

AN TOÀN VỆ SINH LAO ĐỘNG NHẬN DIỆN, PHÒNG NGỪA TAI NẠN VÀ THỰC HÀNH

Chào mừng đến với khóa huấn luyện an toàn vệ sinh lao động! Khóa huấn luyện này cung cấp kiến thức và kỹ năng cần thiết để đảm bảo môi trường làm việc an toàn, bảo vệ sức khỏe và tính mạng của người lao động.

Chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu về các khái niệm cơ bản, quy định pháp luật, các mối nguy phổ biến, phương pháp nhận diện và phòng ngừa rủi ro, cũng như kỹ năng sơ cứu và thoát hiểm.

Mục tiêu của khóa huấn luyện là nâng cao nhận thức và trách nhiệm của mỗi cá nhân trong việc thực hiện và tuân thủ các quy định về an toàn lao động, góp phần xây dựng một môi trường làm việc an toàn và hiệu quả.

 by Lee



Tài liệu bài giảng An Toàn 2025



KHÁI NIỆM VỀ AN TOÀN VỆ SINH LAO ĐỘNG

An Toàn Lao Động

An toàn lao động là tổng hợp các biện pháp nhằm đảm bảo an toàn cho người lao động trong quá trình làm việc, ngăn ngừa tai nạn lao động như té ngã, điện giật, máy móc gây thương tích.



Vệ Sinh Lao Động

Vệ sinh lao động là các biện pháp đảm bảo môi trường làm việc không gây hại đến sức khỏe, gây bệnh nghề nghiệp, ví dụ như giảm tiếng ồn, xử lý hóa chất độc hại, đảm bảo không khí trong lành.



ATVSLĐ bao gồm các tiêu chuẩn, quy định, biện pháp kỹ thuật, tổ chức và quản lý nhằm kiểm soát rủi ro trong môi trường làm việc để bảo vệ sức khỏe, tính mạng và nâng cao năng suất lao động. Ví dụ, một công nhân bị thương do không đeo găng tay (an toàn) và một người bị ngộ độc khí do thiếu thông gió (vệ sinh).

LỢI ÍCH CỦA ATVSLĐ

Đối Với Người Lao Động

Bảo vệ sức khỏe, giảm nguy cơ chấn thương và bệnh nghề nghiệp, nâng cao năng suất lao động, tăng sự yên tâm khi làm việc.

Đối Với Doanh Nghiệp

Giảm thiểu chi phí bồi thường, tăng hiệu quả sản xuất, nâng cao uy tín và trách nhiệm xã hội.

Đối Với Xã Hội

Giảm gánh nặng y tế, cải thiện chất lượng cuộc sống.

Việc đảm bảo an toàn vệ sinh lao động mang lại nhiều lợi ích quan trọng cho người lao động, doanh nghiệp và xã hội. ATVSLĐ giúp người lao động yên tâm làm việc, giảm thiểu chi phí bồi thường cho doanh nghiệp, và cải thiện chất lượng cuộc sống cho xã hội.

THỐNG KÊ TAI NẠN LAO ĐỘNG

Số liệu thống kê tai nạn lao động năm 2024 cho thấy tình hình an toàn lao động vẫn còn nhiều thách thức, đặc biệt trong một số ngành công nghiệp trọng điểm. [Xem biểu đồ thống kê chi tiết \[x\]](#)

2,540

Xây dựng

Số vụ tai nạn trong ngành xây dựng

1,850

Cơ khí

Số vụ tai nạn trong ngành cơ khí

920

Khai thác mỏ

Số vụ tai nạn trong ngành khai thác mỏ

Các tai nạn thường gặp bao gồm ngã từ độ cao, điện giật, và tai nạn do máy móc. Số vụ tai nạn chết người trong ngành xây dựng và khai thác mỏ chiếm tỷ lệ cao nhất, đòi hỏi các biện pháp an toàn đặc biệt và kiểm tra nghiêm ngặt hơn.

