូ...។



ឈឺឆ្អឹងខ្លាំងស្រួចស្រាវ...
និយាយអោយច្រឡំ

"ឈឺខ្លាំង"ណា។



តម្រូវតាមទីប្រជុំទំងន់។ 重心を
おかせる。

លើកក្រោយត្រូវដឹងពី
ជំហរដែលបន្ថយបន្ទុក
ដល់ផ្នែកខ្លាំងណា។



ខ្សែក្រវ៉ាត់
ការពារផ្នែកខ្លាំង

ករណីអ្នកទទួល
សេវាមានមាឌធំ

សូមប្រើឧបករណ៍ការពារនិង
ឧបករណ៍ជំនួយ
តាមលទ្ធភាពដែលអាចណា។



នោះ នឹង
ងាយស្រួលធ្វើ...។

អត់អីទេ!?
តាំងស្មារតីតិចមើល!



OK! ថ្ងៃនេះ ចង្កេះ... 今日 腰... 痛...

ហើយ ពេលមិនស្រួលខ្លួន
កុំខំធ្វើទៀត ត្រូវរាយការណ៍!

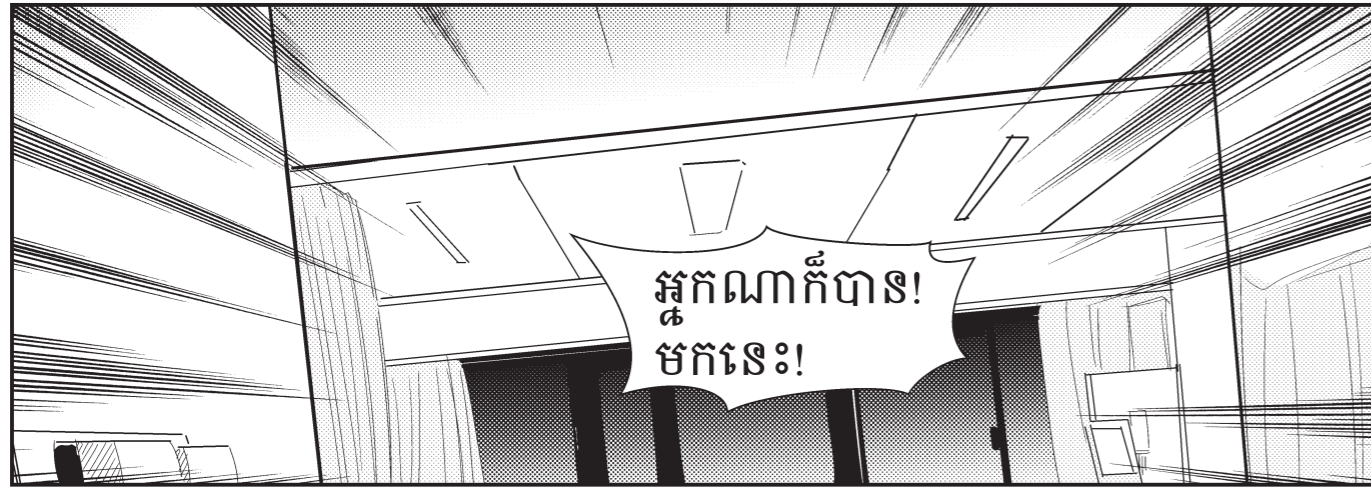
យើងទាំងអស់គ្នា
គឺជាក្រុមតែមួយណា។



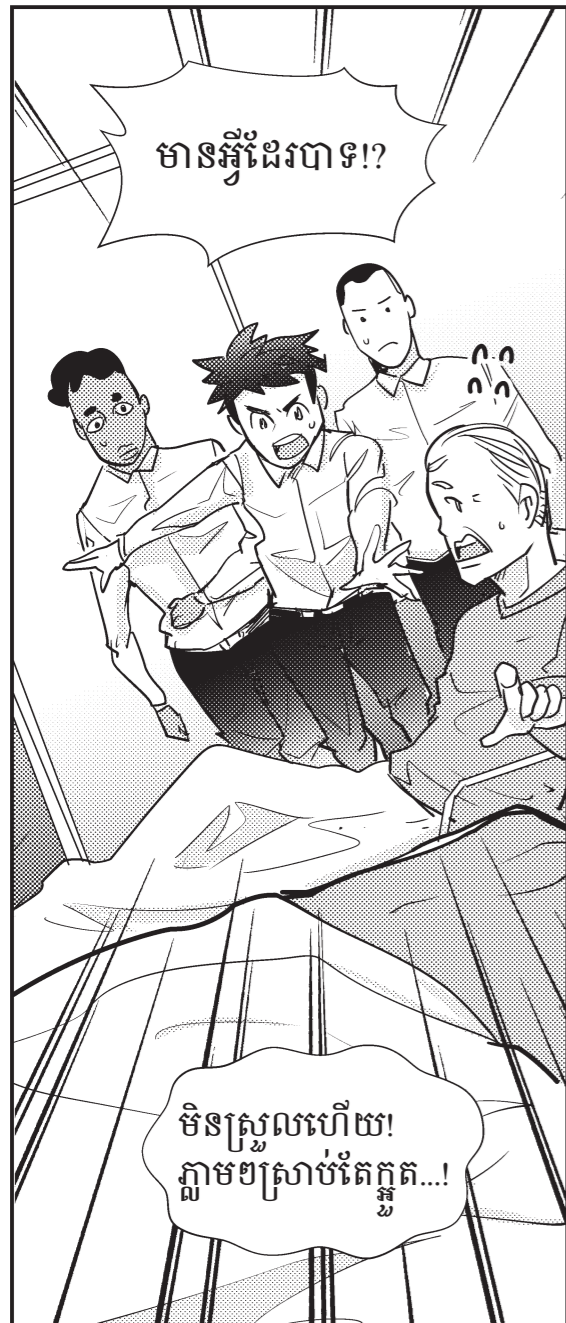
ចុងក្រោយ.....
ត្រូវគោរពវិន័យដឹងទេ!

