



សម្រាប់អ្នកហាត់ការផ្ទៃក្នុងបច្ចេកទេស
ぎ のう じっしゅうせい へ
技能実習生向け

ជំហានដំបូងក្នុងការធានាសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកហាត់ការ
ផ្ទៃក្នុងបច្ចេកទេសទាក់ទងនឹងការងារផ្សារលោហៈ

ぎ のう じっしゅう せい よう せつ さ ぎょう
技能実習生が溶接作業を
あん ぜん おこな だい いっ ぽ
安全に行うための第一歩

សេចក្តីផ្តើម 1

1 គ្រោះថ្នាក់បីប្រភេទដែលកើតមានឡើងញឹកញាប់នៅពេលធ្វើការងារផ្សារលោហៈ..... 2

2 ការងារដែលបង្កអោយមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិតញឹកញាប់ 2

3 គ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានឡើងនៅពេលធ្វើការងារផ្សារលោហៈ និង សំណួរផ្សេងៗ 3

4 យល់ដឹងអំពីការងារផ្សារលោហៈនៅ ប្រទេសជប៉ុន 15

5 បួនចំណុចដើម្បីចៀសវាងបាននូវគ្រោះថ្នាក់ 16

6 សេចក្តីពន្យល់អំពីចំណុចក្នុងតារាងត្រួតពិនិត្យ 17

សេចក្តីផ្តើម

ការផ្សារលោហៈ គឺជាបច្ចេកទេសមួយដែលត្រូវបានប្រើប្រាស់យ៉ាងទូលំទូលាយនៅក្នុងវិស័យជាច្រើន ដូចជា ការសាងសង់ទូក រថយន្ត ម៉ាស៊ីនប្រើក្នុងឧស្សាហកម្ម សំណង់ផ្សេងៗជាដើម។ ដោយសារមានការងារដែលពាក់ព័ន្ធ និងការងារបន្ទាប់បន្សំជាច្រើនបែបនេះហើយ ទើបធ្វើអោយមានការលំបាកក្នុងការកំណត់ថាតើត្រូវបញ្ចូលការងារត្រឹមត្រូវណាទៅក្នុងកម្មវិធីនៃកម្មសិក្សាផ្នែកបច្ចេកទេស។

សូមអ្នកហាត់ការផ្នែកបច្ចេកទេសទាំងអស់ អាននូវសៀវភៅពន្យល់ណែនាំនេះអោយបានល្អិតល្អន់ ដើម្បីសិក្សាអំពីរបៀបពាក់ឧបករណ៍ការពារអោយបានត្រឹមត្រូវ។ ក្នុងនាមជាអ្នកហាត់ការផ្នែកបច្ចេកទេស នៅពេលធ្វើការងារ សូមអ្នកទាំងអស់គ្នាយល់ដឹងអោយបានច្បាស់អំពីចំណុចគ្រោះថ្នាក់ និងវិធីការពារខ្លួន ព្រមទាំងចងចាំនូវគន្លឹះក្នុងការធ្វើការងារអោយមានភាពងាយស្រួលនិងមានសុវត្ថិភាព។

យើងសង្ឃឹមថាការសិក្សាយល់ច្បាស់អំពីអត្ថន័យនៅក្នុងសៀវភៅពន្យល់ណែនាំនេះ នឹងក្លាយជាសញ្ញាបង្ហាញផ្លូវដ៏មានសុវត្ថិភាពសម្រាប់នាំអ្នកឆ្ពោះទៅជំហានបន្ទាប់ទៀត ដើម្បីទទួលបានការរីកចម្រើនខ្លាំងនៅក្នុងការកិច្ចការសិក្សាផ្នែកបច្ចេកទេស។



1

គ្រោះថ្នាក់បីប្រភេទដែលកើតមានឡើងញឹកញាប់នៅពេលធ្វើការងារផ្សារលោហៈ



មានគ្រោះថ្នាក់បីប្រភេទដែលកើតឡើងញឹកញាប់ក្នុងការងារផ្សារលោហៈដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាកំពុងតែធ្វើនេះ គឺមានអត្រាដល់ទៅ៧០ភាគរយក្នុងចំណោមគ្រោះថ្នាក់ទាំងអស់។ (យោងតាមលទ្ធផលនៃការស្រង់ទិន្នន័យទាក់ទងនឹងគ្រោះថ្នាក់ការងារដែលធ្វើឡើងដោយ JITCO សម្រាប់ឆ្នាំ២០១៥)

គ្រោះថ្នាក់ប៉ះពាល់ភ្នែកដោយសារការខ្ចាតឬធ្លាក់៖ 35%



ផ្កាភ្លើងដែលខ្ចាតចេញពីការផ្សារលោហៈ កំទេចកាត់ខ្ចាតចេញពីម៉ាស៊ីនឆាប់ អាចប៉ះពាល់ត្រូវភ្នែកឬក៏ផ្ទៃមុខបង្កជាបួសផ្សេងៗជាច្រើន។ ម៉្យាងទៀត កាំរស្មីនៅពេលផ្សារលោហៈអាចចូលក្នុងភ្នែក ធ្វើអោយភ្នែកមានអាការៈឈឺចាប់ក៏មាន។

គ្រោះថ្នាក់ដោយសារការគាបឬការរមួលចូល៖ 23%

គ្រោះថ្នាក់កើតឡើងពេលកំពុងយកសម្រាមឬរត្នដែលជាប់ស្ទះនៅក្នុងម៉ាស៊ីន ជាញឹកញាប់មានដូចជាការចូលដៃក្នុងម៉ាស៊ីនដោយសារមិនបានបញ្ឈប់ម៉ាស៊ីនជាមុន ឬការរមួលស្រោមដៃជាមួយនឹងម៉ាស៊ីនស្វាន ។ ពេលខ្លះ អាចធ្វើអោយមានរបួសធ្ងន់ធ្ងរដូចជាដាច់ម្រាមដៃឬបាក់ឆ្អឹងដៃ ឬក៏បន្ទុះជាការពិការក៏មាន។



របួសមុតឬរលាក៖ 14%



របួសច្រើនកើតឡើងដោយសារមុតដៃឬជើងដោយសារម៉ាស៊ីនឆាប់ ឬ មុតម្រាមដៃដោយសារសម្ភារៈដូចជាបន្ទះដែកជាដើម។

2

ការងារដែលបង្កអោយមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិតញឹកញាប់

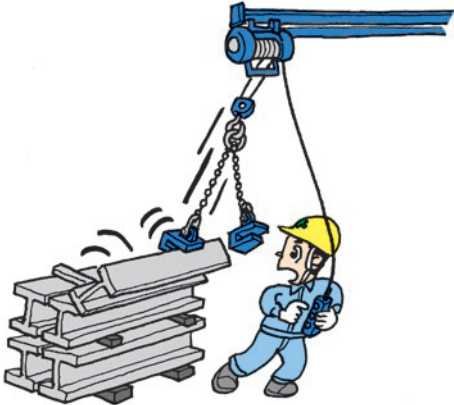


① ការងារទាក់ទងនឹងរត្នធ្ងន់ៗ

គ្រោះថ្នាក់អាចកើតមានឡើងដោយសារការគាបជាប់នៅចន្លោះឬនៅក្រោមរត្នធ្ងន់ៗ។ ដូច្នេះមុនពេលអ្នកទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវ សូមកុំធ្វើការបញ្ជាម៉ាស៊ីនស្ទួចឬធ្វើការងារសណ្តោងជាដាច់ខាត ។
ក្នុងករណីដែលអ្នកធ្លាប់ទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលហើយត្រូវដកខ្លួនពីការងារបណ្តោះអាសន្នមិនទាន់ត្រលប់មកវិញ ក៏អ្នកជំនួយការមិនអាចប៉ះពាល់ការងារទាំងនោះបានទេ គឺត្រូវផ្អាកការងារនិងរង់ចាំនៅកន្លែងមានសុវត្ថិភាពជាមុនសិន។

② ការងារប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនផ្សេងៗក្រៅពីម៉ាស៊ីនផ្សារលោហៈ

ការងារទាក់ទងនឹងការផ្សារលោហៈគឺមានដែនកំណត់ច្បាស់លាស់។ ដូច្នេះអ្នកមិនត្រូវធ្វើការផ្សេងពីនោះទេ ទោះជាត្រូវគេពឹងពាក់ក៏ដោយ។
ទោះជាក្នុងករណីដែលត្រូវធ្វើការងារក្រៅពីការងារផ្សារលោហៈក៏ដោយ ក៏នៅតែត្រូវទទួលការអប់រំទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាពនិងអនាម័យអោយបានត្រឹមត្រូវនិងគ្រប់គ្រាន់ជាមុនសិន ។



3

គ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានឡើងនៅពេលធ្វើការងារផ្សារលោហៈ និង សំណួរផ្សេងៗ



តារាងត្រួតពិនិត្យ (វ៉ែនតាការពារ)