QUY ĐỊNH PHÁP LUẬT VỀ ATVSLĐ



Luật ATVSLĐ

Luật An toàn, vệ sinh lao động số 84/2015/QH13 quy định chi tiết về các tiêu chuẩn và quy trình ATVSLĐ, bao gồm đánh giá rủi ro, kiểm soát mối nguy, và biện pháp phòng ngừa tai nạn. Luật này cũng yêu cầu các doanh nghiệp phải có bộ phận hoặc người chuyên trách về ATVSLĐ để đảm bảo việc thực hiện các quy định.



Quyền và Nghĩa Vụ [NLD](#) [x]

Người lao động có quyền từ chối công việc nếu thấy không an toàn, được đào tạo về ATVSLĐ, và có nghĩa vụ tuân thủ quy định về an toàn vệ sinh lao động, sử dụng và bảo quản đúng cách các trang thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE).



Quyền và Nghĩa Vụ [NSDLĐ](#) [x]

Người sử dụng lao động có nghĩa vụ cung cấp đầy đủ PPE, đảm bảo môi trường làm việc đáp ứng các tiêu chuẩn an toàn, và có quyền yêu cầu người lao động tuân thủ quy định ATVSLĐ đã ban hành.



Xử phạt vi phạm

Các hành vi vi phạm quy định về ATVSLĐ có thể bị xử phạt hành chính hoặc truy cứu trách nhiệm hình sự tùy theo mức độ nghiêm trọng. Mức phạt có thể lên đến hàng trăm triệu đồng đối với các doanh nghiệp vi phạm.

Luật An toàn, vệ sinh lao động số 84/2015/QH13 Ban hành ngày 25/6/2015, có hiệu lực từ 1/7/2016. Quy định về các biện pháp đảm bảo ATVSLĐ, quyền và nghĩa vụ của người lao động và người sử dụng lao động. Một số nội dung chính: Quy định trách nhiệm của doanh nghiệp trong việc đảm bảo ATVSLĐ, bao gồm việc thành lập bộ phận chuyên trách ATVSLĐ và tổ chức huấn luyện định kỳ.

CÁC MỐI NGUY PHỔ BIẾN TRONG LAO ĐỘNG [x]

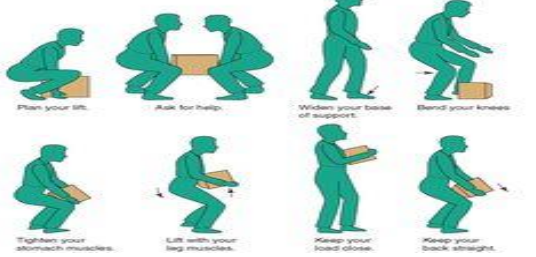


CÁC MỐI NGUY PHỔ BIẾN TRONG LAO ĐỘNG

1	Cơ Khí/Vật Lý [x] [x] Rủi ro từ vận hành máy móc, xe nâng, dụng cụ cắt, gia công kim loại. Hậu quả có thể gây kẹt tay, đứt chi, hoặc dập nát. Để giảm thiểu, cần có quy trình vận hành an toàn, bảo trì định kỳ, và sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) như găng tay, kính bảo hộ.
2	Điện Nguy cơ điện giật do tiếp xúc với dây dẫn, thiết bị điện bị hư hỏng. Hậu quả nghiêm trọng có thể là điện giật gây chết người hoặc cháy nổ. Cần tuân thủ quy tắc an toàn điện, sử dụng thiết bị bảo vệ (cách điện), và kiểm tra định kỳ.
3	Hóa Chất Nguy cơ tiếp xúc với hóa chất độc hại, axit, kiềm, khí độc. Hậu quả có thể bao gồm bỏng hóa chất, ngộ độc cấp tính hoặc mãn tính, và ung thư. Cần có biện pháp bảo vệ như sử dụng quần áo bảo hộ, mặt nạ phòng độc, và đảm bảo thông gió tốt.
4	Làm Việc Trên Cao [x] Nguy cơ rơi từ giàn giáo, thang, mái nhà nếu không sử dụng dây an toàn. Hậu quả có thể là ngã gây chấn thương nghiêm trọng, thậm chí tử vong. Bắt buộc sử dụng dây an toàn, kiểm tra giàn giáo trước khi sử dụng, và đào tạo về an toàn làm việc trên cao.
5	Thiết bị áp lực [x]+ video Rủi ro từ máy nén khí, nồi hơi, súng khí nén, và các bình áp lực khác.Hậu quả: chấn thương do khí nén xịt trực tiếp vào người, tử vong do phá hủy cơ quan nội tạng. Để đảm bảo an toàn, cần tuân thủ quy trình kiểm tra và bảo trì định kỳ, đảm bảo van an toàn hoạt động tốt, và người vận hành phải được đào tạo bài bản.
6	Nhiệt độ Rủi ro từ nhiệt độ cao phát sinh từ thiết bị, máy móc, hơi nóng, hoặc bàn ủi. Hậu quả: Bỏng, chấn thương, tử vong. Để phòng tránh, cần sử dụng quần áo bảo hộ chịu nhiệt, găng tay cách nhiệt, và đảm bảo khu vực làm việc có hệ thống làm mát hiệu quả.

