

مجموعه کتب

حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E)

- ۱- کتاب مرجع حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست
- ۲- آیین نامهء سلامتی، ایمنی و محیط زیست
- ۳- ایمنی در صنعت
- ۴- چک لیست مدیریت ایمنی در محیط های کارگاهی و کارخانه ها

دکتر محمد حسن رامشت

سرشناسه	رامشت، محمدحسن، ۱۳۲۲
عنوان و نام پدیدآور	مجموعه کتب حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E): محمدحسن رامشت
مشخصات نشر	تهران: پیام کوثر، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری	۴ ج. در یک مجلد (۳۱۹ ص.)، مصور، جدول، نمودار.
شابک	978-600-6010-37-3
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	واژه نامه.
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	ایمنی صنعتی -- استانداردها
موضوع	بهداشت صنعتی -- استانداردها
موضوع	بهداشت محیط زیست
رده بندی کنگره	T55/۲م۳ ۱۳۹۳
رده بندی دیویی	۳۶۳/۱۱
شماره کتابشناسی ملی	۳۷۵۰۹۲۸



عنوان: مجموعه کتب حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E)

تالیف: محمد حسن رامشت

ناشر: پیام کوثر

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۳-۳۷-۶۰۱۰-۶۰۰-۹۷۸

نشانی: تهران، ابتدای خیابان کارگر شمالی، کوچه برهانی، پلاک ۲۰، طبقه منفی ۱

شماره تماس: ۶۶۴۱۳۱۶۸-۶۶۴۱۲۳۳۸

پست الکترونیکی: abrarbook@yahoo.com

فهرست مطالب

۲۱	مقدمه
۲۳	کتاب اول: کتاب مرجع حفظ سلامتی، محیط زیست و ایمنی (H.S.E)
۲۵	سیاست حفظ سلامتی، محیط زیست و ایمنی
۲۵	فلسفه حفظ سلامتی، محیط زیست و ایمنی
۲۶	زمینه کاری و هدف عملیات
۲۶	مسئولیت مدیر و ناظر
۲۷	مسئولیت‌های کارمندان
۲۸	مسئولیت‌های مقاطعه کار
۲۹	قوانین کلی HES
۲۹	ارتباطات
۳۰	عملیات شخصی
۳۱	تجهیزات و لوازم شخصی محافظ
۳۲	تجهیزات
۳۴	استاندارد HES شماره یک - اجازه کار
۳۴	هدف
۳۴	سیاست
۳۴	تنظیمات لازم
۳۴	تعاریف
۳۶	دستورالعمل‌های اجازه‌نامه
۳۸	نگهداری و بررسی نتایج
۴۲	استاندارد HES شماره ۲ - برجسته‌زی و شماره‌گذاری
۴۲	هدف
۴۲	موضوع
۴۲	تعاریف
۴۳	مراحل انجام کار
۴۳	مسئولیت‌ها
۴۳	ملاحظات ویژه
۴۵	استاندارد HES شماره ۳ - ایزولاسیون انرژی

۴۵	هدف
۴۵	موضوع
۴۶	اهداف
۴۶	تعاریف
۴۷	مراحل ایزولاسیون انرژی الکتریکی
۴۹	مراحل ایزولاسیون انرژی فرایندی، بادی، شیمیایی و حرارتی
۵۰	کور کردن جریان سیالات با استفاده از صفحات فلزی (رجوع شود به استاندارد HES شماره ۴)
۵۱	مراحل ایزولاسیون انرژی مکانیکی
۵۲	مقبولیت مقاطعه کار
۵۲	آموزش
۵۲	تغییرات
۵۲	کنترل عملیات هر فواصل زمانی معین
۵۵	استاندارد HES شماره ۴- کور کردن جریان سیالات با استفاده از صفحات فلزی
۵۵	هدف
۵۵	موضوع
۵۵	عبارات کلی
۵۶	صفحات فلزی، موانع بخار، سطوح منفذدار و دیسک‌های فلزی
۵۸	دستگاه‌ها و ابزارهای که متفاوت از صفحات فلزی کورکننده جریان می‌باشند
۵۹	انتخاب واشر
۶۰	برآورد فشار
۶۱	مراحل تعیین کلاس ANSI
۶۲	صفحات فلزی کورکننده (Blind) جریان سیالات که در محل کار ساخته می‌شوند
۶۳	موقعیت صفحه فلزی
۶۴	نصب صفحه فلزی
۶۵	چگونگی نصب صفحات فلزی (Blinds)
۶۶	انحراف از مراحل "کور کردن جریان سیالات با استفاده از صفحات فلزی"
۶۷	فهرست صفحات فلزی
۶۹	استاندارد HES شماره ۵- ورودی فضای محدود
۶۹	هدف
۶۹	زمینه کاری
۶۹	تعاریف
۷۱	آمادگی‌های فضای محدود