	ចំណុចដែលត្រូវត្រួតពិនិត្យ	បាទ/ចាស	ទេ
1	តើអ្នកដឹងទេថាវ៉ែនតាការពារមានប៉ុន្មានប្រភេទ?		
2	តើអ្នកបានជ្រើសរើសវ៉ែនតាការពារដែលត្រូវនឹងប្រភេទការងាររបស់អ្នកដែរឬទេ?		
3	តើអ្នកប្រើឧបករណ៍ការពារពន្លឺដែរឬទេ?		
4	តើអ្នកដឹងអំពីលេខការពារពន្លឺរបស់ឧបករណ៍ការពារពន្លឺដែរឬទេ?		
5	តើវ៉ែនតាការពារពាក់ល្មមត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេ?		
6	តើអ្នកប្រើវ៉ែនតាការពារដែលមានរបាំងនៅសងខាងដែរឬទេ?		
7	តើអ្នកដឹងថាហេតុអ្វីបានជាវ៉ែនតាការពារដែលមានរបាំងនៅសងខាងល្អដែរឬទេ?		
8	តើនៅលើកញ្ចក់វ៉ែនតាការពារមានរូបសញ្ញា JIS ដែរឬទេ?		
9	តើអ្នកប្រើប្រាស់វ៉ែនតាដែលកាត់តម្រូវតាមកម្រិតគំហើញនៃភ្នែករបស់អ្នកដែរឬទេ?		
10	តើអ្នកតែងតែពិនិត្យមើលមុនពេលប្រើប្រាស់ដែរឬទេ?		
11	តើវ៉ែនតាការពារគឺមានរៀងៗខ្លួនមែនដែរឬទេ?		
12	តើអ្នកតែងតែសម្អាតនិងថែទាំក្រោយពេលប្រើប្រាស់ដែរឬទេ?		
13	តើអ្នករក្សាទុកវ៉ែនតាការពារបានត្រឹមត្រូវដែរឬទេ?		
14	តើអ្នកដឹងថាគួរតែផ្លាស់ប្តូរវ៉ែនតាការពារនៅពេលណាដែរឬទេ?		

តើអ្នកយល់ដឹងដល់កម្រិតណាដែរ?
នាំគ្នាសាកល្បងទាំងអស់គ្នា !!
សូមមើលចម្លើយនៅទំព័របន្ទាប់ !



Q1 ហេតុអ្វីបានជាទោះជាពាក់វ៉ែនតាការពារហើយ ក៏កំទេចដៃកនៅតែមុតចូលភ្នែក?

A1 ទោះជាអ្នកពាក់វ៉ែនតាការពារហើយក៏ដោយ ប្រសិនបើវ៉ែនតានោះមិនល្អមត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នក នោះកំទេចដៃអាចចូលតាមចន្លោះវ៉ែនតា ឬក៏ ខ្នាតមកពីអ្នកដែលកំពុងធ្វើការនៅក្បែរនោះ។ ចំពោះវ៉ែនតាខ្លះ នៅពេលដោះវ៉ែនតាចេញ ធូលីដែលជាប់នៅលើវ៉ែនតាអាចនឹងធ្លាក់ចូលមុតភ្នែកក៏មាន ។

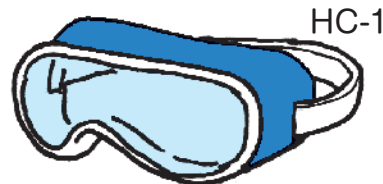
◆ ប្រើវ៉ែនតាការពារអោយត្រូវនឹងប្រភេទការងារ (ការងារកាត់ ការងារឈូស ការងារឆាប ។ល។)



ទម្រង់ជាវ៉ែនតា (ការពារភ្នែកពីវត្ថុខ្នាតមក)



ទម្រង់ជាវ៉ែនតា (មានរបាំងការពារនៅសងខាង) (ការពារភ្នែកពីវត្ថុខ្នាតមក)



ទម្រង់ជាវ៉ែនតាខ្លុប (ការពារភ្នែកពីកំទេចភាគល្អិត ដែលខ្នាតមកឬអណ្តែតក្នុងបរិយាកាស និង តំណក់ តូចៗនៃវត្ថុរាវដែលបាញ់ខ្នាតមក ។ល។)

ការសម្រួលវ៉ែនតាការពារអោយល្អមត្រឹមត្រូវ

- ជ្រើសរើសវ៉ែនតាការពារដែលល្អមត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នក។ វ៉ែនតាការពារគឺសម្រាប់ប្រើតែខ្លួនឯងម្នាក់តែប៉ុណ្ណោះ គឺមិនត្រូវប្រើរួមជាមួយអ្នកដទៃឡើយ។
- ចាំបាច់ត្រូវសម្រួលផ្នែកដែលប៉ះនឹងច្រមុះនិងដងវ៉ែនតា ធ្វើយ៉ាងណាកុំអោយពាក់ទៅមានលក្ខណៈរលុង។
- ទ្រវ៉ែនតាអោយស្មើគ្នាត្រង់ចំណុចបីគឺច្រមុះនិងត្រចៀកទាំងសងខាង។



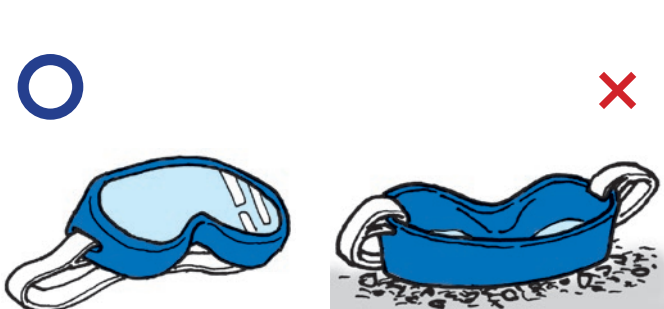
ចំណុចត្រូវកែសម្រួល

ការពិនិត្យមុននិងក្រោយពេលប្រើ

- ត្រួតពិនិត្យថាមានភាពមិនប្រក្រតីដូចជាប្រលាក់ ឆ្គួត ប្រេះបែកឬខូចទ្រង់ទ្រាយនៅលើកញ្ចក់វ៉ែនតា កញ្ចក់ឆ្លុះមើលឬស៊ីមដែរឬទេ។
- ក្រោយពេលប្រើ ត្រូវលាងធូលីដែលជាប់ឬស្នាមប្រឡាក់ចេញដោយទឹកបង្ហូរ រួចរក្សាទុកក្នុងថង់ទន់ៗឬប្រអប់។



របៀបលាងសម្អាត



របៀបទុកដាក់វ៉ែនតា



រក្សាទុកក្នុងប្រអប់ឬថង់ដែលប្រើសម្រាប់តែទុកវ៉ែនតា។



កុំរក្សាទុកក្នុងប្រអប់ទុកឧបករណ៍រួមជាមួយឧបករណ៍ផ្សេងៗទៀត។

ការរក្សាទុក

Q2 មានករណីជាច្រើនដែលរងរបួសនៅពេលធ្វើការងារឆាប់ៗ តើខ្ញុំត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នដូចម្តេចខ្លះ?

A2 ដោយសារបន្ទះដែកឆាប់ងាយស្រួលនឹងខូចខាតនៅពេលប្រើកម្លាំងខ្លាំង ដូច្នេះចាំបាច់ត្រូវធ្វើការងារទៅតាមរបៀបប្រើប្រាស់អោយបានត្រឹមត្រូវ។ ម៉្យាងទៀត ក៏ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះគ្រោះថ្នាក់បណ្តាលមកពីការខ្ចាតនៃកំទេចកាត់ ការប៉ះបូរបួសចូលបន្ទះដែកឆាប់ និងគ្រោះថ្នាក់បណ្តាលមកពីការស្រូបចូលកំទេចភាគល្អិត។ នៅពេលធ្វើការងារឆាប់ ត្រូវអនុវត្តតាមលំដាប់លំដោយការងារអោយបានត្រឹមត្រូវ និងបំពាក់ឧបករណ៍ការពារអោយបានសមស្រប។

ឧទាហរណ៍អំពីរបៀបប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនឆាប់អោយបានត្រឹមត្រូវ

1. ការងារ

ការងារឆាប់លើបន្ទះដែកថែបទន់ដោយប្រើម៉ាស៊ីនឆាប់ (រូបភាព១)

2. សម្ភារៈនិងឧបករណ៍ដែលត្រូវប្រើ

- បន្ទះដែកថែបទន់ (១៩មីលីម៉ែត្រ × ៨០មីលីម៉ែត្រ × ១៥០មីលីម៉ែត្រ)
- អង្កំ
- ម៉ាស៊ីនឆាប់ បន្ទះដែកឆាប់

3. លំដាប់លំដោយការងារ

(1) ត្រៀម

តាមវត្ថុអោយជាប់នៅខ្ពស់ជាងមាត់នៃអង្កំប្រហែល១០មីលីម៉ែត្រ (រូបភាព២)

(2) ឆាប់

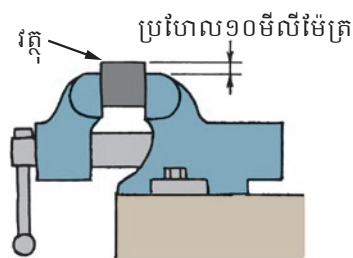
- ① កាន់ម៉ាស៊ីនឆាប់ដោយដៃទាំងពីរ បើកកុងតាក់ ដាក់អោយដំណើរការចោលលើសពីបីនាទីដើម្បីពិនិត្យអោយច្បាស់ថាមិនមានភាពមិនប្រក្រតីណាមួយ។
- ② ផ្ទៀងម៉ាស៊ីនឆាប់ទៅលើផ្ទៃដែលត្រូវឆាប់អោយបានមុំពី១៥ទៅ៣០ដឺក្រេរួចឆាប់ដោយរុញទៅមុខថយក្រោយស្រាលៗ (រូបភាព៣)។

