



## व्यावसायिक रोग

कुछ बीमारियाँ कार्य-संबंधी हो सकती हैं; यह इस बात पर निर्भर करता है कि व्यक्ति किस जोखिम के संपर्क में है।

इन मामलों में, जो डॉक्टर बीमारी का पता लगाता है, जिसका कारण काम से जुड़ा है, उसे INAIL (जिस जगह व्यक्ति रहता है) को एक सर्टिफिकेट और ज्यूडिशियल अथॉरिटी (PISLL, आमतौर पर उस कंपनी का प्रोविंशियल ऑफिस जहां व्यक्ति काम करता है) को एक रिपोर्ट (क्रिमिनल कोड के आर्टिकल 365 के अनुसार) भेजनी होगी। इससे व्यावसायिक रोग की पहचान की प्रक्रिया शुरू हो जाएगी।

## स्वास्थ्य निगरानी (विधायी डिक्री 81/2008 और उसके बाद के संशोधन - मंत्रिस्तरीय डिक्री 27/03/2013 - एल.27/2020)

चिकित्सा दौरे और कोई भी परीक्षण (पसंद विज्ञापन उदाहरण: स्पाइरोमेट्री, ऑडियोमेट्री, इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम, रक्त परीक्षण) की पहचान कार्यकर्ता को होने वाले जोखिम के अनुसार की जाती है, सक्षम चिकित्सक द्वारा किए जाते हैं और नियोक्ता द्वारा भुगतान किए जाते हैं, वे अपने स्वास्थ्य की रक्षा के लिए महत्वपूर्ण हैं।

ये आपको कार्यकर्ता की स्वास्थ्य स्थिति का मूल्यांकन करने, और उन स्थितियों की पहचान करने की अनुमति देते हैं जिनमें जोखिम के प्रति अधिक संवेदनशीलता होती है, जिससे कार्य-संबंधी किसी भी बीमारी का समय पर पता लगाया जा सकता है।

### कानून क्या कहता है?

कानून प्रदान करता है:

- कर्मचारी—चाहे स्थायी हों, निश्चित अवधि के हों या मौसमी—जो जोखिम मूल्यांकन दस्तावेज़ में पहचाने गए जोखिमों के संपर्क में हैं, उन्हें कंपनी द्वारा स्वास्थ्य निगरानी के लिए प्रस्तुत किया जाना चाहिए (विधायी डिक्री 81/2008 और उसके संशोधन)।;
- स्व-नियोजित श्रमिक, प्रत्यक्ष किसान और परिवार सहयोगी अपने स्वास्थ्य की रक्षा के लिए स्वास्थ्य निगरानी से गुजर सकते हैं (विधान डिक्री 81/2008 का अनुच्छेद 21)।;
- श्रमिक सामान्य और सरल कार्यों में कार्यरत मौसमी कृषि श्रमिक, जिन्हें विशिष्ट व्यावसायिक योग्यताओं की आवश्यकता नहीं होती, वे सरलीकृत स्वास्थ्य निगरानी के अनुसार पहुंच सकते हैं 03/27/2013 के अंतर-मंत्रालयी डिक्री और कानून 27/2020।

अपने निकटतम व्यावसायिक चिकित्सा क्लिनिक का पता लगाएं या वेबसाइट पर जाएं।



[regione.toscana.it/ambulatorimedicalavoro](http://regione.toscana.it/ambulatorimedicalavoro)



## क्या आप कृषि मजदूर हैं? अपने स्वास्थ्य के बारे में सोचो!

कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा रोकथाम सेवाओं पर सूचना मार्गदर्शिका - PISLL

# कृषि में जोखिम - क्या करें

## सौर विकिरण

सूर्य के संपर्क में आने से त्वचा पर घाव हो सकते हैं, जैसे डर्मेटाइटिस, एक्टिनिक केराटोसिस, ट्यूमर (एपिथेलियोमा, बेसल सेल कार्सिनोमा, कुछ प्रकार के मेलेनोमा)।

सबसे गर्म घंटों (12-16) में बाहर निकलने से बचें, खासकर गर्मियों में, घर के अंदर या छायादार जगहों पर काम करना पसंद करें, हल्के रंग के, हवादार कपड़े पहनें, लंबी आस्तीन वाले ट्राउज़र और चौड़े किनारे वाली टोपी पहनें।

## भार का मैनुअल संचालन

कृषि में कई गतिविधियों में शामिल हैं: भारी भार का परिवहन, उठाना, खींचना और धकेलना जो इससे पीठ में खिंचाव संबंधी चोट और कंधों, कोहनी और कलाई में मांसपेशी-टेंडन संबंधी चोट हो सकती है।