۷۳	گواهی نامه ورود به فضای محدود
۷۴	مراقبت از سیستم تنفسی و آزمایش هوای موجود در فضای محدود
۷۵	ورود به داخل فضای محدود
۷۵	سرویس های گروه نجات در مواقع اضطراری
۷۶	استقرار مجدد فضای محدود
۷۶	نیازهای آموزشی
۷۶	نیازهای عمومی آموزشی
۷۷	آموزش تخصصی
۷۷	افراد وارد شده ذیصلاح
۷۷	بازدیدکنندگان فضای محدود
۷۸	ناظرین مدخل ورودی
۷۸	پرسنل نجات
۷۹	ارزیابی دانش و آگاهی
۷۹	ارزیابی برنامه
۷۹	روشهای ورود به فضای محدود مقاطعه کار
۸۲	استاندارد HES شماره ۶- جوشکاری و اتصال داغ (Hot Tapping) در مکان عملیات
۸۲	هدف
۸۲	زمینه کاری
۸۲	تعاریف
۸۳	مراحل جوشکاری در هنگام عملیات
۸۴	آزمایش پیش گرمایش سیال شیرین
۸۵	آزمایش پیش گرمایش سیال ترش
۸۵	موارد ممنوعه
۸۶	محدودیت ها
۸۷	مراحل اتصال داغ
۸۸	موارد ممنوعه
۸۸	محدودیت ها
۹۰	استاندارد HES شماره ۷- حفاری و ایجاد گودال
۹۰	هدف
۹۰	زمینه کاری
۹۰	تعاریف
۹۱	مراحل

۹۵	استاندارد HES شماره ۸ - مدیریت تغییرات
۹۵	هدف
۹۵	زمینه کاری
۹۵	عبارات کلی
۹۶	مراحل
۱۰۰	ارزیابی سطح احتمال خطر
۱۰۱	اهمیت تغییرات اعمال شده
۱۰۲	آموزش
۱۰۴	استاندارد HES شماره ۹ - وسایل فرعی ایمنی
۱۰۴	هدف
۱۰۴	زمینه کاری
۱۰۴	مراحل
۱۰۶	مراحل انحراف از استاندارد HES
۱۰۶	هدف / زمینه کاری
۱۰۶	شروع انحراف
۱۰۸	آزبست
۱۰۸	موارد احتیاطی
۱۰۹	سیلندره‌های گاز فشرده شده
۱۰۹	استفاده از سیلندرها
۱۱۰	نگهداری از سیلندرها
۱۱۱	اجرای عملیات با جرثقیل
۱۱۱	کیفیت کاری ایراتور جرثقیل
۱۱۱	نیازهای اجازه‌نامه
۱۱۱	موارد احتیاطی ایمنی
۱۱۶	ایمنی الکتریکی
۱۱۶	موارد احتیاطی
۱۱۷	خطوط انتقال قدرت
۱۱۸	مراحل اضطراری
۱۱۸	مقدمه
۱۱۸	آموزش
۱۱۹	آتش‌سوزی / انفجار
۱۱۹	جراحات‌ها