(3) សម្អាត

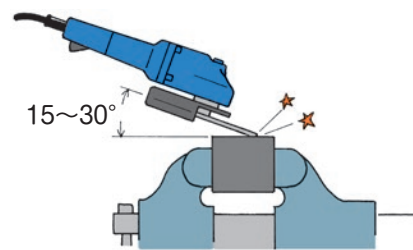
- ① បិទកុងតាក់នៅលើម៉ាស៊ីនឆាប់ ក្រោយពេលបន្ទះដែកឆាប់ឈប់វិលទាំងស្រុង ដាក់បន្ទះដែកឆាប់នៅលើកៀននៃអង្កំ រួចដកខ្យរបស់ម៉ាស៊ីនឆាប់ចេញពីរន្ធអគ្គិសនី។
- ② សម្អាតផ្ទៃឆាប់ដោយប្រើអំបោសជក់។ សម្អាតកំទេចកំទីពីម៉ាស៊ីនឆាប់ដោយប្រើក្រណាត់ជូត។



(រូបភាព១)



(រូបភាព២)



(រូបភាព៣)

◆ ចំណុចត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន ◆

- (1) ក្នុងពេលធ្វើការងារឆាប់ ត្រូវពាក់វ៉ែនតាការពារប្រកបបន្ទះការពារនិងប្រើម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតអោយបានជាប់ជានិច្ច ។
- (2) មិនត្រូវប្រើម៉ាស៊ីនឆាប់ដោយដោះរបាំងការពារសុវត្ថិភាពចេញឡើយ។
- (3) មិនត្រូវប្រើម៉ាស៊ីនឆាប់ដោយដៃនៅទីកន្លែងនោះទេ។ មិនត្រូវធ្វើអោយបន្ទះដែកឆាប់ត្រូវទឹកឬខ្លាញ់នោះទេ។
- (4) ត្រូវប្រើរន្ធដោតខុយដែលភ្ជាប់ដោយឧបករណ៍ទប់ស្កាត់ការឆ្លងអគ្គិសនី។
- (5) បើប្រើកម្លាំងរុញខ្លាំងពេក អាចធ្វើអោយបន្ទះដែកឆាប់លែងវិលប្រកបប្រេះបែក ដែលនាំអោយមានគ្រោះថ្នាក់។
- (6) នៅពេលប្រើបន្ទះដែកឆាប់ថ្មី ជ្រុងនៃបន្ទះដែកឆាប់អាចជ្រុលមុតចូលទៅក្នុងផ្ទៃឆាប់នៅពេលរុញទៅមុខដូច្នោះត្រូវឆាប់ដោយទាញមកក្រោយ។
- (7) ត្រូវភ្ជាប់អគ្គិសនីទៅដីអោយបានត្រឹមត្រូវ។ (ប្រភេទម៉ាស៊ីនឆាប់ខ្លះមិនចាំបាច់ភ្ជាប់អគ្គិសនីទៅដីនោះទេ)
- (8) ចាំបាច់ត្រូវមាន“ការអប់រំពិសេស”ទាក់ទងនឹងការងារប្តូរបន្ទះដែកឆាប់។

តារាងត្រួតពិនិត្យ (ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិត)

	ចំណុចដែលត្រូវត្រួតពិនិត្យ	បាទ/ចាស	ទេ
1	តើអ្នកអាចពន្យល់អំពីប្រភេទនៃកំទេចភាគល្អិតដែលអាចកើតមានឡើងនៅពេលអ្នកធ្វើការងាររបស់អ្នកដែរឬទេ?		
2	តើក្រៅពីកំទេចភាគល្អិត តើមានតំណក់ប្រេងកើតឡើងដែរឬទេ?		
3	តើមានកន្លែងដែលប្រើសារធាតុរំលាយសរីរាង្គនៅក្បែរនោះដែរឬទេ?		
4	តើអ្នកដឹងអំពីប្រភេទនិងគុណភាពនៃម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតដែលអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់ដែរឬទេ?		
5	តើអ្នកប្រើប្រាស់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតដែលប្រើម្តងបោះចោល នៅពេលអ្នកធ្វើការងារដែលត្រូវប៉ះពាល់កំទេចភាគល្អិតដែលមានផលប៉ះពាល់ខ្លាំងមែនឬទេ?		
6	តើអ្នកធ្លាប់ធ្វើតេស្តម៉ាសដើម្បីអោយដឹងថាត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេ?		
7	តើអ្នកធ្លាប់ប្រើឧបករណ៍ពិនិត្យអោយដឹងថាម៉ាសត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេ?		
8	នៅពេលអ្នកសាកប្រើបាតដៃបិទស្រាលៗត្រង់ច្រកខ្យល់ ចូលរបស់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិត តើអ្នកនៅអាចដកដង្ហើមបានងាយស្រួលដែរឬទេ?		
9	តើអ្នកដឹងអំពីពេលដែលត្រូវផ្លាស់ប្តូរតម្រងរបស់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតជាប្រភេទផ្លាស់ប្តូរបានដែរឬទេ?		
10	តើអ្នកតែងតែពាក់ខ្សែវីតរបស់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតនៅនឹងត្រចៀកមែនឬទេ?		
11	តើអ្នកធ្លាប់ប្រើឧបករណ៍ការពារដែលមានភ្ជាប់កង្ហារវិលប្រើអគ្គិសនីសម្រាប់ដកដង្ហើមដែរឬទេ?		
12	តើនៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នកមានអ្នកទទួលខុសត្រូវដែលគ្រប់គ្រងការពាក់ឧបករណ៍ការពារដែរឬទេ?		

តើអ្នកអាចដឹងចម្លើយទេលើកនេះ?
សាកល្បងឆ្លើយសំណួរទាំងនេះផងដែរទៅមើល!



Q3 ខ្ញុំមិនមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ ហេតុអ្វីបានជាត្រូវពាក់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតដែលធ្វើអោយពិបាកដកដង្ហើមបែបនេះ?

A3 ផ្សែងដែលកើតចេញពីការផ្សារដោយប្រើអេឡិចត្រូនក្នុងអាកាសផ្ទុកកំទេចភាគល្អិតហៅថាហ្សូម ដែលជាភាគល្អិតដែលកាលណាត្រូវស្រូបចូលក្នុងខ្លួនវានឹងចូលជ្រៅទៅក្នុងសួត ហើយជាប់នៅក្នុងខ្លួនមិនអាចបញ្ចេញមកក្រៅបានទេ។

កំទេចភាគល្អិតដែលអ្នកស្រូបចូលថ្ងៃនេះ នឹងមិនធ្វើអោយអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺភ្លាមៗនៅថ្ងៃស្អែកនោះទេ ប៉ុន្តែនៅពេលដែលអ្នកបន្តស្រូបវាចូលក្នុងខ្លួន អ្នកនឹងមានរោគសញ្ញាដូចជាពិបាកដកដង្ហើម មានក្អកឬស្នេសជាដើម។

រោគសញ្ញានឹងកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ គឺគ្រាន់តែដើរ អ្នកនឹងចាប់ផ្តើមពិបាកដកដង្ហើម ញ័រទ្រូង ធ្វើអោយមិនអាចបំពេញការងារបាន នេះហៅថាជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួត (pneumoconiosis) ដែលជាជម្ងឺគួរអោយភ័យខ្លាច។



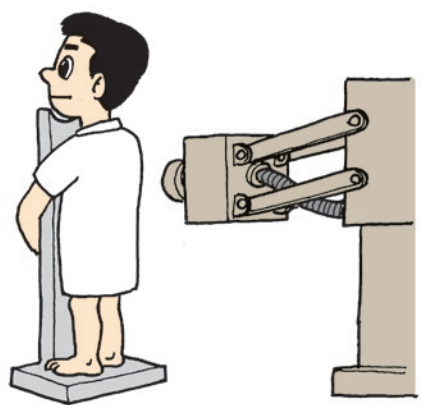
ដើម្បីកុំអោយមានជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួត ការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវប្រការខាងក្រោមនៅពេលធ្វើការងារផ្សារឬការងារឆាប់គឺមានសារៈសំខាន់ណាស់។

- ① នៅដំណាក់កាលចាប់ផ្តើមចូលបម្រើការងារដំបូង អ្នកត្រូវទទួលការពិនិត្យសុខភាពអំពីជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួត បន្ទាប់មកត្រូវទទួលការពិនិត្យសុខភាពបែបនោះជាប្រចាំ ដើម្បីបញ្ជាក់អោយដឹងថាគ្មានភាពមិនប្រក្រតីណាមួយកើតឡើងនោះទេ។
- ② មុនពេលចាប់ផ្តើមការងារអ្វីមួយ ត្រូវពាក់ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតដែលត្រូវនឹងប្រភេទការងារនោះជានិច្ច។
- ③ ដាក់ដំណើរការឧបករណ៍ប្តូរខ្យល់តាមកន្លែង។

ដូចម្តេចដែលហៅថាការពិនិត្យសុខភាពអំពីជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួត

ការពិនិត្យសុខភាពអំពីជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួត គឺជាការពិនិត្យដោយថតកាំរស្មីអិចដោយផ្ទាល់ដើម្បីបញ្ជាក់ថាមានរូបស្រមោលដែលបង្ហាញអំពីជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួតដែរឬទេ។ នៅពេលចាប់ផ្តើមធ្វើការងារទាក់ទងនឹងកំទេចភាគល្អិត ចាំបាច់ត្រូវទទួលការពិនិត្យសុខភាពជាមុនដើម្បីអោយប្រាកដថាមិនមានភាពមិនប្រក្រតីណាមួយ។

