



เอกสารความปลอดภัย



สถาบันความปลอดภัยในการทำงาน

กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน

22/22 หมู่ 2 ถนนบรมราชชนนี แขวงจิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร 10170

โทร. 0-2448-9171 , 0-2448-8338 - 53 ต่อ 500 - 507 โทรสาร 0-2448-9171

Web Site : <http://www.oshthai.org>

E-mail : nice@labour.mail.go.th

สพท. - ม 072/2551



การป้องกัน การหกล้ม ลื่นล้มในที่ทำงาน



เกริ่นนำ

การป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านอันตรายต่างๆ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการทำงาน เป็นภารกิจของทุกคน นายจ้าง รับผิดชอบในด้านการบริหารจัดการ การจัดทำนโยบายการจัดการ อุปกรณ์ เครื่องมือที่เกี่ยวข้อง ลูกจ้าง รับผิดชอบในการปฏิบัติตาม กฎ มาตรฐาน ขั้นตอนการทำงาน แจ้งเหตุหากพบปัจจัยที่เสี่ยงต่อการเกิดอันตราย

การจัดการความปลอดภัยที่ช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหการหกล้ม ลื่นล้มในสถานที่ทำงาน

การจัดการที่ดีจะช่วยให้สามารถแยกแยะบริเวณที่มีปัญหา ช่วยในการพิจารณาวิธีแก้ไขปัญห ขั้นตอนการดำเนินการและการตรวจสอบสัมฤทธิ์ผลของการดำเนินการ



การจัดการที่ดี ประกอบด้วย

1. การวางแผน พิจารณาหาพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหา และตั้งเป้าหมายสำหรับการแก้ไขปัญหา ในส่วนนี้ นายจ้างและลูกจ้าง (ผู้ปฏิบัติงาน) สามารถร่วมกันพิจารณาระบุบริเวณพื้นที่ที่อาจเกิดความเสี่ยงต่อการเกิดการหกล้ม ลื่นล้ม (จากเอกสารของ สำนักงานความปลอดภัย อาชีวอนามัยของประเทศอังกฤษ ประมาณไว้ว่าบริเวณที่มีเหตุที่เกี่ยวข้องอุบัติเหตุการหกล้ม ลื่นล้มที่มีความรุนแรงมาก มักจะเคยเกิดปัญหาเล็กน้อยในบริเวณนั้น ก่อนหน้านั้นประมาณ 40 ครั้ง) ดังนั้นหากเลือกบริเวณที่จะแก้ไขปรับปรุงแล้วพิจารณาใช้มาตรการที่เหมาะสมอย่างระมัดระวังช่วยให้สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ อาทิ การเลือกใช้ขอบ/คั่น ป้องกันน้ำกระเซ็น และใช้วัสดุกันลื่นปูพื้นในบริเวณที่เปียกตลอดเวลา หรือใช้อุปกรณ์

ไร้สายเพื่อหลีกเลี่ยงการสะดุดสายอุปกรณ์ในบริเวณที่ทำงาน มาตรการเหล่านี้จะสามารถช่วยให้ปัญหาลดลงได้

2. ความร่วมมือ ผู้ปฏิบัติงานจะต้องเข้ามามีส่วนร่วม และแสดงเจตนารมณ์ในความร่วมมือเพื่อแก้ไขปัญหา แต่ละบุคคล (ทุกคน) จะต้องหน้าที่รับผิดชอบที่จะช่วยกันรักษา ดูแลให้บริเวณสถานที่ทำงานปลอดภัย เช่น ทำความสะอาดหรือแจ้งผู้รับผิดชอบทันทีหากมีของเหลวหกอยู่บนพื้น ดูแลเส้นทางเดินไม่ให้มีสิ่งของ วัสดุ กีดขวาง มีการเก็บบันทึกข้อมูลผู้รับผิดชอบในแต่ละภารกิจ กิจกรรมที่ดำเนินการทั้งหมดให้รวมถึงผู้รับเหมาช่วง หรือผู้ที่เข้ามาปฏิบัติงานในบริเวณสถานประกอบการเป็นครั้งคราวด้วย

3. การควบคุม มีการตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอว่า ขั้นตอนการปฏิบัติต่างๆ ที่ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหา มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง อาทิ จะต้องไม่มีพื้นที่ที่ปล่อยให้เปียกหรือเฉอะแฉะ มีการจัดความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสถานประกอบการ รอยรั่วต่างๆ หรือหลอดแสงสว่างต่างๆ มีการแก้ไข บำรุงรักษา และการซ่อมแซมบำรุงรักษาต่างๆ ต้องมีการจดบันทึกไว้เป็นหลักฐานตลอด