۱۲۰	حوادث رانندگی
۱۲۱	نشئی و انتشار مواد گازی
۱۲۱	نشئی‌ها
۱۲۱	آزاد شدن گازهای سمی یا قابل احتراق
۱۲۳	محافظت در مقابل آتش‌سوزی
۱۲۳	مراحل پاسخ‌رسانی
۱۲۴	راهنمای پیشگیری از آتش‌سوزی
۱۲۵	بازرسی و تعمیر دستگاه آتش خاموش کن
۱۲۶	ایمنی ماشین آلات سنگین
۱۲۶	مقدمه
۱۲۶	موارد احتیاطی
۱۲۸	ایمنی ژئوفیزیکی عملیات
۱۲۸	مقدمه
۱۲۸	موارد احتیاطی
۱۲۸	عملیات بر روی زمین
۱۳۰	عملیات مته‌کاری
۱۳۰	عملیات با استفاده از منابع تأمین انرژی
۱۳۰	۱- مته‌کاری سوراخ
۱۳۰	۲- مدیریت مواد منفجره
۱۳۱	۳- اجرای عملیات با هوای فشرده شده
۱۳۱	عملیات و هدایت ماشین آلات سنگین و دکل‌ها
۱۳۲	ارتباطات خطر
۱۳۲	مقدمه
۱۳۲	اطلاعات و آموزش پرسنل
۱۳۲	مقاطعه کارها
۱۳۴	سولفید هیدروژن
۱۳۴	مقدمه
۱۳۴	خواص H_2S
۱۳۵	اثر H_2S
۱۳۶	سطوح عکس‌العمل در مقابل خطر H_2S
۱۳۷	ابزار آشکارسازی
۱۳۸	آزمایش

۱۳۹	گزارش‌ها و ثبت‌ها
۱۳۹	تجهیزات تنفسی
۱۳۹	موارد احتیاطی ایمنی
۱۴۰	آموزش
۱۴۱	ضمیمه الف: اندازه‌گیری سولفید هیدروژن
۱۴۲	ضمیمه ب: علایم سولفید هیدروژن
۱۴۴	ضمیمه ج: پوشش ماسک تنفسی و موی صورت
۱۴۵	ضمیمه د: راهنمای انجام آزمایش
۱۴۷	ضمیمه ه: برنامه‌های احتمال وقوع حادثه
۱۴۹	مواد مخدر غیرقانونی، نوشابه‌های الکلی و اسلحه‌های کشنده
۱۵۰	آزمایش مواد مخدر
۱۵۰	اجازه‌نامه‌هایی برای کنترل این رویه
۱۵۱	برنامه صنعتی بهداشت
۱۵۱	اهداف
۱۵۱	شناسایی و ارزیابی خطرات بالقوه
۱۵۱	کنترل میزان قرار گرفتن افراد در معرض خطرات
۱۵۲	آموزش
۱۵۲	یابگانی ثبت‌ها
۱۵۲	ارزیابی پزشکی افراد
۱۵۳	مراحل مدیریت سفر
۱۵۳	قوانین کلی
۱۵۳	مقاطع کارها با در اختیار داشتن مجتمع‌های مسکونی مستقل در حوزه استحقاقی شرکت
۱۵۴	سفرهای مقاطعه کار "به" یا "از" مکان‌های جاد حفاری
۱۵۴	مقاطع کارهایی که در حوزه استحقاقی هیچگونه مجتمعی ندارند
۱۵۵	قوانین رانندگی
۱۵۶	رانندگی در صحرا
۱۵۷	طوفان شنی
۱۵۷	آب و هوای مرطوب
۱۵۸	پیوست الف: سوگند نامه راننده (DCS)
۱۵۹	ایمنی آزمایشگاه
۱۵۹	مقدمه
۱۵۹	تجهیزات شخصی محافظ