នៅពេលចូលធ្វើការឬពេលពិនិត្យសុខភាពទូទៅ ក៏មានការថតកាំរស្មីអិចផងដែរ ប៉ុន្តែវាជាការថតក្នុងលក្ខណៈមិនផ្ទាល់ដែលការថតបែបនេះមិនអាចពិនិត្យដឹងថាមានជម្ងឺធ្ងល់ចូលសួតឬមិនមាននោះទេ គឺត្រូវធ្វើការពិនិត្យដោយប្រើការថតកាំរស្មីអិចដោយផ្ទាល់។



របៀបពាក់ម៉ាសអោយបានត្រឹមត្រូវ

ទោះបីជាអ្នកបានពាក់ម៉ាសក៏ដោយ ប្រសិនបើមានចន្លោះ នោះកំទេចភាគល្អិតអាចជ្រៀតចូលតាមចន្លោះនោះបាន។



ចូរអ្នកសាកល្បងយកបាតដៃគ្របលើច្រកខ្យល់ចូលរបស់ម៉ាសស្រាលៗ ដើម្បីបាំងលំហូរខ្យល់ដែលឆ្លងកាត់តម្រង ហើយចូរអ្នកពិនិត្យមើលថាតើ អ្នកពិបាកដកដង្ហើមដែរឬទេ។

ប្រសិនបើអ្នកមិនមានអារម្មណ៍ពិបាកដកដង្ហើមនោះទេ មានន័យថានៅមាន ចន្លោះរវាងផ្ទៃមុខរបស់អ្នកនិងផ្ទៃម៉ាសដែលខ្យល់អាចលេចចេញបាន ដូច្នេះ អ្នកត្រូវទាញផ្ទៃម៉ាសចុះឡើង ឬក៏ សម្រួលខ្សែរឹត ដើម្បីអោយម៉ាសស្ថិត នៅជាប់ល្អត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នក។

ប្រភេទនៃម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិត



ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតមានពីរប្រភេទដូចបង្ហាញនៅ រូបខាងឆ្វេង។ ត្រូវប្រើម៉ាសដែលមានគុណភាពទទួលស្គាល់ ដោយការធ្វើតេស្តតាមស្តង់ដារអន្តរជាតិ។

ក្នុងករណីដែលត្រូវធ្វើការងារផ្សេងដោយប្រើអេឡិចត្រុង អាចឬការងារឆាប់ញឹកញាប់ ចូរជ្រើសរើសប្រើម៉ាសការ ពារកំទេចភាគល្អិតប្រភេទផ្លាស់ប្តូរបាន។

ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតប្រភេទ ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតប្រភេទ ផ្លាស់ប្តូរបាន ប្រើម្តងបោះចោល ក្នុងករណីអាចមានកំទេចភាគល្អិតដែលមានផលប៉ះពាល់ខ្លាំងកើត ឡើង ត្រូវជ្រើសប្រើម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតប្រភេទផ្លាស់ប្តូរបាន

ពេលដែលត្រូវផ្លាស់ប្តូរតម្រង

តម្រងតែងតែស្ទះនៅពេលប្រើអស់មួយរយៈពេល មក ធ្វើអោយពិបាកក្នុងការដកដង្ហើមហើយគុណភាពក៏ធ្លាក់ចុះ ដូច្នេះ ចាំបាច់ត្រូវផ្លាស់ប្តូរតម្រងជាប្រចាំ អោយបានទៀងទាត់។

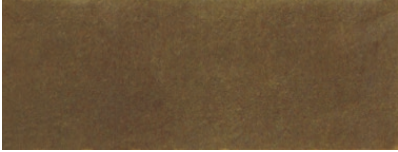
យើងអាចដឹងថាគួរផ្លាស់ប្តូរតម្រងនៅពេលណាដោយមើលទៅលើពណ៌របស់តម្រង។



តម្រងថ្មី



តម្រងដែលនៅអាចប្រើបាន



តម្រងដែលចាំបាច់ត្រូវ ផ្លាស់ប្តូរចេញ

* រូបថតទាំងនេះជាការបង្ហាញឱ្យឃើញ ពណ៌របស់តម្រងដែលត្រូវដល់ពេលផ្លាស់ប្តូរចេញអាចខុសគ្នាទៅតាមកន្លែងធ្វើការនីមួយៗ។ សូមសួររូបបញ្ជាក់ទៅកាន់ក្រុមហ៊ុនផលិតឧបករណ៍ការពារទាក់ទងនឹងការសម្គាល់ពណ៌របស់តម្រងនៅពេលត្រូវផ្លាស់ប្តូរចេញសម្រាប់កន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក។

Q4 សម្លៀកបំពាក់ដែលធ្វើអំពីសរសៃអំបោះគឺមីមានលក្ខណៈកក់ក្តៅ ហើយស្បែកជើងកងែងក៏ងាយស្រួលប្រើនៅកន្លែងពិបាកដើរ តើហេតុអ្វីបានជាមិនអាចប្រើរបស់អស់ទាំងនេះបាន?

A4 នៅពេលកំពុងធ្វើការងារផ្សារ អាចមានកំទេចកំទីបួសណាល់ឬដែលខ្នាតចុះឡើង។ ដើម្បីការពារខ្លួនពីការរលាកផ្សេងៗ ចូរប្រើសម្លៀកបំពាក់ឬស្រោបជើងដែលមានលក្ខណៈមិនងាយនេះ ។

◆ សម្លៀកបំពាក់និងឧបករណ៍ការពារប្រើនៅពេលធ្វើការងារផ្សារលោហៈ

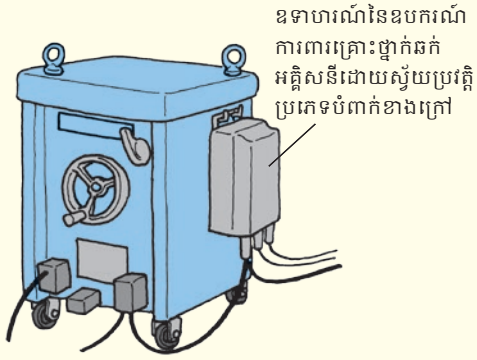
- សម្លៀកបំពាក់ពេលធ្វើការងារ ៖ គួរប្រើសម្លៀកបំពាក់ដែលមិនងាយនេះ។ មិនត្រូវប្រើសម្លៀកបំពាក់ដែលរហែកឬទទឹកក្នុងពេលធ្វើការងារនោះទេ
- អៀមពាក់ខាងមុខ ៖ គួរប្រើក្រណាត់ធ្វើអំពីស្បែក
- មួកការពារ ៖ សម្រាប់ការពារការខ្ទាតឬធ្លាក់វត្ថុ
- វ៉ែនតាការពារ ៖ វ៉ែនតាការពារពន្លឺទម្រង់ជាវ៉ែនតាឬវ៉ែនតាខ្ពស់
- ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិត ៖ ប្រភេទផ្លាស់ប្តូរបាន និង ប្រភេទប្រើម្តងបោះចោល
- ស្បែកជើងសុវត្ថិភាព ៖ ស្បែកជើងដែលមានបាតធ្វើអំពីកៅស៊ូ។
- ស្រោបជើង ៖ គួរប្រើស្រោបជើងធ្វើអំពីស្បែក
- ស្រោមដៃ ៖ ជ្រើសយកស្រោមដៃធ្វើអំពីស្បែកស្ងួត។ មិនត្រូវប្រើស្រោមដៃដែលរហែកឬទទឹកនោះទេ



ចូរអ្នកពិចារណាការវត្តផ្សេងទៀតក្រៅពីវត្ថុទាំងអស់ខាងលើនេះដែលអ្នកគិតថាចាំបាច់ក្នុងការការពាររាងកាយអ្នកពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ។

Q5 គេប្រាប់ខ្ញុំថានៅពេលប្រើម៉ាស៊ីនផ្សារប្រភេទអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េត ត្រូវប្រើឧបករណ៍ការពារ គ្រោះថ្នាក់ឆក់អគ្គិសនីដោយស្វ័យប្រវត្តិ។ ប៉ុន្តែ តើនោះជាឧបករណ៍ដូចម្តេចដែរ?

A5 នៅពេលដែលម៉ាស៊ីនផ្សារប្រភេទអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េតត្រូវបានដាក់ជាអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េត បន្ទុកតង់ស្យុងដែលមាន ទៅលើដង្កៀបកៀបដៃក៏មានប្រហែល៣០វ៉ុល ហើយនៅពេលដែលបញ្ឈប់ការកើតឡើងនៃអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េត ក្លាម តង់ស្យុងក៏ឡើងខ្ពស់យ៉ាងគំហុកទៅដល់រវាងប្រហែល ៧០ទៅ៨០វ៉ុល ដូច្នេះហើយនៅពេលដែលយើងទៅប៉ះនឹង ផ្នែកនៃដង្កៀបអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េតដែលមានចរន្តអគ្គិសនីឆ្លងកាត់ នឹង ធ្វើអោយមានការឆក់អគ្គិសនី។ ឧបករណ៍ការពារគ្រោះថ្នាក់ ឆក់អគ្គិសនីដោយស្វ័យប្រវត្តិ គឺជាឧបករណ៍ដែលអាចបន្ទាប តង់ស្យុងដោយស្វ័យប្រវត្តិអោយទៅជាតង់ស្យុងដែលមាន កម្រិតទាបនិងមិនមានគ្រោះថ្នាក់ឆក់អគ្គិសនីទាល់តែសោះ នៅពេលគ្មានបន្ទុក។ (មានជាប្រភេទបំពាក់ខាងក្នុងនិង ប្រភេទបំពាក់ខាងក្រៅ)