ខ្ញុំបានសិក្សាស្វែងយល់ពី
លក្ខណៈចាំបាច់
នៃវិន័យក្នុងកន្លែងធ្វើការ

ករណីទី ៣



អ្នកណាក៏បាន!
មកនេះ!



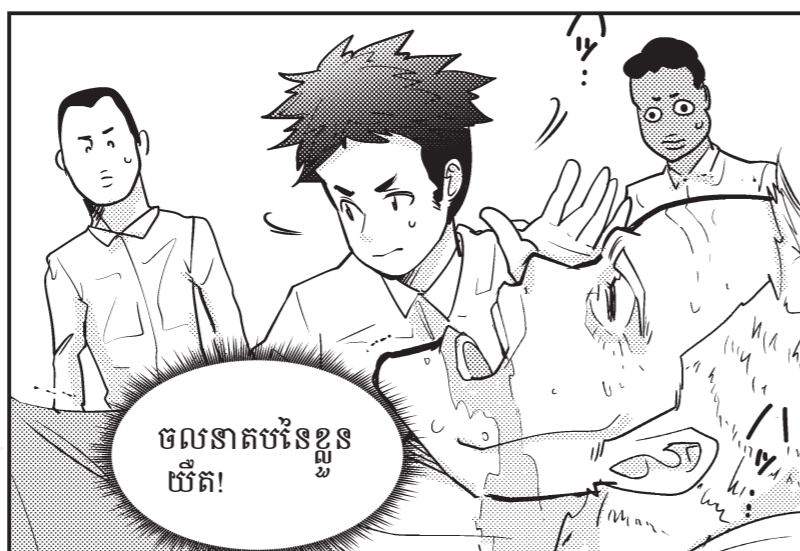
មានអ្វីដែរហ្នឹង?

មិនស្រួលហើយ!
ភ្លាមៗស្រាប់តែក្អក...



រាងឈឺពោះ
តាំងពីព្រឹក

មិញនេះស្រាប់តែ...។



ចលនាតបនៃខ្លួន
យឺត!



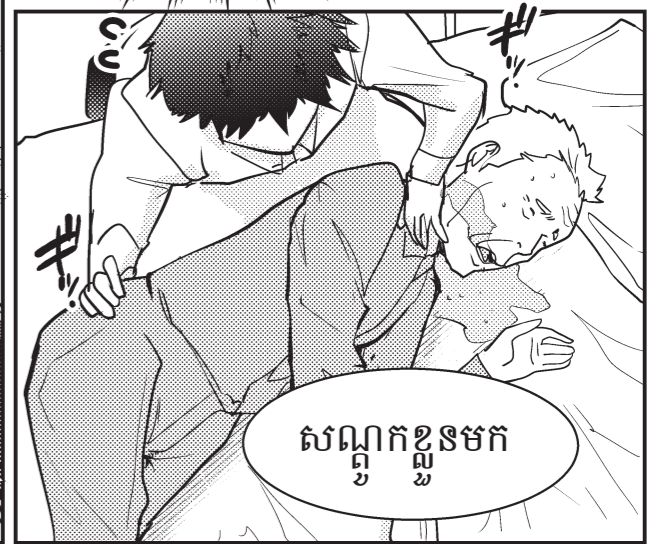
មិនប្រញាប់ទេ
អាចប៉ះពាល់ដល់
ជីវិត!

សូមហៅ
គ្រូពេទ្យមក!

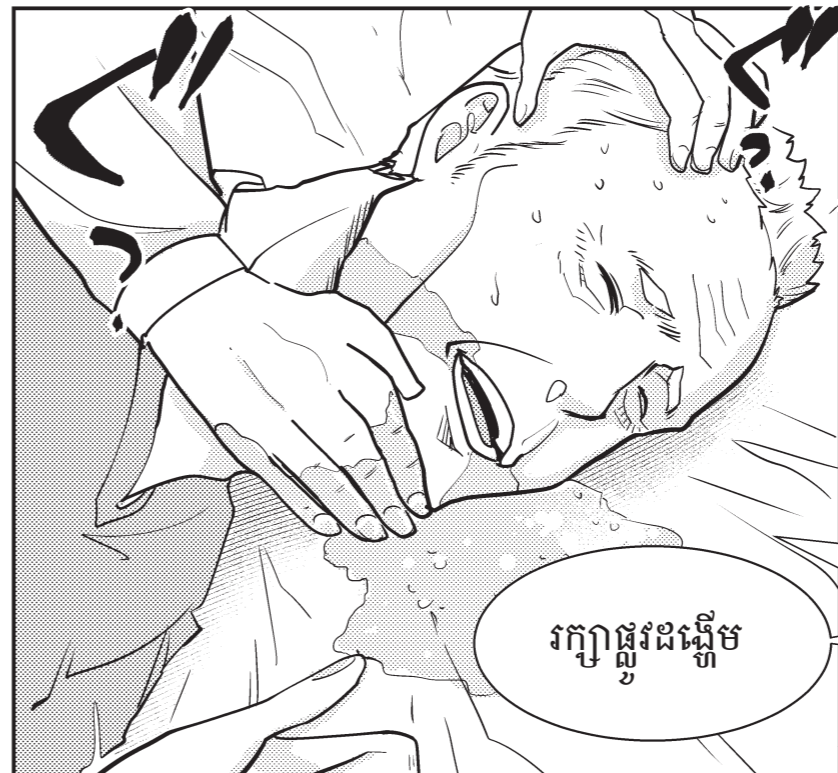
បាទ!



វិធានការសង្គ្រោះបន្ទាន់
ទុកខ្ញុំធ្វើ!



សណ្តកខ្លួនមក



រក្សាផ្លូវដង្ហើម



អត់អីទេហ្នឹង?