4. การตรวจสอบและทบทวน รายงานการเกิดอุบัติเหตุ และการสอบสวนอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นเพื่อค้นหาจุดที่ยังเป็นปัญหา หรือข้อบกพร่องในการบริหารจัดการว่ามีการพัฒนาปรับปรุงหรือไม่ รวมถึงควรสอบถามข้อมูลจากเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน และเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน จะทำให้ได้ข้อมูลเพื่อนำมาวางแผนมาตรการป้องกันอุบัติเหตุดังกล่าวได้ตรงจุดและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น



การตรวจสอบความเสี่ยงของอุบัติเหตุของการลื่นล้ม สะดุดล้ม

นายจ้างจะต้องประเมินความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้าง และบุคคลอื่นๆ ที่อาจเกิดขึ้น อาทิ ผู้เข้ามาติดต่อกับงาน ประชาชนทั่วไป เพื่อที่สามารถจัดมาตรการที่เหมาะสมในการควบคุมความเสี่ยง ขั้นตอนสำหรับการประเมินความเสี่ยงของสถานที่ทำงานที่สามารถก่อให้เกิดอุบัติเหตุการสะดุดล้ม ลื่นล้ม

● **ขั้นแรก** สำรวจหาจุดที่อาจเกิดปัญหาลึ้นล้ม สะดุดล้ม รอบสถานที่ทำงาน อาทิ บริเวณที่ระดับพื้นที่ที่ไม่เท่ากัน ที่เดินสายต่างๆ หรือบริเวณที่มักมีการหกของของเหลว ในกระบวนการผลิตหรือการทำงานและรวมถึงบริเวณภายนอกอาคารด้วย

● **ขั้นที่สอง** พิจารณาว่าบริเวณนั้นอาจเกิดอันตรายกับใคร ได้บ้าง และอย่างไร เราได้มีมาตรการใดเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ ได้บ้าง และต้องตระหนักถึงผู้สูงอายุและผู้พิการอาจเกิดอุบัติเหตุ ที่นอกเหนือจากปกติ

● **ขั้นที่สาม** พิจารณาที่ปัญหา ว่าเราได้หาแนวทางแก้ไข หรือวางมาตรการป้องกันแล้วหรือยัง

● **ขั้นที่สี่** จัดบันทึกข้อมูลจากการประมวลทั้งหมดเพื่อให้ ผู้ปฏิบัติงานได้รับทราบ

● **ขั้นที่ห้า** หมั่นตรวจสอบบ่อยๆ หากมีการเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อให้มั่นใจว่ามาตรการและแนวทางที่วางไว้ยังสามารถ ป้องกันการเกิดอุบัติเหตุอย่างมีประสิทธิภาพเช่นเดิม



การรักษาความสะอาดและการบำรุงรักษา

วิธีการและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาด จะต้องเหมาะสมกับสภาพพื้น จะต้องมีการตรวจสอบเพื่อซ่อม

บำรุงอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงานอย่างสม่ำเสมอ ในการบำรุงรักษา จะต้องพยายามเก็บเครื่องมืออุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องให้เรียบร้อย ระวังอย่าให้การทำความสะอาดและการบำรุงรักษาเป็นสาเหตุ ของอุบัติเหตุการลื่นล้ม สะดุดล้ม

● **แสงสว่าง** ในแต่ละที่ควรมีแสงสว่างเพียงพอให้สามารถ เห็นสิ่งกีดขวางต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริเวณที่พื้นมีความลื่น ดังนั้นต้องมีการตรวจสอบ ทำความสะอาดแหล่งแสงส่องสว่าง อย่างสม่ำเสมอ อย่ารอให้แสงสว่างไม่เพียงพอจนเกิดปัญหา

● **พื้น** ต้องมีการตรวจสอบสภาพพื้นในบริเวณการทำงาน หากมีหลุม บ่อ มีรอยแยก แตก ร้าว โดยเฉพาะบริเวณที่ขั้นตอน การทำงานที่มีโอกาสเปื้อก หรือมีฝุ่นสะสม ให้รีบแก้ไขทันที และ ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญหากจำเป็นต้องต้องปรับเปลี่ยนเป็นพื้น แบบพิเศษ