(បច្ចុប្បន្ន មានឧបករណ៍ការពារគ្រោះថ្នាក់ឆក់អគ្គិសនីដោយស្វ័យប្រវត្តិប្រភេទបំពាក់ខាងក្នុងច្រើនជាង)

គ្រោះថ្នាក់នៃការឆក់អគ្គិសនី

ខ្លួនមនុស្សយើងនៅពេលមានចរន្តអគ្គិសនីរត់បរិមាណកាន់តែច្រើន គឺកាន់តែគ្រោះថ្នាក់។ ក្នុងករណីខ្លះ ភ្លើងត្រឹម៥០មីលីអំពែរ អាច បណ្តាលអោយបាត់បង់ជីវិតក៏មានដែរ។



ការឆក់អគ្គិសនីដោយសារការឆេះខូចនៃដង្កៀបកៀបដៃក៏មាន ការឆក់អគ្គិសនីដោយសារការដាច់រំហែកខ្សែភ្លើង



ការឆក់អគ្គិសនីដោយសារការលេចចេញនូវខ្សែភ្លើងប្រភពទី២របស់ ម៉ាស៊ីនផ្សារប្រភេទអេឡិចត្រូម៉ាញ៉េត

ចរន្តអគ្គិសនីអាចហូរកាន់តែលំបាកនៅពេលមានវេស៊ី ស្តង់កាន់តែធំ ហើយហូរកាន់តែងាយស្រួលនៅពេល មានវេស៊ីស្តង់កាន់តែតូច។ ដូច្នេះ នៅពេលដែលយើង បែកញើសឬក៏នៅពេលដែលត្រូវទទឹកដោយសារ ភ្លៀង វេស៊ីស្តង់នៅតាមស្បែកមានលក្ខណៈទាបខ្លាំង ប្រសិនបើចាប់ផ្តើមឆក់ក្លាម នោះចរន្តអគ្គិសនីដែលរត់ នៅក្នុងរាងកាយកាន់តែធំ ធ្វើអោយមានគ្រោះថ្នាក់។ ដូច្នេះ ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នជាពិសេសនៅរដូវក្តៅ។



នៅពេលកំពុងធ្វើការងារផលិតក្តារជម្រាលធ្វើអំពីដែកថែប ដែកផ្សារ អាចប៉ះនឹងផ្នែកខាងនៃរាងកាយធ្វើអោយមានការឆក់អគ្គិសនី។

Q6 កាលនៅប្រទេសកំណើតខ្ញុំ ខ្ញុំធ្លាប់ធ្វើការងារដោយប្រើម៉ាស៊ីនស្ទូចដើម្បីស្ទូចរបស់ផ្សេងៗ ប៉ុន្តែហេតុអ្វីនៅប្រទេសជប៉ុន គេមិនអនុញ្ញាតអោយខ្ញុំប្រើម៉ាស៊ីនស្ទូចបែបនេះ?

A6 ម៉ាស៊ីនស្ទូចគឺជាម៉ាស៊ីនដែលមានកម្លាំងខ្លាំងក្នុងការស្ទូចឡើងនូវរបស់ធ្ងន់ៗតែក៏ជាម៉ាស៊ីនដែលមានគ្រោះថ្នាក់ផងដែរ ដូច្នេះប្រសិនបើមានការបោះឆ្នោយណាមួយក្នុងពេលដំណើរការ នោះនឹងបង្កជាគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរ។ នៅប្រទេសជប៉ុន ច្បាប់បានចែងថាបុគ្គលណាដែលមិនទាន់បានឆ្លងកាត់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសឬវគ្គអប់រំពិសេសជាដើមអោយសមស្របនឹងកម្លាំងរបស់ម៉ាស៊ីនស្ទូចដែលត្រូវប្រើនោះទេ គឺមិនអនុញ្ញាតអោយប្រើម៉ាស៊ីនស្ទូចឡើយ។

ម៉្យាងទៀត នៅពេលស្ទូចរបស់ឡើងដោយប្រើម៉ាស៊ីនស្ទូចប្រសិនបើមិនបានប្រើឧបករណ៍សណ្តោងដូចជាខ្សែលូស ក្រណាត់សណ្តោង ដង្ហៀប ទំពក់ជាដើមអោយបានត្រឹមត្រូវទេនោះរបស់ដែលស្ទូចឡើងនោះអាចនឹងយោល ឬអាចនឹងធ្លាក់ធ្វើអោយមានគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរ។ ការប្រើឧបករណ៍សណ្តោងដើម្បីស្ទូចរបស់ឡើងទៅលើបែបនេះ ហៅថាការងារសណ្តោង ក៏ជាការងារដែលចាំបាច់ត្រូវមានលិខិតបញ្ជាក់ការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវផងដែរ។



តារាងរាយនាមវគ្គបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសនិងវគ្គអប់រំពិសេស ផ្នែកម៉ាស៊ីនស្ទូច ម៉ាស៊ីនស្ទូចប្រភេទបម្លាស់ទី ការងារសណ្តោង

ប្រភេទ	បរិមាណបន្ទុក	លិខិតបញ្ជាក់ផ្សេងៗ
ម៉ាស៊ីនស្ទូច	ប្រភេទដំណើរការនៅផ្ទាល់ដី ចាប់ពី៥តោនឡើងទៅ	វគ្គបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសផ្នែកដំណើរការម៉ាស៊ីនស្ទូចប្រភេទដំណើរការនៅផ្ទាល់ដី
	តិចជាង៥តោន	វគ្គអប់រំពិសេស
ម៉ាស៊ីនស្ទូចប្រភេទបម្លាស់ទី	ចាប់ពី១តោនដល់៥តោន	វគ្គបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសទាក់ទងនឹងម៉ាស៊ីនស្ទូចប្រភេទបម្លាស់ទីខ្នាតតូច
	តិចជាង១តោន	វគ្គអប់រំពិសេស
ការងារសណ្តោង	ចាប់ពី១តោនឡើងទៅ	វគ្គបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសផ្នែកការងារសណ្តោង
	តិចជាង១តោន	វគ្គអប់រំពិសេស

សូមប្រយ័ត្ន

- នៅពេលមានគ្មានទីជំនួយការក្នុងដំណើរការម៉ាស៊ីនស្ទូច មិនត្រូវចូលទៅស្ថិតនៅក្រោមវត្ថុដែលកំពុងស្ទូចឡើងនោះទេ
- មុនចាប់ផ្តើមដំណើរការ ត្រូវពិនិត្យសញ្ញារបស់ម៉ាស៊ីនស្ទូចជាមុនសិន។
- នៅពេលធ្វើការនៅជិតម៉ាស៊ីនស្ទូច មិនត្រូវចូលទៅក្នុងបរិវេណអង្កត់ផ្ចិតដែលម៉ាស៊ីនស្ទូចកំពុងដំណើរការនោះទេ។
- ដោយសារនៅក្នុងចំណោមឧបករណ៍សណ្តោងទាំងអស់ ជាពិសេសដង្ហៀបដែលមានផ្នែកលៀនចេញមកច្រើន ធ្វើអោយងាយខ្ចាស់ជាមួយដែកថែបរាងអក្សរ H ដែលនៅពេលដំណើរការម៉ាស៊ីនស្ទូចអាចបង្កជាឧប្បទ្វរហេតុធ្ងន់ធ្ងរ ដូចនេះទោះជាក្នុងស្ថានភាពមិនមានបន្ទុកក៏ដោយ ក៏ចាំបាច់ត្រូវផ្លាស់ទីដង្ហៀបដែលល្អនឹងទំពក់របស់ម៉ាស៊ីនស្ទូចដោយប្រុងប្រយ័ត្នគ្រប់គ្រាន់។

ចំណុចសំខាន់៖ ទោះជាការងារជំនួយការដែលមិនត្រូវការលិខិតបញ្ជាក់ក៏ដោយ ក៏ចាំបាច់ត្រូវឆ្លងកាត់វគ្គអប់រំពិសេសដើម្បីយល់ដឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានឡើងនៅពេលធ្វើការងារ មុនពេលចូលបំពេញការងារ។

Q7 ដោយសារនៅពេលកំពុងធ្វើការងារកែច្នៃបន្ទះដែក ខ្ញុំបានធ្វើអោយរបួសខ្លួនឯងដោយធ្វេសប្រហែស ខ្ញុំត្រូវបានបញ្ឈប់មិនអោយធ្វើការងារសង្កត់ពុម្ព។ តើហេតុអ្វី?