Các mối nguy phổ biến trong lao động bao gồm rủi ro cơ khí, điện, hóa chất, và khi làm việc trên cao. Để phòng ngừa, cần trang bị và sử dụng thiết bị bảo vệ cá nhân phù hợp, tuân thủ nghiêm ngặt quy trình an toàn, kiểm tra thiết bị định kỳ, và đảm bảo thông gió đầy đủ. Ví dụ, công nhân sửa điện mà không ngắt nguồn có thể gặp tai nạn chết người.

CÁC YẾU TỐ CÓ HẠI PHỔ BIẾN TRONG LAO ĐỘNG

Yếu Tố	Ví Dụ Điển Hình	Tác Hại	Biện Pháp Phòng Ngừa	
Vật Lý	Tiếng ồn tiếng ồn .jpg > 85dB [x] , rung, nhiệt độ cao/thấp, ánh sáng không đủ	Điếc nghề nghiệp, ảnh hưởng xương khớp, say nóng/cảm lạnh, mỏi mắt, giảm thị lực,uể oải mắt tập trung. [x] [x]	Mang nút/ chụp tai, làm việc luân phiên, cấp đủ nước, điều chỉnh hệ thống chiếu sáng, kiểm tra định kỳ	
Hóa Học	Axit, dung môi hữu cơ (benzen, toluene), bụi gỗ, khí CO2, hóa chất tẩy rửa	Bỏng da, ngộ độc cấp/mạn tính, bệnh phổi tắc nghẽn, ngạt thở, viêm da dị ứng	Thông gió cục bộ/tổng thể, sử dụng khẩu trang/mặt nạ phòng độc, trang bị quần áo bảo hộ chống hóa chất	
Sinh Học	Lây nhiễm trong y tế (kim tiêm, dịch bệnh), vi khuẩn (E.coli, Salmonella), virus (HIV, viêm gan), nấm mốc	Nhiễm trùng máu, bệnh truyền nhiễm (lao phổi, cúm), dị ứng, ngứa ngứa, mẩn đỏ	Tiêm vaccine phòng bệnh, rửa tay sát khuẩn thường xuyên, sử dụng găng tay, khử trùng dụng cụ y tế	
Ergonomic	- Đứng/ngồi quá lâu, nâng vật nặng sai tư thế - Lặp đi lặp lại động tác, thao tác với máy tính liên tục	- Thoái hóa cột sống, thoát vị đĩa đệm - Chấn thương cơ, hội chứng ống cổ tay	Thực hiện đúng tư thế, có người/thiết bị hỗ trợ, bố trí thời gian nghỉ ngơi hợp lý, tập thể dục giữa giờ	
Tâm lý stress .jpg	Áp lực công việc cao, thời gian làm việc dài, giao tiếp căng thẳng với đồng nghiệp/khách hàng [x]	Gây trầm cảm, rối loạn lo âu, mất ngủ, căng thẳng thần kinh, suy giảm trí nhớ	Tổ chức khóa học/buổi nói chuyện về quản lý stress, tư vấn tâm lý, tạo môi trường làm việc thân thiện, tôn trọng [x]	

Các yếu tố có hại phổ biến trong lao động bao gồm vật lý, hóa học, sinh học, ergonomic, và tâm lý. Để phòng ngừa, cần trang bị phương tiện bảo vệ cá nhân, thông gió, tiêm vaccine, thực hiện đúng tư thế, và tổ chức khóa học quản lý stress. Ví dụ, công nhân làm ca đêm liên tục dễ bị rối loạn giấc ngủ.

