

การขนย้ายวัสดุด้วยมือ

Manual Handling

การขนย้ายวัสดุด้วยมือก่อให้เกิดอุบัติเหตุมากถึงหนึ่งในสาม

ของอุบัติเหตุทั้งหมดในที่ทำงาน

Manual handling causes one third of all accidents in the workplace!



- 1 พยายามหลีกเลี่ยงการขนย้ายด้วยมือ ณ ที่ใด ๆ ก็ตาม**
Avoid handling loads whenever possible.
- 2 รักษาทางเดินทำให้ปราศจากสิ่งกีดขวาง**
Keep walkways clear.
- 3 ใช้เครื่องจักรกลที่เตรียมไว้ให้เพื่ออำนวยความสะดวกในการขนย้าย อย่างเช่น รถลากหรือรถยก**
Use mechanical aids provided, for example, a trolley or pallet truck.
- 4 รายงานเกี่ยวกับปัญหาด้านการขนย้ายวัสดุด้วยมือที่พบ**
Report any manual handling concerns that you have.
- 5 แบ่งการขนย้ายวัตถุขนาดใหญ่ออกเป็นส่วน ๆ**
Break up a large load.
- 6 ขอความช่วยเหลือในกรณีที่ต้องทำการขนย้ายวัตถุที่มีน้ำหนักมาก วัตถุที่มีคม หรือ วัตถุที่ยากต่อการขนย้าย**
Get help with heavy, sharp or awkward loads.
- 7 ย่อเข้าของคุณขณะทำการขนย้าย**
Bend your knees.

Name	Signature	Date	Name	Signature	Date

Doc No: 07104 (Thai)
ความปลอดภัย
เบื้องต้น