ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងការងារ និងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ

លេខ :.....០១៨/២៥.......**ក.ប/ស.ណ.ន.ព.ក**

សេចក្តីណែនាំ
ស្តីពី
ការលើកកម្ពស់ឥរិយាបថរស់នៅប្រកបដោយសុខុមាលភាពរបស់កម្មករនិយោជិត នៅតាមសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន

យោងជំពូកទី៨ នៃច្បាប់ស្តីពីការងារ និងលិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្តពាក់ព័ន្ធនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពការងារ ព្រមទាំងវិធានការសុខាភិបាលក្នុងការកាត់បន្ថយកត្តាហានិភ័យចម្បងនៃជំងឺមិនឆ្លង រួមមាន ជំងឺបេះដូងសរសៃឈាម ជំងឺទឹកនោមផ្អែម ជំងឺមហារីក និងជំងឺផ្លូវដង្ហើមរ៉ាំរ៉ៃ ក្រសួងការងារ និងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ សូមជម្រាបជូនម្ចាស់ ឬនាយកសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន និងកម្មករនិយោជិតទាំងអស់ឱ្យបានជ្រាបថា ដើម្បីលើកកម្ពស់សុខុមាលភាពរបស់កម្មករនិយោជិត ប្រឆាំងនឹងជំងឺមិនឆ្លង ម្ចាស់ ឬនាយកសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន និងកម្មករនិយោជិតទាំងអស់ត្រូវអនុវត្តវិធានការដូចខាងក្រោម៖

១. ម្ចាស់ ឬនាយកសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន

- ត្រូវរៀបចំឱ្យមានការផ្តល់សេវាពិនិត្យ និងព្យាបាលបឋមនៅតាមសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន សម្រាប់កម្មករនិយោជិតរបស់ខ្លួន
- ជំរុញការបណ្តុះបណ្តាល និងអប់រំដល់កម្មករនិយោជិតអំពីភាពចាំបាច់នៃឥរិយាបថរស់នៅប្រកបដោយសុខុមាលភាព ដើម្បីអាចចៀសផុតពីជំងឺមិនឆ្លងដែលបណ្តាលមកពីរបបអាហារគ្មានសុខុមាលភាព កង្វះសកម្មភាពរាងកាយរាប់បញ្ចូលទាំងការធ្វើលំហាត់ប្រាណ ការប្រើប្រាស់ផលិតផលថ្នាំជក់ និងការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹងប្រកបដោយគ្រោះថ្នាក់
- ចាក់ផ្សាយសារសំឡេង ឬវីដេអូអប់រំ និងបិទផ្សាយផ្ទាំងព័ត៌មានអំពីវិធានការបង្ការជំងឺមិនឆ្លងនានានៅតាមទីតាំងដែលកម្មករនិយោជិតងាយមើលឃើញ ស្តាប់ឮ និងអានបាន ដូចជា នៅតាមច្រកចេញ-ចូល ឬនៅក្នុងអគារផលិតកម្ម បន្ទប់ប្រជុំ គិលានដ្ឋាន អាហារដ្ឋាន ឬកន្លែងបរិភោគអាហារជាដើម
- ត្រូវផ្តល់ភេសជ្ជៈអនាម័យឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ដល់កម្មករនិយោជិត និងត្រូវហាមឃាត់ដាច់ខាតការយកចូលទីកន្លែងធ្វើការ ឬផ្តល់ឱ្យកម្មករនិយោជិតក្នុងម៉ោងធ្វើការនូវភេសជ្ជៈមានជាតិស្រវឹង
- ចាត់វិធានការតាមដានស្ថានភាពសុខុមាលភាពរបស់កម្មករនិយោជិតជាប្រចាំ និងលើកទឹកចិត្តឱ្យកម្មករនិយោជិត ប្រកាន់យកឥរិយាបថរស់នៅប្រកបដោយសុខុមាលភាព ដូចជាការអនុវត្តរបបអាហារសុខភាព ធ្វើសកម្មភាពរាងកាយឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ចៀសវាងការប្រើប្រាស់ផលិតផលថ្នាំជក់ និងកាត់បន្ថយការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹងប្រកបដោយគ្រោះថ្នាក់។

អាសយដ្ឋាន អគារលេខ៣ មហាវិថីសហព័ន្ធរុស្ស៊ី សង្កាត់ទឹកល្អក់១ ខណ្ឌទួលគោក ទូរស័ព្ទ:(០២៣)៨៨ ៤៣ ៧៥ និងទូរសារ :(០២៣)៨៨ ២៧ ៦៩