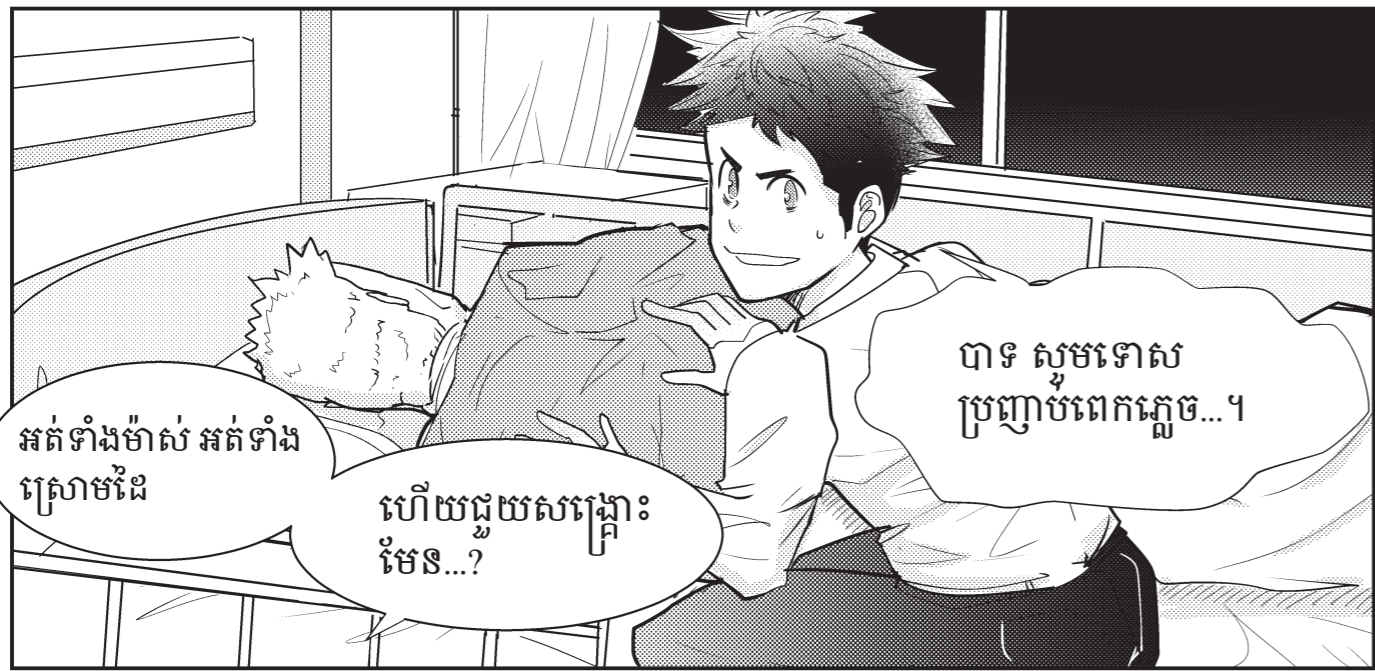
ស្ថានភាពយ៉ាងម៉េចហើយហ្នឹង?

គាត់ក្អកក្អាមៗ ស្មារតីក៏ចុះខ្សោយផង!

ខ្ញុំបានអនុវត្តន៍វិធានការសង្គ្រោះបន្ទាន់។



ប្អូន...



អត់ទាំងម៉ាស់ អត់ទាំងស្រោមដៃ

ហើយជួយសង្គ្រោះមែន...?

បាទ សូមទោស ប្រញាប់ពេកភ្លេច...។



វិធានការសង្គ្រោះបន្ទាន់ហ្នឹង មិនអីទេ...



ឈាម លាមក ឬក៏អត់ មិនត្រូវប៉ះផ្ទាល់នឹងដៃទេ នេះជារឿយៗ។



អាចសង្ស័យមកពីសត្វល្អិតក្នុងក្រពះ ដែលបណ្តាលអោយវាក្អកក្អា ដូចនេះចាំបាច់ពិនិត្យរោគ...