A7 ក្នុងករណីត្រូវធ្វើការងារដែលមានគ្រោះថ្នាក់ អ្នកចាំបាច់ត្រូវទទួលបានការអប់រំអោយបានគ្រប់គ្រាន់ទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសិក្សាអំពីគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានឡើង រចនាសម្ព័ន្ធ របៀបប្រើប្រាស់ដែលធានាសុវត្ថិភាព របស់ម៉ាស៊ីនដែលអ្នកត្រូវប្រើប្រាស់ជាមុនសិន មុននឹងអាចចូលធ្វើការងារនោះបាន។

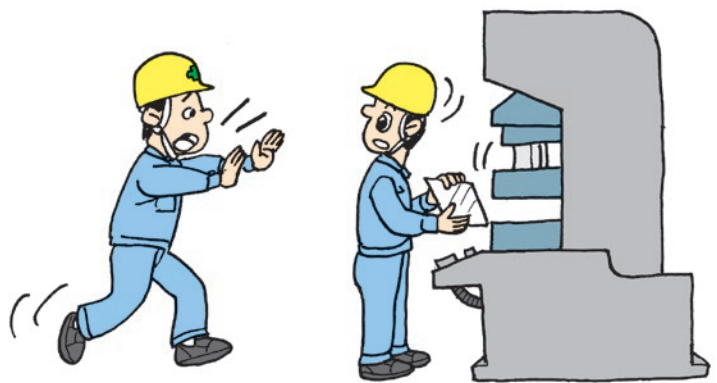
ម៉្យាងទៀត អាស្រ័យទៅតាមប្រភេទបច្ចេកទេសដែលអ្នកត្រូវសិក្សា ការងារដែលអ្នកអាចធ្វើបានគឺមានកំណត់ច្បាស់លាស់។ បច្ចេកទេសដែលអ្នកកំពុងមកធ្វើកម្មសិក្សានេះបច្ចុប្បន្នគឺជាប្រភេទការងារផ្សារលោហៈ ដូច្នេះអ្នកមិនអាចចូលធ្វើការងារសង្កត់ពុម្ពបានទេ។

ការងារដែលអ្នកហាត់ការបច្ចេកទេសផ្នែកផ្សារលោហៈមិនអាចធ្វើបាន

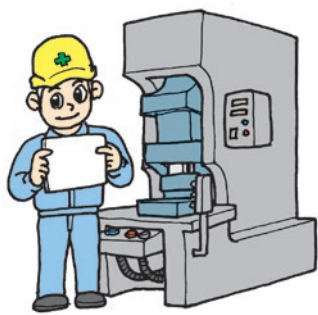
ទោះជាក្រុមហ៊ុនរស់យ៉ាងណាក៏ដោយ មិនមែនមានន័យថាអ្នកអាចចូលធ្វើការងារណាក៏បាននោះទេ។

អ្នកហាត់ការបច្ចេកទេសមិនអាចធ្វើការងារណាដែលមិនបានគ្រោងនៅក្នុងគម្រោងកម្មសិក្សាបច្ចេកទេសនោះទេ។

* ប្រសិនបើអ្នកធ្វើការងារដែលមិនមាននៅក្នុងគម្រោងកម្មសិក្សាបច្ចេកទេស លទ្ធភាពដែលអ្នកនឹងជួបគ្រោះថ្នាក់ដែលមិនអាចស្តារវិញបានគឺនឹងកើនឡើងខ្ពស់។ មានករណី ច្រើនគួរសមដែលអ្នកហាត់ការមួយចំនួនត្រូវបោះបង់កម្មសិក្សាផ្នែកផ្សារលោហៈពាក់កណ្តាលទី ហើយត្រូវត្រលប់ទៅប្រទេសកំណើតវិញដោយសារតែគ្រោះថ្នាក់ទាំងនោះ។



- ឧទាហរណ៍ខ្លះៗនៃការងារដែលតាមគោលការណ៍គឺអ្នកហាត់ការផ្នែកផ្សារលោហៈមិនអាចធ្វើបាន
- ការងារត្រៀមមុនផ្សារលោហៈ គឺមានការងារប្រើម៉ាស៊ីនសង្កត់ពុម្ពដើម្បីកែច្នៃគ្រឿងបង្កើនសម្រាប់ប្រើនៅពេលផ្សារលោហៈ
 - ការងារក្រោយផ្សារលោហៈ គឺមានការងារស្រោបថ្នាំលើគ្រឿងបង្កើនដែលផ្សាររួចរាល់ដោយប្រើឧបករណ៍បាញ់ថ្នាំ (លើកលែងករណីការពារច្រែះ)



សង្កត់ពុម្ព



ស្រោបថ្នាំ

Q8 ការសម្អាតម៉ាស៊ីនត្រូវតែធ្វើនៅពេលម៉ាស៊ីនកំពុងដំណើរការទើបមានប្រសិទ្ធិភាពល្អ តើហេតុអ្វីត្រូវបញ្ឈប់ម៉ាស៊ីនជាមុនសិនទើបធ្វើការសម្អាតតាមក្រោយ?

A 8 គ្រោះថ្នាក់បណ្តាលមកពីម៉ាស៊ីនមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរខ្លាំងណាស់ គឺនៅពេលដែលធ្វើការសម្អាតក្នុងពេលម៉ាស៊ីនកំពុងដំណើរការ អាចមានការរមួលដៃចូលជាដើម ទោះជាមិនគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតក៏ដោយ ក៏នឹងអាចធ្វើអោយពិការធ្ងន់ធ្ងរ ដូច្នោះហើយ ប្រទេសជប៉ុនបានចែងច្បាប់ថាត្រូវបញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីនជាមុនសិន មុននឹងធ្វើការសម្អាតម៉ាស៊ីន។

- នៅពេលធ្វើការសម្អាតម៉ាស៊ីន ថែមប្រេង ត្រួតពិនិត្យ ជួសជុល សម្រួលម៉ាស៊ីនជាដើម សូមអ្នកបញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីន រួចចាំដល់ម៉ាស៊ីនឈប់ស្ងៀមត្រឹមត្រូវហើយ ទើបចាប់ផ្តើមធ្វើការងារទាំងនោះ។

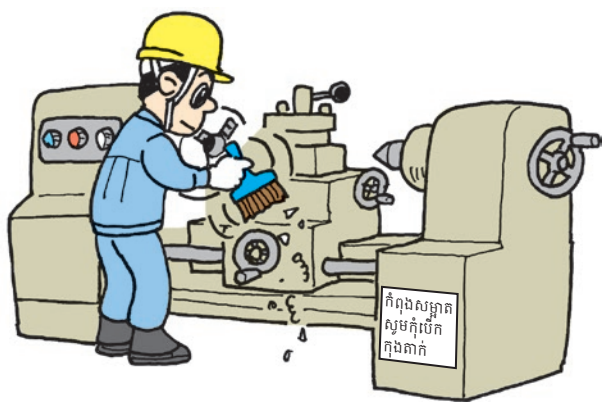
- នៅពេលអ្នកបញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីនរួចរាល់ហើយ សូមអ្នកខ្ចាស់សោរនៅត្រង់ឧបករណ៍បញ្ជា ហើយដាក់ផ្លាកបង្ហាញជាដើមដើម្បីហាមកុំអោយអ្នកដទៃបើកដំណើរការម៉ាស៊ីន។

- នៅពេលធ្វើការងារដែលប្រើម៉ាស៊ីនក្រឡឹង ម៉ាស៊ីនកាត់ ម៉ាស៊ីនចោះជាដើម មិនត្រូវពាក់ស្រោមដៃនោះទេ ព្រោះអាចរមួលចូលទៅក្នុងមុខកាំបិតដែលកំពុងវិលឬកំពុងចេញកាត់ឈូស ធ្វើអោយមានគ្រោះថ្នាក់បង្កជាប្លែកធ្ងន់ធ្ងរ។

- ដើម្បីការពារពេលមានអាសន្នកើតឡើង ត្រូវអនុវត្តទុកជាមុននូវរបៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍បញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីនពេលមានអាសន្នទុកជាមុន។

មិនត្រូវគិតដូចខាងក្រោមជាដាច់ខាត !!!

- បើបញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីនទៅ ធ្វើអោយប្រសិទ្ធិភាពផលិតកម្មធ្លាក់ចុះ។
- វាមិនអីទេព្រោះជាការងារដែលតែងតែធ្វើរាល់ថ្ងៃទៅហើយ។
- បញ្ឈប់ម៉ាស៊ីនម្តងៗពិបាកណាស់។
- ចង់ឆាប់បញ្ចប់ការងារអោយបានលឿន។ អោយតែប្រយ័ត្នបន្តិចទៅ វាមិនអីទេ។



Q9 នៅពេលខ្ញុំកំពុងរើសសម្ភារៈដែលជ្រុះនៅលើដី ស្រាប់តែប៉ះនឹងម៉ាស៊ីនលើកដាក់ឥវ៉ាន់ដែលនៅពីក្រោយហើយក៏រឺបួស។ តើខ្ញុំគួរតែបានប្រុងប្រយ័ត្នដូចម្តេចនៅពេលនោះ?