۱۵۹	موارد احتیاطی عمومی
۱۶۰	تجهیزات و لوازم شیشه‌ای
۱۶۱	کلاهک‌های دودکش
۱۶۱	دفع مواد زائد
۱۶۲	بارگیری و حمل و نقل کالاهای استوانه‌ای شکل
۱۶۲	مقدمه
۱۶۲	احتیاط‌های ایمنی عمومی
۱۶۲	تجهیزات
۱۶۲	شوک‌ها
۱۶۳	وسایل بالابر و جرقه‌گیرها
۱۶۳	حمایل
۱۶۳	تجهیزات ایمنی
۱۶۴	احتیاط‌های لازم هنگام بارگیری و تخلیه بار
۱۶۵	مواد رادیو اکتیو که بصورت طبیعی مساعد می‌شوند (NORM)
۱۶۵	موارد احتیاطی
۱۶۶	ایمنی دفتر کار
۱۶۶	مقدمه
۱۶۶	مثال‌هایی از حادثه در دفتر کار
۱۶۶	موارد احتیاطی
۱۷۱	ایمنی حفاری
۱۷۱	مقدمه
۱۷۱	موارد احتیاطی
۱۷۲	تجهیزات محافظ شخصی
۱۷۲	محافظت از سر
۱۷۲	محافظت از صورت و چشم
۱۷۲	لنزهای طبی
۱۷۲	تدابیر اضافی برای محافظت از چشم
۱۷۳	حفاظت از قوه شنوایی
۱۷۳	محافظت از دست‌ها
۱۷۴	محافظت از پاها
۱۷۴	تجهیزات شخصی محافظ اضافی
۱۷۶	بالایش خطوط لوله و ظروف

۱۷۶		مقدمه
۱۷۶		روشهای کاربرد
۱۷۷		موارد احتیاطی
۱۷۹		حفاظت از دستگاه تنفسی
۱۸۰		اعمال لازم برای حفظ و نگهداری تجهیزات
۱۸۱		بارگذاری کامیون
۱۸۲		عملیات در مکان چاه
۱۸۲		مقدمه
۱۸۲		موارد احتیاطی
۱۸۲		اجرای عملیات بر روی چاه
۱۸۴		عملیات کشیدن بارها به وسیله جرثقیل
۱۸۴		موارد احتیاطی
۱۸۷		کتاب دوم: آیین نامه حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E)
۱۸۹		سیاست حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E) شرکت
۱۸۹		مسئولیت های ریاست شرکت
۱۸۹		مسئولیت های مدیر H.S.E
۱۹۰		مسئولیت ناظرین
۱۹۰		مسئولیت های کارمندان
۱۹۱		شناسایی ارزیابی و کنترل خطرات
۱۹۱		آنالیز ایمنی کار
۱۹۲		فهرست کنترلی شناسایی خطرات احتمالی
۱۹۲		ورود به مکان عملیات
۱۹۳		آمادگی های لازم قبل از شروع کار
۱۹۴		تجهیزات محافظ شخصی (PPE)
۱۹۴		حفاظت از سر
۱۹۴		حفاظت از پا
۱۹۴		حفاظت از گوش
۱۹۵		حفاظت از چشم
۱۹۵		کمربندهای ایمنی
۱۹۵		حفاظت از سیستم تنفسی بدن
۱۹۶		موارد احتیاطی هنگام کار در ارتفاع

۱۹۶	موارد احتیاطی هنگام کار در یک فضای محدود
۱۹۷	نکات احتیاطی هنگام رنگ کاری
۱۹۷	نکات احتیاطی در عملیات حفاری
۱۹۷	نکات احتیاطی عملیات با جرثقیل
۱۹۸	قوانین راهنمایی و رانندگی
۱۹۸	کار با ابزار دستی
۱۹۹	کار با ابزار برقی یا بادی
۱۹۹	داربست‌ها و نردبانها
۱۹۹	فرونشاندن آتش و تخلیه سکنه در مواقع اضطراری
۲۰۰	نکات احتیاطی هنگام وقوع آتش‌سوزی
۲۰۰	کار با تشعشعات
۲۰۱	پاکسازی محیط کار و تخلیه مواد
۲۰۱	برقراری تماس بعد از ساعات کاری
۲۰۱	فرم گزارش از حادثه
۲۰۱	تحقیق و تفحص پیرامون حادثه
۲۰۲	کمک‌های اولیه
۲۰۲	نکات ایمنی در مورد ورودی مکان عملیات
۲۰۲	ملاحظات زیست محیطی
۲۰۳	جلسات
۲۰۳	آموزش
۲۱۱	کتاب سوم: ایمنی در صنعت
۲۱۳	حادثه
۲۱۳	تعاریف مختلف حادثه
۲۱۳	عوامل بوجود آمدن حادثه
۲۱۵	نتایج حادثه
۲۱۶	صنعتی شدن کارخانه‌ها
۲۱۶	مزایا
۲۱۶	معایب
۲۱۷	تاریخچه وضع قوانین ایمنی کار در صنعت
۲۱۷	کمیته حفاظت
۲۱۸	آموزش