PHƯƠNG PHÁP NHẬN DIỆN VÀ PHÒNG NGỪA RỦI RO

Nhận Diện Nguy Cơ

Quan sát kỹ nơi làm việc, hỏi ý kiến công nhân, và phân tích dữ liệu tai nạn để phát hiện các yếu tố có thể gây hại. Ví dụ: Xác định nguy cơ trượt ngã do dầu tràn trên sàn. [\[Ví dụ minh họa\]](#)

Kiểm Soát Hành Chính & PPE

Ban hành quy trình làm việc an toàn, huấn luyện ATVSLĐ, và cung cấp đầy đủ phương tiện bảo vệ cá nhân (PPE) phù hợp. Ví dụ: Yêu cầu công nhân sử dụng mũ bảo hộ, kính an toàn, và giày chống tĩnh điện. [\[Ví dụ minh họa\]](#)



Loại Bỏ/Thay Thế

Xóa bỏ hoàn toàn nguy cơ bằng cách thay thế vật liệu, thiết bị, hoặc quy trình nguy hiểm bằng các lựa chọn an toàn hơn. Ví dụ: Thay thế hóa chất độc hại bằng chất tẩy rửa sinh học. [\[Ví dụ minh họa\]](#)

Kiểm Soát Kỹ Thuật

Áp dụng các biện pháp kỹ thuật như lắp đặt rào chắn bảo vệ, hệ thống thông gió, hoặc thiết bị an toàn để giảm thiểu rủi ro. Ví dụ: Lắp đặt hệ thống hút bụi tại khu vực sản xuất. [\[Ví dụ minh họa\]](#)

Để nhận diện và phòng ngừa rủi ro hiệu quả, cần kết hợp cả bốn bước trên một cách liên tục và có hệ thống. Ví dụ, nhà máy thay máy cắt tay bằng máy tự động có cảm biến an toàn để giảm tai nạn cơ khí, đồng thời đào tạo công nhân về quy trình vận hành máy mới.

SƠ CỨU CƠ BẢN VÀ QUY TRÌNH BÁO CÁO SỰ CỐ



Bỏng

Làm mát ngay bằng nước mát, che vết thương bằng gạc sạch.



Chảy Máu

Dùng tay hoặc vải sạch ép lên vết thương để cầm máu.



Điện Giật

Ngắt nguồn điện kiểm tra hô hấp, gọi cấp cứu.



Báo Cáo Sự Cố

Báo cáo ngay lập tức cho người quản lý hoặc bộ phận an toàn.

Trong trường hợp sự cố, cần nắm vững kỹ năng sơ cứu cơ bản và quy trình báo cáo sự cố. Đối với bỏng, cần làm mát ngay bằng nước mát. Đối với chảy máu, cần dùng tay hoặc vải sạch ép lên vết thương. Đối với điện giật, cần ngắt nguồn điện trước và kiểm tra hô hấp. Ví dụ, báo cáo vụ rò rỉ khí gas tại nhà máy cho quản lý trong 1 phút.

THOÁT HIỂM



1

Tìm Lối Thoát [x]

Xác định [lối thoát hiểm](#) gần nhất. Tìm các biển báo chỉ dẫn lối thoát hiểm và ghi nhớ ít nhất hai lối thoát khác nhau trong khu vực làm việc hoặc sinh sống của bạn. Trong trường hợp lối thoát chính bị chặn, bạn sẽ có phương án dự phòng.

2

Di Chuyển An Toàn [x]

Di chuyển nhanh, cúi thấp, tránh khói. Khói thường bốc lên cao, vì vậy hãy cúi thấp hoặc bò để tránh hít phải khói độc. Sử dụng khăn ướt che miệng và mũi để lọc không khí.