A9 . ម៉ាស៊ីនលើកដាក់ឥវ៉ាន់គឺជាម៉ាស៊ីនដែលយើងតែងតែប្រទះឃើញ ប៉ុន្តែម៉ាស៊ីននេះមានកម្លាំងខ្លាំងណាស់។ ជាទូទៅគឺអ្នកមិនត្រូវចូលទៅក្នុងបរិវេណដែលអាចប៉ះទង្គិចគ្នានោះទេ។ ក្នុងករណីដែលត្រូវតែចូលក្នុងបរិវេណនោះដោយខានពុំបាន គឺត្រូវតែមានអ្នកចាំស្រែកបញ្ជាម៉ាស៊ីនលើកដាក់ឥវ៉ាន់ ដើម្បីគ្រប់គ្រងសុវត្ថិភាពកុំអោយកើតមានកន្លែងដែលអ្នកបញ្ជាម៉ាស៊ីនមើលមិនដល់។



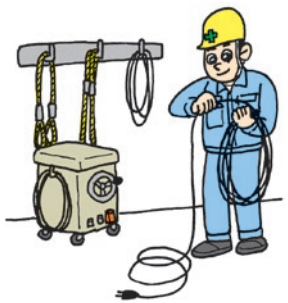
- ① មូលដ្ឋានគ្រឹះដើម្បីសុវត្ថិភាពគឺ ភាពរៀបរយមានសណ្តាប់ធ្នាប់។ បើមានការបែងចែកដាច់ដោយឡែករវាងផ្លូវដើរសុវត្ថិភាពនិងផ្លូវរត់របស់ម៉ាស៊ីនលើកដាក់ឥវ៉ាន់ គឺពិតជាមិនមានការប៉ះទង្គិចគ្នានោះឡើយ។ មិនត្រូវដាក់ឥវ៉ាន់នៅតាមផ្លូវដើរសុវត្ថិភាពនោះទេ។ ហើយក៏មិនត្រូវដាក់ឥវ៉ាន់ដែលខាន នៅតាមផ្លូវរត់របស់ម៉ាស៊ីននោះឡើយ ដើម្បីការពារកុំអោយមានឧប្បទ្វរហេតុផ្សេងៗ។
 - ② មានចំណុចខ្លះដែលមិនអាចមើលឃើញពីកន្លែងបញ្ជាម៉ាស៊ីនលើកដាក់ឥវ៉ាន់។ នៅពេលរត់ទៅមុខ ឥវ៉ាន់ដែលនៅពីមុនអាចបាំងផ្លូវធ្វើអោយមើលមិនឃើញ ហើយនៅពេលថយក្រោយអាចមានកន្លែងខ្លះដែលមិនអាចមើលឃើញដល់។ មិនត្រូវបើកម៉ាស៊ីនតាមផ្លូវកាត់ប្លង់កាត់ទទឹងជាដាច់ខាត។
- វាគ្រោះថ្នាក់ណាស់នៅពេលអ្នកបញ្ជាម៉ាស៊ីនមិនបានគិតទុកមុន ហើយអ្នកកំពុងស្ថិតនៅត្រង់ចំណុចដែលអ្នកបញ្ជាម៉ាស៊ីនមិនអាចមើលឃើញបាន។

Q10 តើអ្វីទៅជាសកម្មភាព សប៊ី? ហេតុអ្វីត្រូវធ្វើវាជារៀងរាល់ថ្ងៃ?

A10 សកម្មភាព សប៊ី គឺជាសកម្មភាពដើម្បីធានាសុវត្ថិភាព រួមមាន រៀបរយ មានសណ្តាប់ធ្នាប់ ស្អាតបាត។

- Seiri** សេរី មានន័យថា រៀបរយ
 - Seiton** សេតុង មានន័យថា មានសណ្តាប់ធ្នាប់
 - Seisou** សេសូ មានន័យថា ស្អាតបាត
- ដោយសារតែពាក្យខាងដើមសរសេរផ្ដើមដោយអក្សរ "ស" ទើបយើងអោយឈ្មោះថា សប៊ី ។.

ការអនុវត្តវាជារៀងរាល់ថ្ងៃគឺសំខាន់ណាស់ ដើម្បីបង្កើតបានជាកន្លែងធ្វើការមួយដែលទាំងអស់គ្នាងាយស្រួលក្នុងការធ្វើការងារ ព្រមទាំងអាចមើលឃើញច្បាស់នូវចំណុចដែលអាចបង្កជាគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ។



Seiri (សេរី = រៀបរយ)

ធ្វើការត្រួតពិនិត្យសុវត្ថិភាពលើឧបករណ៍ប្រើដៃ ហើយជួសជុលឧបករណ៍ដែលនៅអាចប្រើបានអោយងាយស្រួលប្រើ និងបោះចោលឧបករណ៍ដែលមិនអាចប្រើបាន។



Seiton (សេតុង = មានសណ្តាប់ធ្នាប់)

ទុកដាក់របស់របរនៅកន្លែងដែលបានកំណត់រួចអោយបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីងាយស្រួលនៅពេលប្រើប្រាស់។

Seisou (សេសូ = ស្អាតបាត)

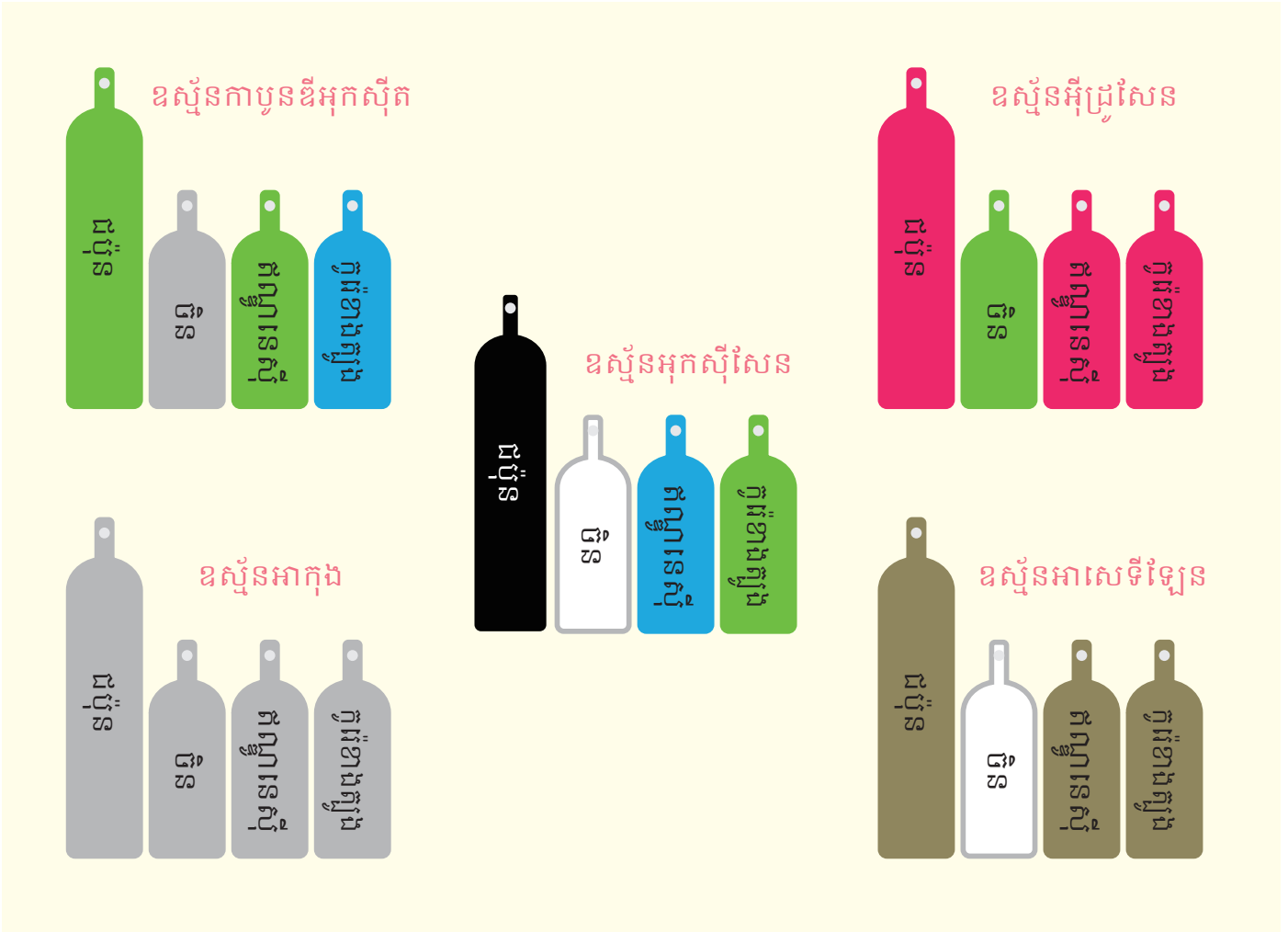
បើផ្លូវដើរឬនៅលើដីមានរបៀបរៀបរយស្អាតបាតពិតជាមិនមានការអិលដួលឬដំបំផ្លាញកើតឡើងនោះទេ។

4



យល់ដឹងអំពីការងារផ្សារលោហៈនៅ ប្រទេសជប៉ុន



(1) ពណ៌របស់បំពង់ឧស្ម័ន ៖ ខុសគ្នាពីប្រទេសមួយទៅប្រទេសមួយ។ ចូរអ្នកពិនិត្យនិងចងចាំពណ៌ដែលប្រើនៅប្រទេសជប៉ុន។



(2) តង់ស្យុងភ្លើងអគ្គិសនីនៅប្រទេសជប៉ុននិងនៅអាស៊ីសូមប្រយ័ត្ននៅពេលប្រើប្រាស់ ពីព្រោះគ្រែកង់ឬតង់ស្យុងមានលក្ខណៈខុសគ្នាទៅតាមប្រទេសនីមួយៗ។

<p>① តង់ស្យុងដែលប្រើប្រាស់នៅតាមផ្ទះ</p> 	<p>② តង់ស្យុងដែលប្រើប្រាស់នៅតាមឧស្សាហកម្ម</p> 
<p>ជប៉ុន ជាសេរី ១០០វ៉ុល</p> <p>ចិន រៀតណាម ឥណ្ឌូនេស៊ី ហ្វីលីពីន ថៃ កូរ៉េខាងត្បូង</p> <p>} ជាសេរី ២២០វ៉ុល</p>	<p>ជប៉ុន ជាបីខ្ទង់ ២០០វ៉ុល</p> <p>ចិន រៀតណាម ឥណ្ឌូនេស៊ី ហ្វីលីពីន ថៃ កូរ៉េខាងត្បូង</p> <p>} ជាបីខ្ទង់ ៣៨០វ៉ុល</p> <p>} ជាបីខ្ទង់ ២០០/២២០/៣៨០វ៉ុល</p>