២.កម្មករនិយោជិត

- អនុវត្តឱ្យបានខ្ជាប់ខ្ជួននូវវិធានការសុវត្ថិភាព និងសុខភាពការងារផ្នែកឥរិយាបថការងារ និងវិធានការសុខាភិបាលស្ដីពីឥរិយាបថរស់នៅប្រកបដោយសុខុមាលភាព
- អនុវត្តរបបអាហារសុខភាព ដោយត្រូវកាត់បន្ថយការប្រើប្រាស់អំបិល (រួមទាំង ទឹកត្រី ទឹកស៊ីអ៊ីវ ប្រហុក ផ្អក កាពិ ប៊ីចេង ម្សៅស៊ុប ប្រេងខ្យង), ស្ករ, ខ្លាញ់ (ខ្លាញ់សត្វ ឬខ្លាញ់កែច្នៃ) ឬប្រេង នៅពេលចម្អិន ឬពេលបរិភោគអាហារ
- កាត់បន្ថយការទទួលទានអាហារដែលមានជាតិប្រៃ ដូចជាគ្រឿងជ្រក់ ឬត្រាំ សាច់ក្រក ទឹកប្រហុក ត្រីងៀត និងអាហារផ្អាប់ផ្សេងៗ
- កាត់បន្ថយការទទួលទានភេសជ្ជៈផ្អែម និងអាហារដែលមានផ្ទុកជាតិស្ករច្រើន
- កាត់បន្ថយការពិសាគ្រឿងស្រវឹងឱ្យបានជាអតិបរមា
- ចៀសវាងការប្រើប្រាស់ផលិតផលថ្នាំជក់ ដូចជាបារី បារីអេឡិចត្រូនិច និងស៊ីហ្សាជាដើម
- ទទួលទានទឹកស្អាតឱ្យបានយ៉ាងតិច ២លីត្រ ក្នុង១ថ្ងៃ
- ទទួលទានបន្លែ ផ្លែឈើស្រស់ និងគ្រាប់ធញ្ញជាតិ ជំនួសអាហារកញ្ចប់ អាហារទាន់ចិត្ត ឬអាហារកែច្នៃ ដែលមានជាតិស្ករ អំបិល ខ្លាញ់ ឬប្រេងច្រើន
- ទទួលទានអាហារមួយចំនួន ដូចជា ស្ងោរ ឬចំហុយ ចៀសវាងអាហារបំពង ចៀន ដែលប្រើប្រាស់ខ្លាញ់សត្វ ឬខ្លាញ់កែច្នៃ
- ចូលរួមធ្វើសកម្មភាពរាងកាយឱ្យបានទៀតទាត់ តាមរយៈការលេងកីឡា ដូចជា បាល់ទាត់ វាយសី ឬបាល់បោះ និង/ឬ ការធ្វើលំហាត់ប្រាណជាប្រចាំយ៉ាងហោចណាស់ ៣០នាទី ក្នុង ១ថ្ងៃ ដូចជា ដើរលឿន រត់ ហែលទឹក ជិះកង់ រាំ ការលើកទម្ងន់ ការអារ៉ែង យោហ្គា។ល។

ក្រសួងការងារ និងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ មានក្តីសង្ឃឹមយ៉ាងមុតមាំថា ម្ចាស់ ឬនាយកសហគ្រាស គ្រឹះស្ថាន និងកម្មករនិយោជិតទាំងអស់ អនុវត្តតាមខ្លឹមសារសេចក្តីណែនាំនេះប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

ថ្ងៃ សុក្រ ៩រោច ខែ មាឃ ឆ្នាំរោង ឆស័ក ព.ស.២៥៦៨

រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ២១ ខែ កុម្ភៈ ឆ្នាំ២០២៥

រដ្ឋមន្ត្រី

ហេង សួរ

ស្កេនទាញយកឯកសារ

កន្លែងទទួល៖

- ទីស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- គ្រប់ក្រសួង ស្ថាប័នពាក់ព័ន្ធ
- ខុទ្ទកាល័យសម្តេចមហាបវរធិបតីនាយករដ្ឋមន្ត្រី
- ខុទ្ទកាល័យឯកឧត្តមឧបនាយករដ្ឋមន្ត្រី
- មន្ទីរការងារ និងបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈរាជធានី ខេត្ត
- ឯកសារ កាលប្បវត្តិ