3

Điểm Tập Trung

Tập trung tại điểm an toàn đã quy định. Sau khi thoát ra khỏi tòa nhà, hãy tập trung tại điểm tập trung đã được chỉ định trước. Điều này giúp đảm bảo rằng tất cả mọi người đều an toàn và dễ dàng kiểm tra số lượng người.

4

Không dùng thang máy

Khi có sự cố cháy nổ tuyệt đối không dùng thang máy. Thang máy có thể bị ngừng hoạt động do mất điện hoặc bị ảnh hưởng bởi lửa, khiến bạn bị mắc kẹt bên trong. Luôn sử dụng cầu thang bộ để thoát hiểm.



Các Loại Biển Báo An Toàn

Biển báo an toàn được chia thành 4 loại chính: cấm, phòng ngừa, chỉ thị và chỉ dẫn, mỗi loại có màu sắc và hình dạng riêng để truyền đạt thông tin một cách nhanh chóng và hiệu quả.

Biển Báo Cấm



Màu đỏ, hình tròn với gạch chéo. Biển này quy định những hành vi bị nghiêm cấm.

- Cấm hút thuốc
- Cấm lửa

Biển Báo Phòng Ngừa



Màu vàng, hình tam giác. Cảnh báo nguy hiểm tiềm ẩn.

- Nguy cơ cuốn kẹp
- Chất độc hại
- Nguy cơ điện giật

Biển Báo Chỉ Thị



Màu xanh da trời, hình tròn. Bắt buộc tuân thủ các biện pháp an toàn.

- Đeo khẩu trang
- Đeo kính bảo hộ

Biển Báo Chỉ Dẫn



Màu xanh lá cây, hình vuông/chữ nhật. Hướng dẫn thoát hiểm và ứng phó.

- Lối thoát hiểm
- Điểm tập trung

TỔNG KẾT KIẾN THỨC AN TOÀN

Nắm vững quy định, nhận diện nguy cơ, sơ cứu ban đầu và hiểu biết báo an toàn để bảo vệ bản thân và đồng nghiệp.

Quy Định ATVSLĐ

Luôn tuân thủ Luật An toàn, vệ sinh lao động, các tiêu chuẩn và quy chuẩn kỹ thuật quốc gia về ATVSLĐ. Nắm rõ quyền và nghĩa vụ của người lao động và người sử dụng lao động.

Nguy Cơ và Biện Pháp

Nhận diện các mối nguy và yếu tố có hại tại nơi làm việc. Áp dụng các biện pháp phòng ngừa như sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân, kiểm soát nguồn gây nguy hiểm và thực hiện quy trình làm việc an toàn.

Sơ Cứu Ban Đầu

Thực hành các kỹ năng sơ cứu cơ bản như băng bó vết thương, hô hấp nhân tạo, và xử lý bỏng. Báo cáo sự cố ngay lập tức cho người quản lý hoặc bộ phận an toàn để có biện pháp xử lý kịp thời.

Các Loại Biển Báo

Nhận biết và hiểu rõ ý nghĩa của biển báo cấm, biển báo nguy hiểm, biển báo chỉ dẫn và biển báo hiệu lệnh. Tuân thủ theo hướng dẫn của biển báo để tránh tai nạn và rủi ro.

CẢM ƠN

Xin chân thành cảm ơn các bạn đã nhiệt tình tham gia buổi huấn luyện an toàn hôm nay. Chúc mừng các bạn đã hoàn thành phần lý thuyết của khóa huấn luyện an toàn vệ sinh lao động! Chúng ta đã cùng nhau nắm bắt những kiến thức nền tảng quan trọng, từ các quy định pháp luật, nhận diện rủi ro, đến kỹ năng phòng ngừa và xử lý tình huống. Bây giờ, đã đến lúc chúng ta bước vào phần thực hành để áp dụng những gì đã học vào thực tế.

1

Ôn Tập

Củng cố kiến thức trọng tâm.

2

Thực Hành

Thực hành kỹ năng đã học.

3

Đánh Giá

Đánh giá kết quả thực hành.