जांच करें कि उठाया जाने वाला वजन अनुशंसित सीमा के भीतर है, वजन को ले जाने के लिए औजारों और मशीनों का उपयोग करें और/या जहां तक संभव हो दो लोगों के साथ इसे संभालें, भार को यथासंभव शरीर के करीब रखें, घुटनों को मोड़ें, पीठ को सीधा रखें और उठाने समय धड़ को मोड़ने से बचें, कंपनी द्वारा आवश्यक चिकित्सा जांच करवाएं।

## बार-बार होने वाली गतिविधियाँ और अजीब मुद्राएँ

ऐसी गतिविधियाँ जैसे उदाहरण के लिए, फलों और सब्जियों की कटाई-छँटाई में बार-बार ऐसी गतिविधियाँ शामिल हो सकती हैं जिनसे कंधों, कोहनी और कलाई में चोट लग सकती है।

जहां तक संभव हो, रिकवरी ब्रेक की योजना बनाएं और बल के प्रयोग तथा गति की उच्च आवृत्ति को सीमित करें।

## शोर

कृषि में प्रयुक्त मशीनरी और उपकरण अक्सर शोर करते हैं, और अत्यधिक शोर के कारण समय के साथ श्रवण शक्ति में कमी आ सकती है।

शोर के स्रोतों से दूर रहें, जहां तक संभव हो, शोर करने वाली मशीनरी और उपकरणों की सूचना अपने नियोक्ता को दें, सुरक्षात्मक उपकरण (कान प्लग और ईयर प्लग) का उपयोग करें, और कंपनी द्वारा आवश्यक किसी भी चिकित्सा जांच से गुजरें।

## कंपन

खेती की गाड़ियों और उपकरणों से होने वाले वाइब्रेशन से पीठ दर्द (जैसे, ट्रैक्टर चलाते समय), कंधों, कोहनी, कलाईयों और हाथों में (ब्रश कटर, चैनसाँ वगैरह इस्तेमाल करते समय) दर्द हो सकता है।

बहुत ज्यादा वाइब्रेट करने वाली मशीनरी या इक्विपमेंट की रिपोर्ट अपने एम्प्लॉयर को करें, काम से ब्रेक लें, और एंटी-वाइब्रेशन प्रोटेक्शन डिवाइस का इस्तेमाल करें।

## रासायनिक जोखिम

प्लांट प्रोटेक्शन प्रोडक्ट्स (PPs) का इस्तेमाल करने वाले वर्कर्स को जानकारी, ट्रेनिंग और ऑथराइज्ड होना ज़रूरी है, क्योंकि उन्हें एक्ज्यूट पोइज़निंग का खतरा होता है, जिससे हल्की तकलीफ़ से लेकर दौरे, सांस लेने में दिक्कत और मौत तक कुछ भी हो सकता है। समय के साथ, उपयोग किए गए पदार्थ के आधार पर गुर्दे, यकृत, फेफड़े और मस्तिष्क पर प्रगतिशील दीर्घकालिक क्षति हो सकती है।

इस्तेमाल किए गए इक्विपमेंट की तैयारी, ट्रीटमेंट और मेंटेनेंस के दौरान सही पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्विपमेंट का इस्तेमाल करें। ट्रीटमेंट के बाद काम पर लौटने के समय का ध्यान रखें। काम के कपड़ों को साफ कपड़ों से अलग रखें। ट्रीटमेंट वाली जगह के पास स्मोकिंग या खाना न खाएं। कॉन्टैक्ट होने पर अच्छी तरह धो लें, क्योंकि स्किन के ज़रिए भी एब्जॉर्प्शन हो सकता है।

## जैविक जोखिम

यहां तक कि गंदगी से ढके छोटे घाव भी शरीर में टिटनेस के बीजाणुओं के प्रवेश का माध्यम बन सकते हैं।

पशुओं के साथ संपर्क, जैसे कि खेतों में पाए जाने वाले पशुओं के साथ, पशुओं द्वारा संचारित संक्रामक रोगों (जूनोसिस) के विकास को जन्म दे सकता है।

मच्छर, टिक और पिस्सू के काटने का खतरा कम करने के लिए दस्ताने और लंबी आस्तीन वाले कपड़े पहनें; जानवरों को संभालते समय साफ़-सफ़ाई के नियमों का ध्यान रखें। सभी कृषि श्रमिकों के लिए टेटनस टीकाकरण अनिवार्य है (5 मार्च 1963 का कानून संख्या 292 और उसके बाद के संशोधन)। बूस्टर टीकाकरण हर 10 वर्ष में किया जाना चाहिए।