

درسنامه

بهداشت حرفه‌ای

ویژه رشته‌ای؛

مدیریت سلامت، ایمنی و محیط زیست (HSE)

تألیف و گردآوری؛

جلال عبداللہی کلخوران

(دانشجوی کارشناسی ارشد HSE دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)

مہیار عبدی پنبہ‌چولہ

(دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی تهران)

سرشناسه : عبداللهی کلخوران، جلال، ۱۳۶۹-
 عنوان و نام پدیدآور : درسنامه بهداشت حرفه‌ای
 مشخصات نشر : تهران: گروه تألیفی دکتر خلیلی، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری : ۱۶۹ ص.؛ جدول، نمودار : ۲۹×۲۲ س.م.
 شابک : 978-600-7888-52-0
 وضعیت فهرست‌نویسی : فبیای مختصر
 یادداشت : فهرست‌نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است.
 شناسه افزوده : عبدی پنبه‌چوله، مهیار، ۱۳۶۷-
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۸۷۸۷۷۸

نام: درسنامه بهداشت حرفه‌ای

تألیف و گردآوری: جلال عبداللهی کلخوران - مهیار عبدی پنبه‌چوله

ناشر: گروه تألیفی دکتر خلیلی

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰

چاپ: روز

لیتوگرافی و صحافی: رفیعی

مدیر تولید: امیرحسین خلیلی

طراح هنری و صفحه‌آرایی: مریم آرده

بهاء: ۶۰۰۰۰ تومان

Website: www.DrKhaliligroup.ir

مرکز پخش: ضلع جنوب غربی میدان انقلاب - جنب سینما پارس - مجتمع تجاری پارس - طبقه اول

مرکز فروش: ۶۶۵۶۸۶۲۱ - ۰۲۱

طلیحه سخن دیر تولید!

سپردن کار به اهلش نشانه‌ی خردمندی است.

در تهیه و تولید بسته‌های آموزشی تمام تلاش خود را به کار گرفته‌ایم تا محصولی شایسته را تقدیم شما عزیزان نماییم. مجموعه‌ای که پیش روی شماست، براساس آخرین تغییرات منابع توسط مجرب‌ترین اساتید کنکور تألیف شده است و مطالعه آن موجب خواهد شد که در زمان و هزینه خود صرفه‌جویی نمایید.

ارائه بالاترین آمار قبولی در کنکور کارشناسی ارشد و دکتری (بیش از ۷۵۰ نفر قبولی در سال ۹۲، بیش از ۹۰۰ نفر قبولی و ۵۰ رتبه تکریمی در سال ۹۳) بیان‌گر توانایی این گروه در راستای اهداف خود می‌باشد. اینک با اتکا به تجربه‌ای ۱۰ ساله، می‌توانیم اذعان داریم که مجموعه حاضر، بی‌شک از جمله‌ی کامل‌ترین و تضمینی‌ترین بسته‌های آموزشی کنکور می‌باشد.

برخی از ویژگی‌های بسته‌های آموزشی:

۱. مطالعه‌ی یک منبع منسجم زیر نظر یک مؤلف مجرب به جای مطالعه‌ی چندین منبع
 ۲. استفاده از به روزترین و معتبرترین منابع کنکور
 ۳. مطالعه‌ی ۵۰۰ صفحه با پوشش ۹۰ درصدی به جای مطالعه‌ی منبع ۱۰۰۰ صفحه‌ای با پوشش ۱۰۰ درصدی
 ۴. در نظر گرفتن نحوه‌ی طرح سؤالات کنکور در تألیف بسته‌های آموزشی
 ۵. استفاده مناسب از شکل، جدول و نمودار در شرح مطالب
 ۶. استفاده از بیان ساده و روان
 ۷. در نظر گرفتن مطالب هر درس، متناسب با ضریب و حجم آن درس
- اینک علاوه بر مطالعه بسته‌های آموزشی، استفاده از خدمات زیر را به عنوان تضمینی برای قبولی به شما داوطلبان عزیز توصیه می‌کنم:

- آزمون: خوش بود گر محک تجربه آید به میان

داوطلب شجاع کیست؟ داوطلبی است که خود را مورد سنجش و ارزیابی قرار دهد تا پیش از آزمون سراسری به نقاط ضعف خود پی برده و آن‌ها را تقویت نماید. به شما صادقانه توصیه می‌کنیم که در آزمون‌های مکاتبه‌ای شرکت کنید تا بتوانید خود را با خود (سنجش) و با دیگران (ارزیابی) مقایسه و نقاط ضعف و قوت خود را شناسایی نمایید.

- مشاوره و برنامه‌ریزی؛ تفکر مثبت: پیروزی - تفکر منفی: شکست

در صورتی که نمی‌توانید با توجه به زمان آزادتان برنامه‌ای استاندارد برای خود تدوین کنید حتماً از افراد با تجربه که خود در این مسیر موفق بوده‌اند (تیم مشاورین تخصصی و رتبه‌های برتر) کمک بخواهید. افرادی که تجربیات خود را صادقانه در اختیار شما قرار می‌دهند و برنامه‌ریزی مناسب با شرایط زمانی و ویژگی‌های روحی و جسمی مختص شما را انجام می‌دهند.