អាចមិនអីទេមើលទៅ។

អញ្ជឹង លូហើយ។



ប្អូនដែរ ដាច់ខាតត្រូវពិនិត្យរោគដែរ។

ដោយសារជំងឺឆ្លងគួរអោយខ្លាចណាស់។



ប៉ះផ្ទាល់ក៏អត់ ចប់ហើយណាស់។

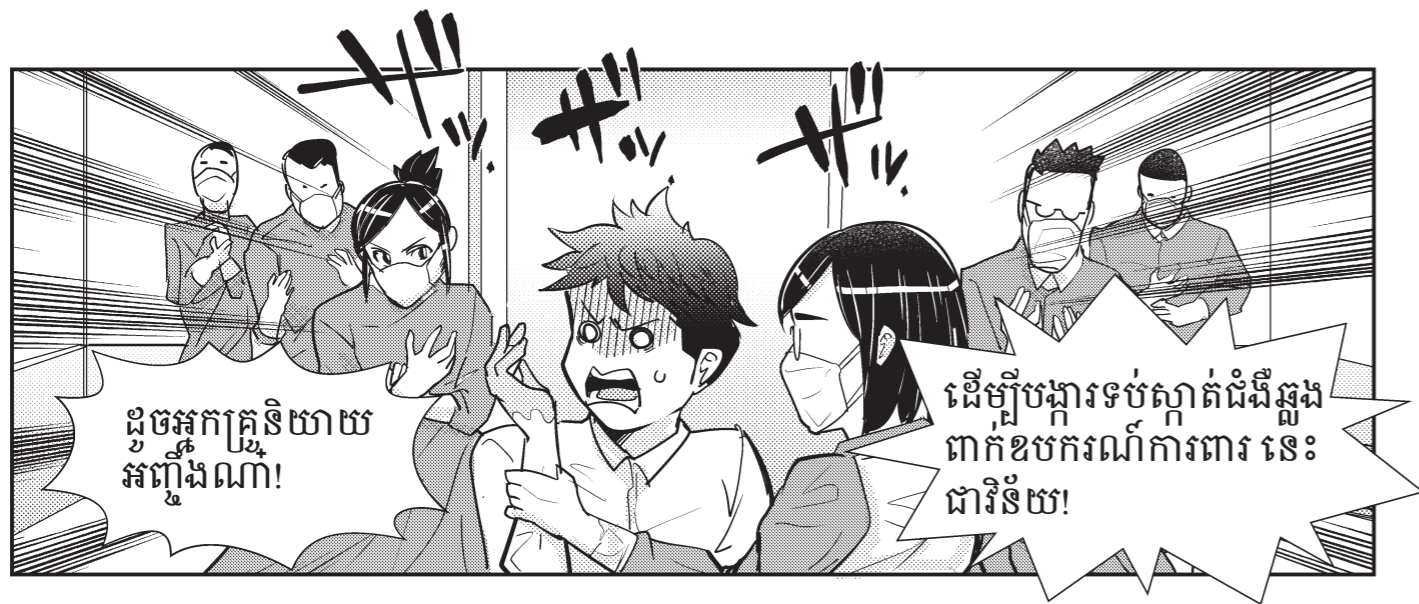
ប្រហែលឆ្លងក៏ថាបានណាស់។



បាទ, អ្នកគ្រូក៏និយាយបំផ្លើសបំភាយខ្ញុំ...។

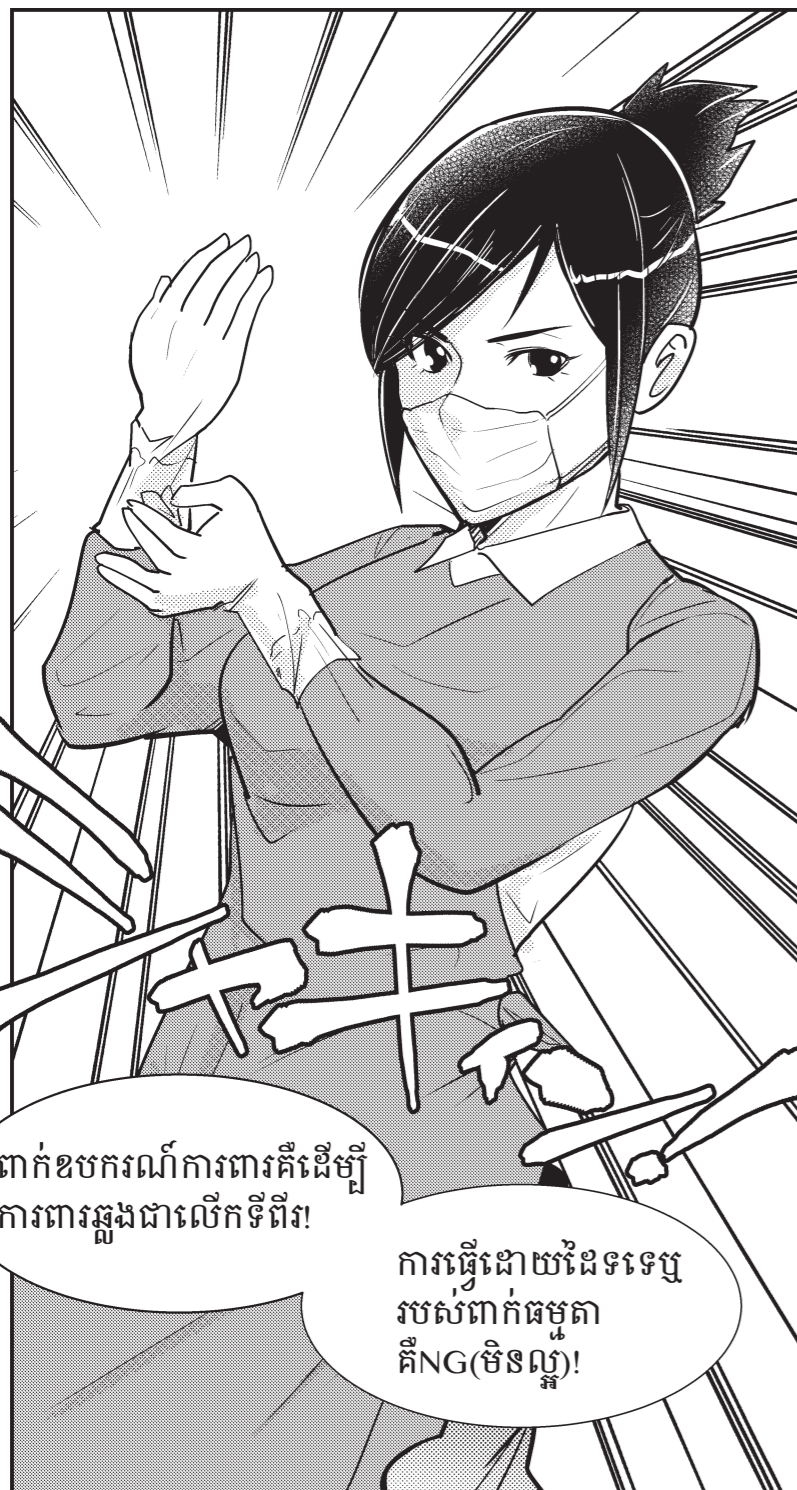
ឯតទឹកហើយ មិនអីទេបាទ...។

ពិតជាមនុស្សមិនដឹងមែន...។



ដូចអ្នកគ្រូនិយាយ
អញ្ចឹងណា!

ដើម្បីបង្ការទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង
ពាក់ឧបករណ៍ការពារនេះ
ជាវិន័យ!



ពាក់ឧបករណ៍ការពារគឺដើម្បី
ការពារឆ្លងជាលើកទីពីរ!

ការធ្វើដោយដៃទទេឬ
របស់ពាក់ធម្មតា
គឺNG(មិនល្អ)!