۲۱۸	موضوعات در برگزیده آموزش
۲۱۸	عناصر موثر در یک برنامه آموزش
۲۲۰	وظایف گروههای مختلف کاری
۲۲۰	وظایف مقامات رسمی کشور
۲۲۰	وظایف کارفرمایان
۲۲۱	وظایف کارگران
۲۲۲	بیماری‌های شغلی
۲۲۲	عوامل بوجود آورنده بیماری‌های شغلی
۲۲۲	عوامل فیزیکی زیان آور
۲۲۲	مکان وسایل و تجهیزات
۲۲۵	نکات ایمنی در بلند کردن بار و حمل آنها با دست
۲۲۷	روشنایی
۲۲۷	استفاده صحیح از نور
۲۲۸	اثر تهویه هوا در محیط کار
۲۲۸	صدا
۲۲۹	روشهای کنترل سر و صدا
۲۳۰	حفاظت در برابر پرتوها و تشعشعات
۲۳۰	آلودگی افراد به مواد رادیو اکتیو
۲۳۱	راههای رفع آلودگی
۲۳۱	الف- روش مکانیکی
۲۳۱	ب- روش فیزیکی
۲۳۱	ج- روش شیمیایی
۲۳۱	د- روش بیولوژیکی
۲۳۲	اصول کلی بهسازی محیط کار
۲۳۴	عوامل شیمیایی زیان آور
۲۳۴	تقسیم‌بندی گرد و غبار
۲۳۴	الف - گرد و غبارهای بی اثر
۲۳۴	ب - گرد و غبارهای سمی
۲۳۵	راههای پیشگیری و کنترل انتشار ذرات
۲۳۵	الف- عوامل تولید آلودگی
۲۳۵	ب - عوامل انتقال آلودگی
۲۳۵	ج - کارگران گیرنده آلودگی

۲۳۶	تقسیم بندی گازهای خفه کننده.....
۲۳۶	الف - گازهای غیرسمی که با رقیق کردن هوا در تنفس ایجاد اختلال می کنند.....
۲۳۶	ب- گازهای سمی که ضمن اختلال در سیستم تنفسی و جریان خون سیستم عضلانی، اعصاب را مختل می کنند.....
۲۳۶	ج- هیدروکربنها.....
۲۳۶	دستگاه های کنترل مواد آلاینده هوا در صنایع.....
۲۳۶	الف - کنترل انتشار گازهای آلوده کننده هوا.....
۲۳۷	ب- جدا کردن ذرات.....
۲۳۸	ایمنی خدمات.....
۲۳۸	مشخص کردن نولدها.....
۲۴۰	اصول ایمنی انواع مواد از نظر خطرناک بودن.....
۲۴۰	مواد قابل انفجار.....
۲۴۰	مواد سمی.....
۲۴۰	مواد اکسیدکننده.....
۲۴۰	مواد خورنده.....
۲۴۰	موارد ایمنی برای حمل و نقل مواد شیمیایی.....
۲۴۱	موارد ایمنی انبارها.....
۲۴۴	آتش سوزی.....
۲۴۴	احتراق.....
۲۴۵	طبقه بندی آتش.....
۲۴۵	روشهای اطفاء حریق.....
۲۴۶	انواع خاموش کننده ها.....
۲۴۸	وسایل اعلام خطر.....
۲۴۸	اشکارسازها.....
۲۴۸	روشهای پیشگیری از آتش سوزی.....
۲۵۰	برق گرفتگی.....
۲۵۰	طرق مختلف قرارگیری انسان در معرض برق گرفتگی.....
۲۵۰	راههای جلوگیری از برق گرفتگی افراد.....
۲۵۱	حریق های الکتریکی.....
۲۵۱	روشهای جلوگیری از حریق الکتریکی.....
۲۵۱	کمک های اولیه هنگام برق گرفتگی.....
۲۵۳	وسایل حفاظت شخصی.....