در طول سال‌های اخیر، اکثر مشاورین کنکور راه‌های صحیح مطالعه و تست‌زنی را به داوطلبان آموخته‌اند. اما شاید تکانی را که منجر به ضربه خوردن داوطلب می‌شود را به صورت واضح به آن‌ها متذکر نشده‌اند. به‌طور مثال:

۱. چند برنامه‌ای شدن
۲. مشاوره گرفتن از افراد متعدد
۳. مقایسه برنامه‌ی شخصی خود (ساعت مطالعه و زمان شروع مطالعه و ...) با سایرین
۴. عدم استفاده از تکنیک رد گزینه
۵. عدم استفاده از تکنیک تندخوانی
۶. عدم به کارگیری روش‌های تقویت حافظه

مشاورین گروه، صادقانه این اطلاعات را در اختیار شما قرار می‌دهند.

- کتاب تست؛

برای این که سطح یادگیری خود را بعد از مطالعه بسنجید می‌توانید از کتاب‌های تست IQB استفاده کنید. این کتاب‌ها بر اساس موضوع طبقه‌بندی شده‌اند و می‌توانند نحوه طرح و سطح سؤالات کنکور را به صورت واضح به شما نشان دهند.

قابل توجه افرادی که به هر دلیل، نمی‌توانند در کلاس‌ها شرکت نمایند:
کلاس = مشاوره + آزمون + کتاب تست + بسته آموزشی

- نحوه‌ی تهیه‌ی بسته‌های آموزشی؛

داوطلبان ساکن شهرستان می‌توانند جهت تهیه‌ی بسته‌های آموزشی به نمایندگی مجاز شهر خود مراجعه نمایند. داوطلبان ساکن تهران نیز می‌توانند به دفتر مرکزی انقلاب و یا شعبه میرداماد مراجعه نمایند. لطفاً نسبت به نحوه‌ی تهیه بسته‌ی آموزشی دقت فرمایید و آخرین ویرایش محصولات را از خود گروه بخواهید. در غیر این صورت انتشارات هیچ‌گونه مسئولیتی را نمی‌پذیرد.

در صورت داشتن هر گونه پیشنهاد و یا انتقاد سازنده می‌توانید آن را به آدرس khalilibookstore@yahoo.com ایمیل نموده و یا از طریق شماره ۰۹۱۹۱۶۸۵۹۷۰ پیامک نمایید.

مشاور و مدیر تولید
امیرحسین خلیلی

بخش اول: عوامل زیان آور فیزیکی	۹
فصل اول: نور	۱۰
فصل دوم: صدا	۱۵
فصل سوم: ارتعاش	۳۷
فصل چهارم: دما و متابولیسم	۴۰
فصل پنجم: فشار هوا و اثرات افزایش و کاهش فشار هوا	۵۳
فصل ششم: پرتوها	۵۵
فصل هفتم: خطرات ناشی از جریان الکتریکی	۵۹
بخش دوم: عوامل زیان آور شیمیایی	۶۱
فصل اول: انواع آئروسول ها	۶۲
فصل دوم: مواد التهاب آور	۶۴
فصل سوم: مواد خفگی آور	۶۵
فصل چهارم: سموم ستمیک	۶۶
فصل پنجم: حد آستانه مجاز مواجهه با عوامل شیمیایی	۶۸
بخش سوم: تهویه صنعتی	۷۰
بخش چهارم: نمونه برداری از آلاینده های هوا	۷۹
بخش پنجم: مهندسی فاکتورهای انسانی	۱۱۰
بخش ششم: عوامل زیست شناختی زیان آور محیط کار	۱۲۴
بخش هفتم: بیماری های شغلی	۱۲۷
فصل اول: بیماری های شغلی ناشی از عوامل فیزیکی	۱۲۸
فصل دوم: بیماری های شغلی ناشی از عوامل شیمیایی	۱۳۹
فصل سوم: بیماری ناشی از عوامل ارگونومیکی	۱۶۳
فصل چهارم: بیماری های ناشی از عوامل بیولوژیکی	۱۶۶

تقدیم به دو بال بر ای پسر وازمان...
پدر و مادر عزیزمان

شک نکن!

درست در لحظه‌ی آخر، در اوج توکل و در نهایت تاریکی نوری نمایان می‌شود.

معجزه‌ای رخ می‌دهد و خدا از راه میرسد ...

خدای بزرگ را شاکریم که توفیق داد تا بتوانیم این مجموعه را گردآوری کنیم. در ستامه حاضر خلاصه نکات چندین

منبع آزمون کارشناسی ارشد و دکتری می‌باشد که پس از مطالعه دقیق و تطبیق آن‌ها با هم، گردآوری شده است.

امید است برای آن دسته از دانشجویان عزیزی که به دلیل مشکلات زمانی و مالی توانایی مطالعه تمامی منابع معرفی شده را ندارند، مفید واقع شود.

مطمئناً این مجموعه خالی از ایراد نمی‌باشد، از اساتید محترم و دانشجویان عزیز و کلیه صاحب‌نظران تقاضا می‌شود با نظرات ارزشمند و سازنده خود ما را در راهی که گام برداشتیم یاری رسانند.

و در پایان وظیفه خود می‌دانیم از اساتید محترم دانشکده سلامت و ایمنی محیط زیست، دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران و تمامی عزیزانی که ما را در این راه همراهی نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی داشته باشیم.

باشد که گوشه‌ای از زحمات این عزیزان جبران شود.

با احترام

جلال عبداللهی کلخوران

مهیاری عبیدی پنبه‌چوله