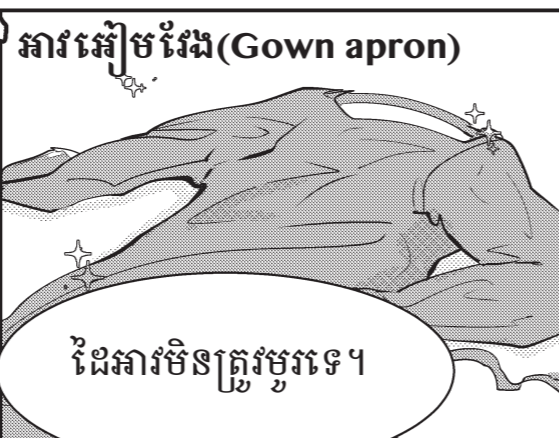
ម៉ាស់ពេទ្យរកាត់

ពាក់ម៉ាស់ដែល
កំនត់ដោយវិន័យ។



ស្រោមដៃប្រើហើយចោល

ប្រើខ្សែដៃហើយត្រូវ
ចោល។



អាវអៀមវែង(Gown apron)

ដៃអាវមិនត្រូវមូរទេ។



"វិធីចាត់ចែង"

១. បិទស្លាកលើថង់ផ្លាស្ទិក
ដែលដាក់លីនីនកខ្វក់។



២. បាញ់ស្រ្តាយកំចាត់មេរោគ
នៅកន្លែងកខ្វក់នោះ។

លីនីនដែលកខ្វក់ត្រូវស្ងោរដាច់មេរោគ
ឬដាច់មេរោគដោយសារធាតុរាវដាច់មេរោគ។



៣. ម៉ាស់និងស្រោមដៃ, ប្រភេទក្រក
ដាស់ប្រើហើយ
ដាច់ខាតត្រូវចោល។

លាងដៃនឹងសាប៊ូដុំ

កំចាត់មេរោគអោយ
ស្អាតល្អ។



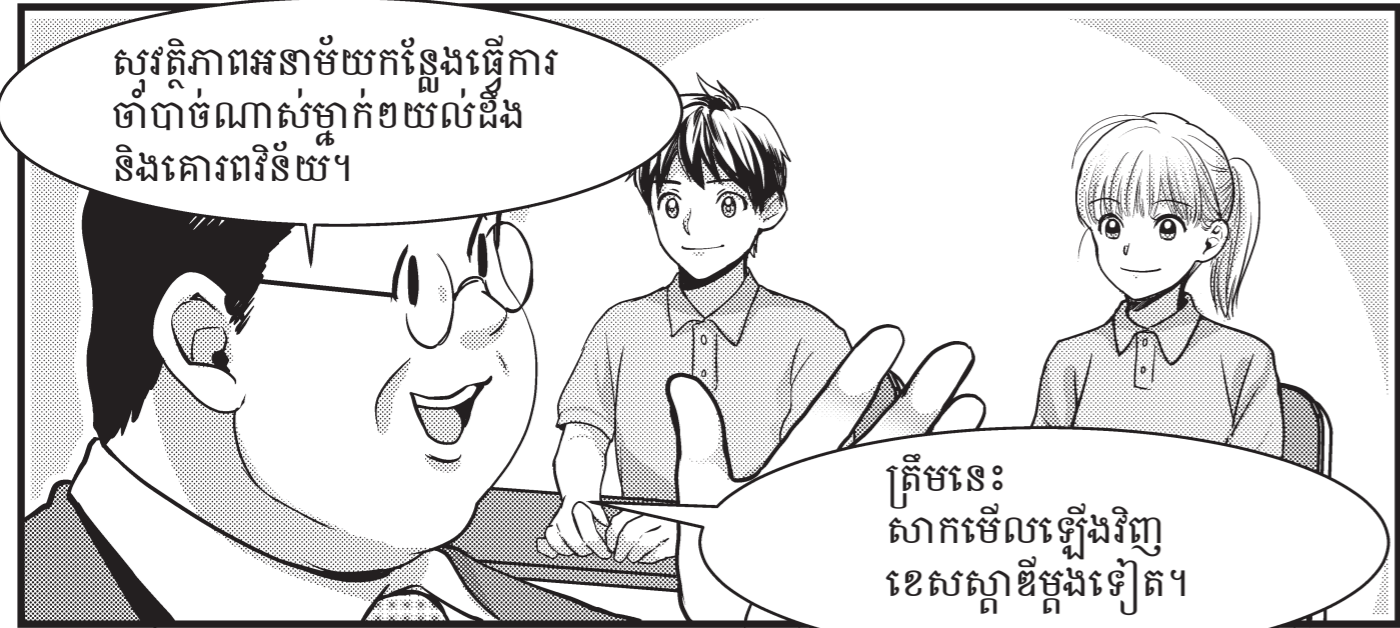
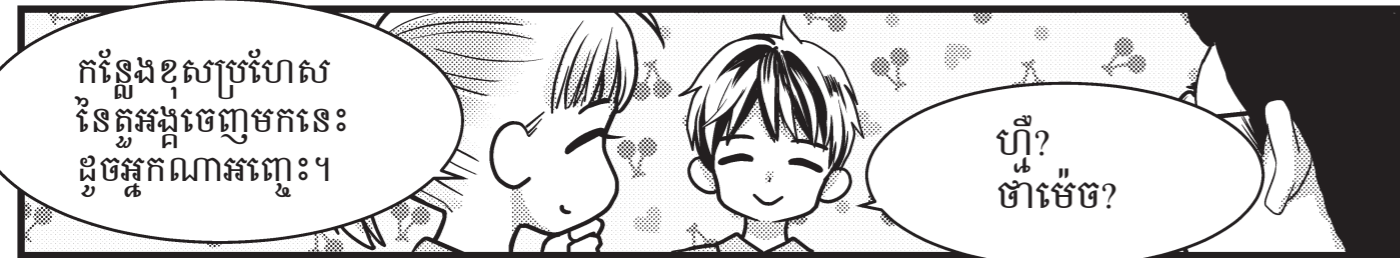
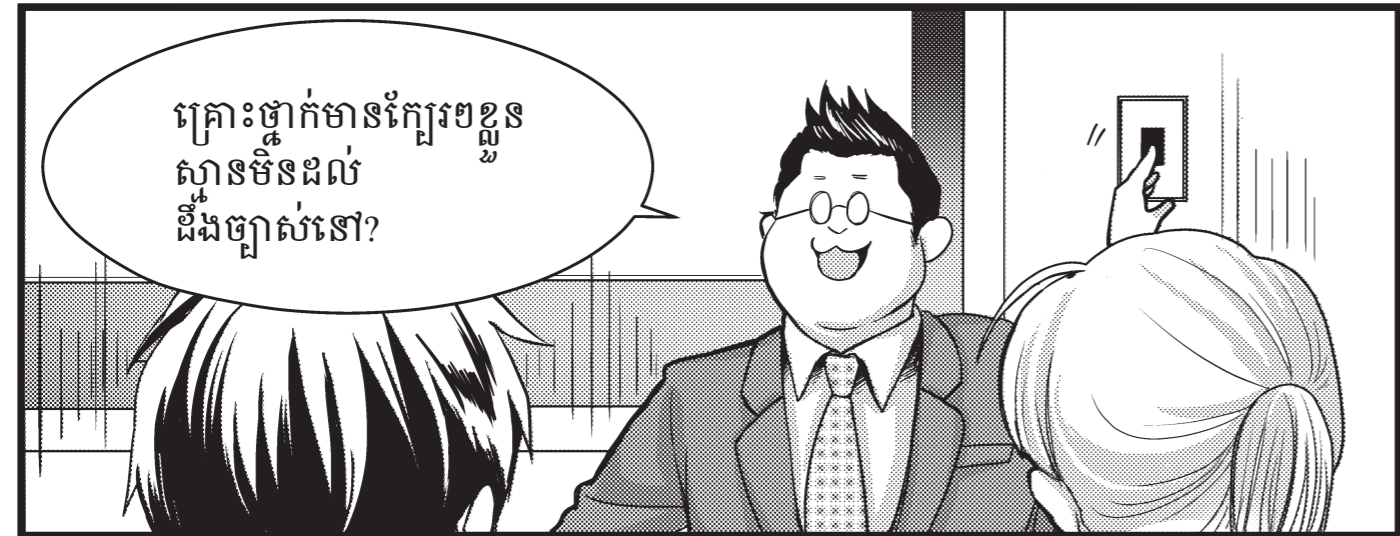
ក្រោយពិនិត្យរោគ...