۲۵۳	لباس کار
۲۵۳	پیش بند
۲۵۵	کلاه ایمنی
۲۵۶	عینک ایمنی
۲۵۹	حفاظ گوشها
۲۵۹	کمربندهای ایمنی
۲۶۰	وسایل محافظت از دستها و بازوها
۲۶۲	محافظت از پاها (گتر، کفش و چکمه)
۲۶۳	ماسکهای محافظ جهاز تنفسی
۲۶۴	فهرست وسایل محافظ فردی لازم برای بعضی مشاغل صنعتی
۲۶۷	ضمیمه ۱- جوشکاری
۲۶۷	موارد ایمنی برای جوشکاری
۲۶۹	نکات ایمنی برای جوشکاری با برق
۲۷۲	ضمیمه ۲- نکات ایمنی ماشینهای تراش
۲۷۳	ضمیمه ۳- نکات ایمنی ماشینهای صفحه تراش
۲۷۴	ضمیمه ۴- ماشین فرز
۲۷۴	نکات ایمنی ماشینهای فرز
۲۷۶	ضمیمه ۵- ماشین مته
۲۷۶	نکات ایمنی کار با ماشین مته
۲۷۸	ضمیمه ۶- دستگاههای پرس
۲۷۸	نکات ایمنی دستگاه پرس
۲۷۹	ضمیمه ۷- نکات ایمنی کار با دستگاه سنباده
۲۸۰	ضمیمه ۸- حفاظ گذاری دستگاهها
۲۸۰	اصول و شرایط حفاظ گذاری
۲۸۱	ضمیمه ۹- ایمنی جرثقیل ها
۲۸۱	خطرات جرثقیل
۲۸۲	نکات ایمنی جرثقیل ها
۲۸۴	ضمیمه ۱۰- چک لیست ایمنی
۲۸۶	ضمیمه ۱۱- چک لیست بازرسی ایمنی
۲۸۹	فهرست منابع

۲۹۱	کتاب چهارم: مدیریت ایمنی در محیط‌های کارگاهی و کارخانه‌ها
۲۹۲	فلسفه وجودی قوانین مربوط به حفظ سلامتی، ایمنی و محیط زیست (H.S.E)
۲۹۳	سیاست، انگیزه و مراحل تکمیلی مدیریت ایمنی
۲۹۴	چارت سازمانی بخش ایمنی
۲۹۵	آموزش و کسب تجربه
۲۹۶	استاندارد کنترل مراحل عملیاتی از نظر ایمنی
۲۹۶	مراحل ایمنی تعمیر و نگهداری وسایل و تجهیزات
۲۹۷	تهیه مدارک لازم
۲۹۸	برنامه ریزی و آموزش در مواقع اضطراری
۲۹۹	چک لیست مدیریت ایمنی
۲۹۹	چک لیست‌ها
۲۹۹	نقشه کارخانه
۲۹۹	جاده‌ها و راه‌های خروجی
۳۰۰	ساختمان و بناها
۳۰۱	خطوط لوله
۳۰۲	مخازن و خطوط لوله
۳۰۳	واکنش‌ها
۳۰۴	احتمال آتش‌سوزی
۳۰۴	مبدل‌های حرارتی
۳۰۵	تجهیزات برقی
۳۰۶	سویاپ‌های اطمینان و دیسک‌های کاهش فشار
۳۰۶	کنترل و ابزار دقیق
۳۰۷	شیرها
۳۰۷	فلنج‌ها
۳۰۸	اتاق کنترل
۳۰۸	فاضلاب
۳۰۸	پمپ‌ها
۳۰۹	پرسنل
۳۱۰	دستورالعمل‌ها و مراحل عملیاتی
۳۱۰	تعمیر و نگهداری
۳۱۱	نتیجه‌گیری