● **สิ่งกีดขวาง** ต้องดูแล จัดเก็บสิ่งของต่างๆ ในบริเวณ สถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่เกะกะ กีดขวางทางเดิน หรือกระบวนการทำงาน แต่หากเป็นสิ่งที่เคลื่อนย้ายไม่ได้ให้ จัดป้าย สัญลักษณ์เตือนให้ผู้อื่นได้รับทราบหรือกันเขตไว้

● **รองเท้า** การเลือกใช้อุปกรณ์ที่เหมาะสมกับสภาพ ลักษณะการทำงานเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยป้องกันการเกิดปัญหา การลื่นล้ม สะดุดล้มได้ โดยเฉพาะในพื้นที่ที่เปียก และตลอดเวลา

แนวปฏิบัติสำหรับการป้องกันปัญหาการลื่นล้ม สะดุดล้มในสถานที่ทำงาน

อันตราย	ข้อควรปฏิบัติ
■ สารเคมีหกทั่วไหล (ทั้งแบบของเหลว และแบบของแข็ง)	■ ทำความสะอาดบริเวณที่หก, รั่วไหล ทันที ถ้าหากเป็นของเหลวที่มีความมัน ให้ใช้สารทำความสะอาดที่เหมาะสม หากพื้นยังเปียกหลังการทำความสะอาด ให้กันเขต หรือทำทางเดินเลี้ยว บริเวณดังกล่าว หากจัดให้มีการทำความสะอาดประจำวันอยู่แล้ว ควรพิจารณาให้มีการดำเนินการตอนกลางคืน เพื่อให้พื้นแห้งทันในช่วงเช้า
■ สายไฟ สายเคเบิลต่างๆ	■ การลากสายต่างๆ ควรพยายามหลีกเลี่ยงการพาดไปบนอุปกรณ์ต่างๆ และหากต้องเดินสายผ่านบริเวณทางเดิน ให้จัดทำที่ครอบสายที่ยึดติดกับพื้น หากสามารถทำได้ให้พิจารณาใช้อุปกรณ์ไร้สายแทน
■ ขยะต่างๆ อาทิ ถุงพลาสติก	■ ต้องรักษาความสะอาดในบริเวณที่ทำงาน กำจัดขยะ เศษกระดาษ เศษไม้ เศษพลาสติกให้หมด
■ ที่ปูพื้น, พรม อาทิ พรมดักฝุ่น	■ หมั่นตรวจสอบให้วัสดุเหล่านี้ติดอยู่กับพื้นอย่างแน่นหนา ไม่ขยับหรือเลื่อน ขณะใช้งานและอย่าให้เกิดรอย เมื่อยตามมุ่ม เพราะจะทำให้สะดุดได้
■ แสงสว่างไม่เพียงพอ	■ ปรับปรุงแหล่งที่ให้แสงสว่าง เปลี่ยนหรือเติมหลอดไฟ เพื่อให้แน่ใจว่ามีแสงสว่างเพียงพอในบริเวณนั้น
■ พื้นลื่น	■ หาสาเหตุที่ทำให้เกิดและแก้ไขที่ต้นเหตุ
■ สภาพพื้นผิวที่ต่างกัน	■ จัดรองเท้าที่เหมาะสมกับสภาพการทำงาน จัดป้ายสัญลักษณ์ เตือนสภาพพื้น จัดทำพรมดำฝุ่นเช็ดเท้าให้บริเวณ ที่จำเป็น
■ ระดับพื้นต่างๆกัน	■ พยายามอย่าให้มีบริเวณพื้นต่างระดับในที่ทำงาน หากไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ให้จัดแสงสว่างที่เพียงพอ ในบริเวณนั้น และให้จัดทำสัญลักษณ์เตือน อาทิ สัญลักษณ์ เสียงเตือน เมื่อเข้าไปในบริเวณนั้น
■ แนวลาดเอียง	■ ให้จัดแสงสว่างให้เพียงพอในบริเวณนั้น ควรมีราวจับ หรือสัญลักษณ์พื้นนั้น
■ ควัน ไอ น้ำ ที่บดบังทัศนวิสัย	■ กำจัด หรือควบคุม ควัน ไอ ออกจากบริเวณทำงาน ปรับปรุงระบบการระบายอากาศ บริเวณนั้น และมีสัญลักษณ์เตือน
■ รองเท้าที่ไม่เหมาะสม	■ จัดหาอุปกรณ์ รองเท้าโดยเฉพาะ ที่เหมาะสมกับสภาพงาน เลือกพื้นรองเท้า และหากงานที่ปฏิบัติต้องใช้ อุปกรณ์ป้องกันเท้าแบบพิเศษ นายจ้างจัดหาให้ผู้ปฏิบัติงานด้วย