ចុងក្រោយ
មិនមែនសត្វល្អិតក្នុងក្រពះទេ
គឺផ្តាសាយ។



ប្អូនផងដែរ
គឺអវិជ្ជមាន(Negative)
ទេ!

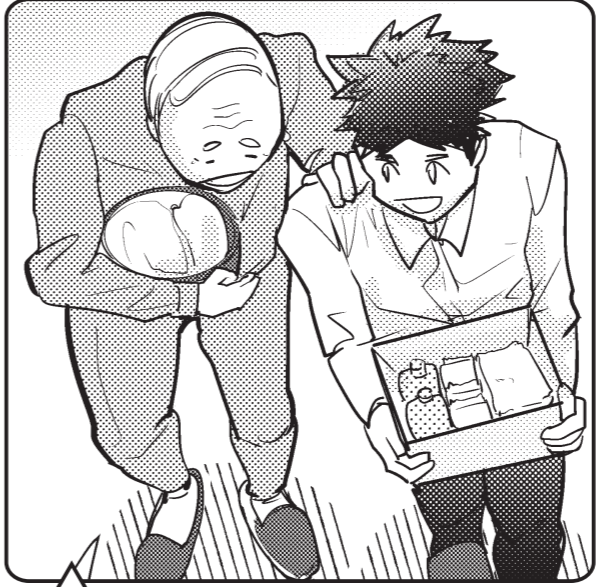
ខ្ញុំពិតជាសោកស្តាយចំពោះ
ករណីលើកនេះ
ហើយបានប្រុងប្រយ័ត្នលើក
ក្រោយៗ។



ចំណុចដែលត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការងារមើលថែ(Kaigo)

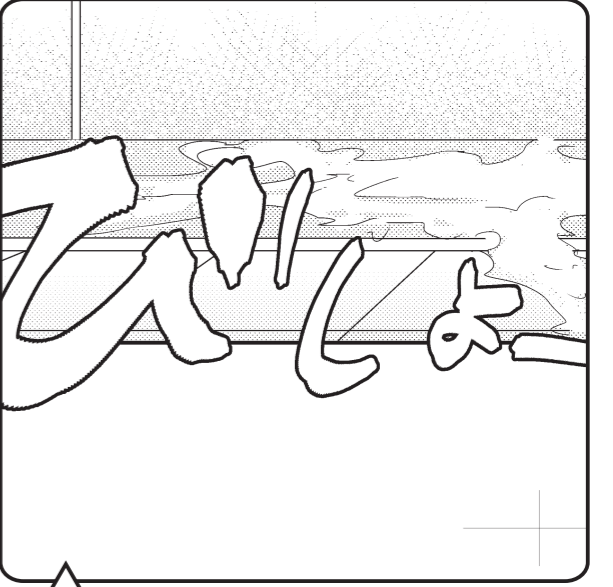


១ | ពេលដែលទាំងពីររូបជាប់ស្ងួត ប្រុងប្រយ័ត្ន



ពេលដែលទាំងពីររូបជាប់ស្ងួត អាចដួលមានគ្រោះថ្នាក់ចៃដន្យ ដូចនេះសូមប្រុងប្រយ័ត្ន។

២ | សូមប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះកម្រាលជាន់ សើមឬប្រឡាក់



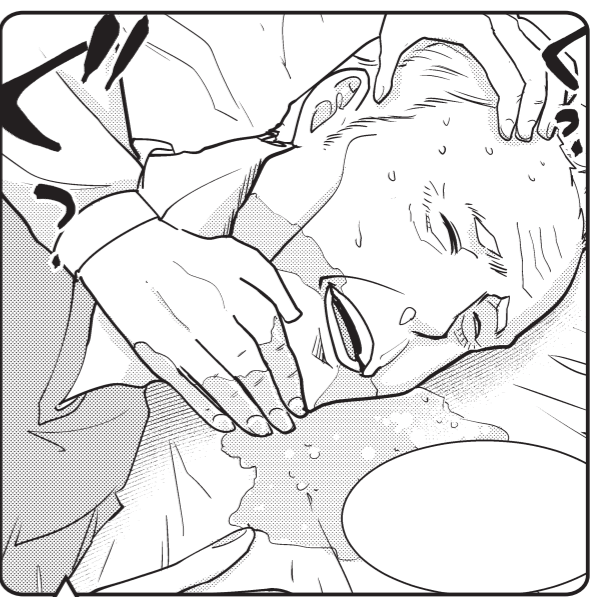
ពាក់ស្បែកជើងមិនងាយអរិល, និងសូមដាក់ចិត្តចំពោះ ៤S(មើលសម្ភារៈអប់រំរួម)

៣ | សូមបញ្ឈប់ការជួយមើលដោយ ជំហរម្នីហ្វូស



ការជួយមើលដោយជំហរម្នីហ្វូស ឬមិនតាមធម្មតា ជាមូលហេតុនៃការលើចង្កេះ។

៤ | សូមប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះជំងឺឆ្លង

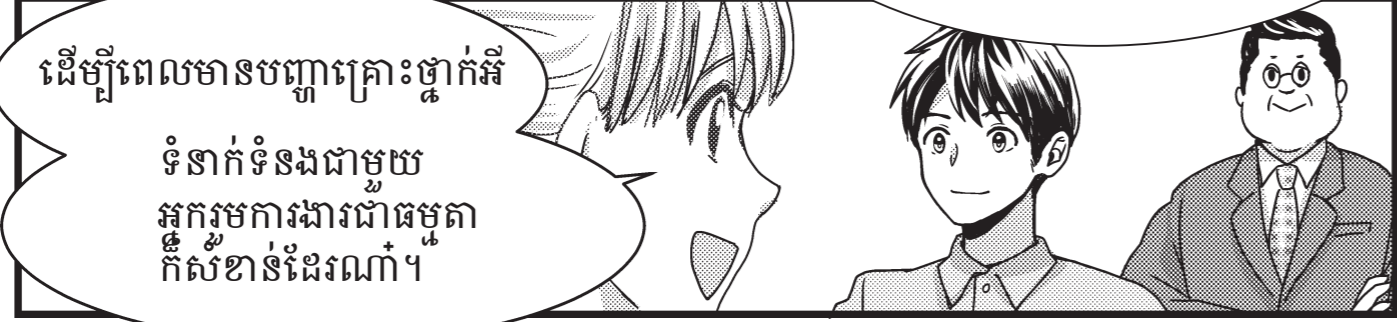


កំអត់និងទោមលាមកជាដើម មិនត្រូវប៉ះផ្ទាល់ឡើយ។



គ្រោះថ្នាក់ការងារ ដាច់ខាតមិនមែនតែជារឿងអ្នកដទៃទេ គឺជាបញ្ហាក្បែរខ្លួន។

ខ្ញុំចង់អោយចាំថា ការគោរពវិន័យជា ការគោរព"ខ្លួនឯង", "គ្រួសារ" និង"ជីវភាព"។



ដើម្បីពេលមានបញ្ហាគ្រោះថ្នាក់អី ទំនាក់ទំនងជាមួយ អ្នករួមការងារជាធម្មតា ក៏សំខាន់ដែរណាស់។

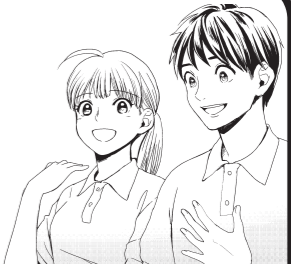


បាទ! ខ្ញុំប្តេជ្ញាខំប្រឹងរាល់ថ្ងៃ ដោយប្រយ័ត្នចំពោះ សុវត្ថិភាពអនាម័យ

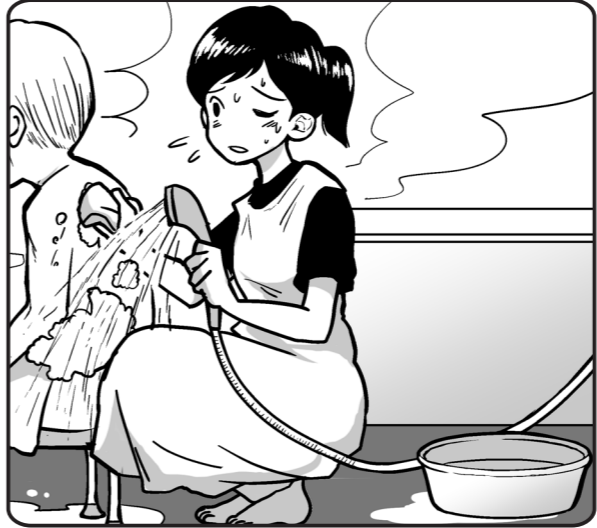
ហ្នឹងហើយ

ការងារមើលថែ

ក៏ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះប្រការទាំងនេះដែរ!
គន្លឹះដើម្បីសុវត្ថិភាព សុខភាព!



១ | គ្រួសារពេលកំពុងជួយដូត គ្រាំទឹក



ដោយសារបន្ទប់ដូតគ្រាំទឹកមានសំណើមខ្ពស់ហើយក្តៅ មានករណីបុគ្គលិកមើលថែកើតគ្រួសារកើនឡើង(មើលសម្ភារៈ អប់រំរួម)

២ | ពេលមានបញ្ហា សូមពិគ្រោះ



ប្រសិនបើមានបញ្ហា, មិនត្រូវគិតពិបាកចិត្តតែម្នាក់ឯង សូមពិគ្រោះនឹងអ្នកនៅជុំវិញគ្រូពេទ្យជំនាញ។

៣ | ក្រោយការងារវេនយប់ ត្រូវគេង អោយគ្រប់គ្រាន់!



ពលកម្មការងារ ជាប្រភពនៃគ្រោះការ(Rosai)។ ក្រោយការងារវេនយប់ សូមគេងអោយគ្រប់គ្រាន់នៅកន្លែង បាំងពន្លឺថ្ងៃ។

៤ | ការពារឈឺចង្កេះដោយពត់តម្រង់ ខ្លួន!



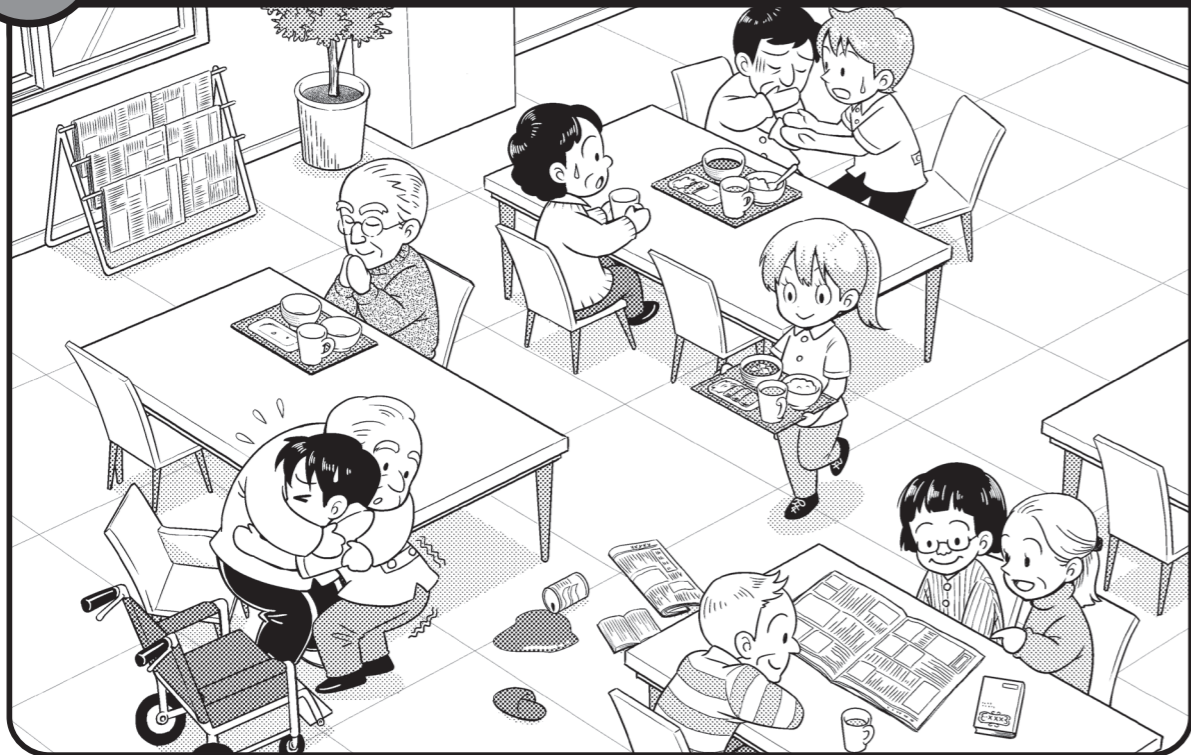
សូមការពារឈឺចង្កេះដោយពត់តម្រង់ខ្លួន (មើលសម្ភារៈអប់រំរួម)។

តោះស្គាល់អំពីគ្រោះថ្នាក់ដែលកើតឡើងក្នុងពេលកំពុងធ្វើការនៅកន្លែងការងារ!

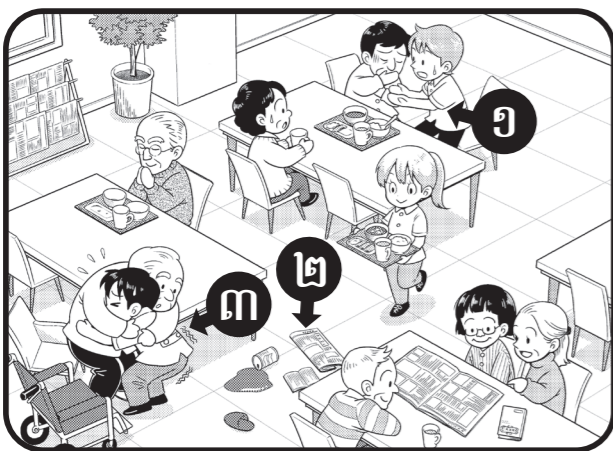
ការហ្វឹកហាត់ប៉ាន់ប្រមាណគ្រោះថ្នាក់

(KYT or Kiken Yochi Training)

Q តោះសាកគិតមើលត្រង់ណាគ្រោះថ្នាក់!



A ត្រង់នេះជាចំណុចគ្រោះថ្នាក់!



១ របស់ខ្លះនិងកំអុតមិនត្រូវបោះបោលធ្វើដោយដៃទេឡើយ



២ របស់វាយប៉ាយលើកម្រាលជាន់ ទាំអោយមានគ្រោះថ្នាក់។



៣ មិនត្រូវបង្ខំឬសធ្វើការជួយមើលដោយម្នាក់ឯងទេ។



សូមសាកគិតមើលថាមានចំណុចគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងទៀតដែរឬទេ។

យល់ដឹងតាមរយៈម៉ាងហ្គាក់ (Manga) ពីសុវត្ថិភាពអនាម័យ នៃឧស្សាហកម្មមើលថែ មនុស្សចាស់ (Kaigo)

បោះពុម្ពផ្សាយខែ ៣ ឆ្នាំ ២០២០

បោះពុម្ពផ្សាយដោយ៖ ក្រុមស្នងសុខុមាលភាពនិងការងារ
រៀបចំគម្រោងដោយ៖ Mizuho Information & Research Institute, Inc.
ត្រួតពិនិត្យនិពន្ធដោយ៖ គណៈកម្មាធិការលើកកម្ពស់ការរៀបចំសម្ភារៈសម្រាប់ស្តីពីសុវត្ថិភាពអនាម័យការងារ
កិច្ចការរៀបចំសម្ភារៈសម្រាប់ស្តីពីសុវត្ថិភាពទាក់ទងនឹង ឧស្សាហកម្មមើលថែ
ផលិតដោយ៖ Sideranch Inc.



厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

ទំនាក់ទំនងមកយើងស្តីពីឯកសារនេះ

ផ្នែកសុវត្ថិភាព ការិយាល័យសុវត្ថិភាពអនាម័យ
នាយកដ្ឋានស្តង់ដារការងារ ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