5

បួនចំណុចដើម្បីចៀសវាងបាននូវគ្រោះថ្នាក់



ជាចុងក្រោយ យើងនឹងសង្ខេបចំណុចទាំង៤ដែលយើងសុំអោយអ្នកហាត់ការទាំងអស់គ្នាអនុវត្តដើម្បីចៀសវាងគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ។

1 ការយល់អោយបានច្បាស់នូវព័ត៌មានផ្សេងៗដែលចាំបាច់ក្នុងការធ្វើការងារ

ត្រង់ចំណុចនេះ ប្រសិនបើមិនយល់អំពីភាពអត្តន័យខុសគ្នាតិចតួចនៅក្នុងភាសាជប៉ុនគួរសមនោះទេ គឺអាចធ្វើអោយមានការលំបាក។
វិធីបង្កើនភាសាជប៉ុនអោយបានលឿនបំផុតគឺការប្រើប្រាស់វានៅក្នុងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ដូច្នោះ ដំបូងគួរចាប់ផ្តើមពីការនិយាយគួរសមគ្នាដោយប្រើភាសាជប៉ុន។

2 នៅពេលជួសជុលម៉ាស៊ីនឬសម្ភារៈសម្រាប់ដែលជាប់ចេញពីម៉ាស៊ីន គឺត្រូវបញ្ឈប់ដំណើរការម៉ាស៊ីនជាមុនសិនមុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើ។

ទោះជាចុចកុងតាក់បញ្ឈប់ហើយក៏ដោយក៏ម៉ាស៊ីនមិនទាន់ឈប់ស្ងៀមភ្លាមៗនោះទេ។
ត្រូវចាំដល់ម៉ាស៊ីនឈប់ស្ងៀមត្រឹមត្រូវសិន ទើបធ្វើការប៉ះពាល់ម៉ាស៊ីន ។
នៅពេលធ្វើការងារដែលត្រូវបញ្ឈប់ម៉ាស៊ីនបណ្តោះអាសន្ន ចាំបាច់ត្រូវដាក់ផ្លាកសរសេរថា “ម៉ាស៊ីនផ្អាកដំណើរការ មិនត្រូវប៉ះពាល់កុងតាក់ដាច់ខាត!” ជាដើម។

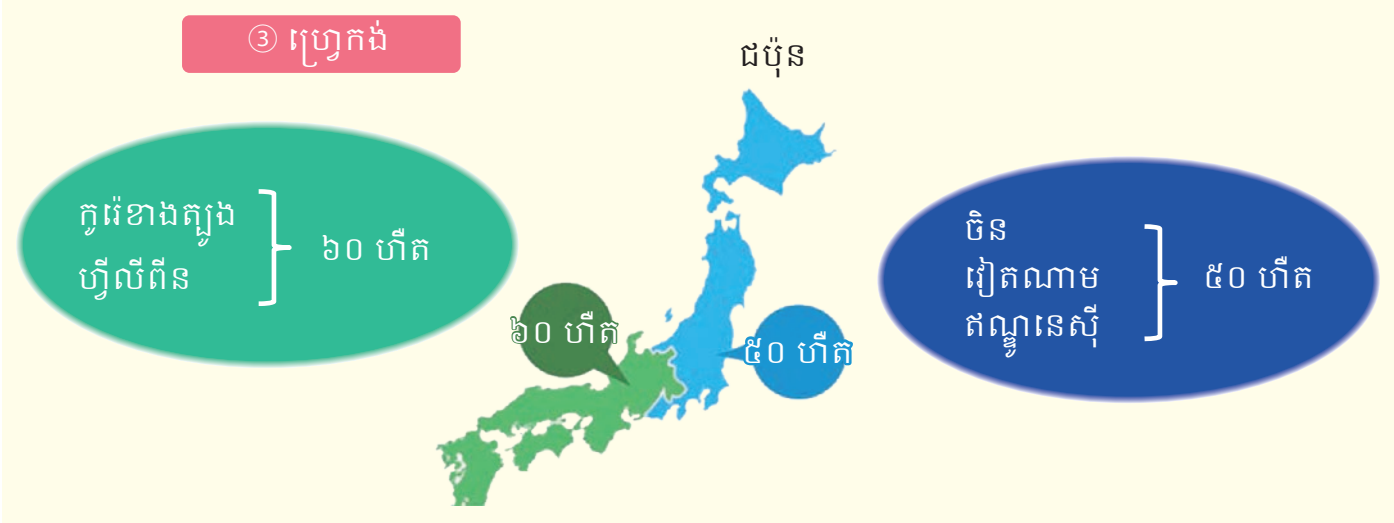
3 រក្សាទម្លាប់ពិចារណាដោយខ្លួនឯងថា តើនេះអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដែរឬក៏អត់

មុនពេលប៉ះពាល់អ្វីមួយ ដំបូងត្រូវគិតសិន សឹមចាប់ផ្តើមធ្វើជាក្រោយ គឺចំណុចនេះសំខាន់ណាស់ ពីព្រោះនៅជុំវិញខ្លួនពោរពេញទៅដោយគ្រោះថ្នាក់។
ការសម្រេចចិត្តផ្សេងៗដោយខ្លួនឯង ដោយខិតខំស្វែងរកព័ត៌មានថ្មីៗជានិច្ច គឺមានសារៈសំខាន់ជាខ្លាំង។

4 សប្បាយរីករាយនឹងការលេងកីឡា

ទោះជាយើងឧស្សាហកម្មច្រើននៅពេលធ្វើការងារជាប្រចាំថ្ងៃក៏ដោយ ក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះក៏មានស្រួលកើតឡើងក្នុងអារម្មណ៍ផងដែរ។
ជីវិតមនុស្សមិនមែនសម្រាប់តែការងារនោះទេ គឺចាំបាច់ត្រូវរកច្រើនដោយសប្បាយរីករាយអស់ពីចិត្តផងដែរ។
ចូរអ្នកលេងកីឡាអោយបានសប្បាយរីករាយជាមួយមិត្តភក្តិ។

យើងសង្ឃឹមថា អ្នកទាំងអស់គ្នានឹងផ្តួចផ្តើមអនុវត្តនូវចំណុចទាំង៤នេះ ព្រមទាំងរៀនបាននូវសមត្ថភាពបច្ចេកទេស ដើម្បីអាចត្រលប់ទៅប្រទេសកំណើតវិញប្រកបដោយសុខភាពល្អនិងអាចចូលរួមក្នុងសកម្មភាពសង្គមផ្សេងៗ។



6

សេចក្តីពន្យល់អំពីចំណុចក្នុងតារាងត្រួតពិនិត្យ



វ៉ែនតាការពារ

1	វ៉ែនតាការពារ គឺប្រើសម្រាប់ការពារភ្នែកពីពន្លឺភ្លើងខ្លាំងឬពន្លឺប៉ះពាល់ភ្នែកនៅពេលធ្វើការងារផ្សារឬកាត់ ពីកំទេចភាគល្អិតដែលជាសារធាតុភ្លាចដល់ភ្នែក ពីកំទេចកាត់ឈូសដែលខ្លាតឬអណ្តែត និងពីតំណក់នៃវត្ថុរាវតូចៗដែលបាញ់ខ្លាត ជាដើម។
2	មានវ៉ែនតាការពារភ្នែកជាច្រើនប្រភេទ ដែលមានតួនាទីការពារខុសៗគ្នា រួមមានការពារវត្ថុឬកំទេចភាគល្អិតដែលខ្លាតមក កំទេចភាគល្អិតដែលអណ្តែត តំណក់នៃវត្ថុរាវតូចៗជាដើម។ ដូច្នេះ អ្នកត្រូវប្រើប្រាស់វ៉ែនតាការពារអោយត្រូវទៅតាមប្រភេទការងារ។
3	ដើម្បីការពារភ្នែកពីពន្លឺប៉ះពាល់ផ្សេងៗដែលចេញពីការស្នើផ្សារ ឬចេញពីការកាត់ដោយប្រើកំដៅជាដើម អ្នកត្រូវជ្រើសរើសឧបករណ៍ការពារពន្លឺដែលត្រូវនឹងបរិស្ថាននៅកន្លែងធ្វើការងារ។ ឧបករណ៍ការពារពន្លឺរួមមាន “វ៉ែនតាការពារ” និង “របាំងមុខការពារ” ។
4	កម្រិតប៉ះពាល់របស់ពន្លឺអាចមានភាពខុសគ្នាទៅតាមប្រភេទនៃការងារដូចជាការងារផ្សារឬការងារកាត់ដោយប្រើកំដៅ និងទៅតាមលក្ខខណ្ឌនៃការប្រើប្រាស់។ ដូច្នេះនៅពេលអ្នកប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ការពារ អ្នកត្រូវជ្រើសរើសលេខការពារពន្លឺរបស់កញ្ចក់វ៉ែនតាការពារឬបន្ទះនៃរបាំងការពារអោយសមស្របទៅនឹងបរិស្ថានការងារ។
5	ជ្រើសរើសវ៉ែនតាដែលត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នក។
6	ស្ទើរតែគ្រប់គ្រោះថ្នាក់ទាក់ទងនឹងភ្នែកទាំងអស់ គឺកើតឡើងដោយសារវត្ថុចម្លែកជ្រៀតចូលតាមចន្លោះនៅសងខាង។ ដូច្នេះ អ្នកគួរប្រើប្រាស់វ៉ែនតាការពារដែលមានរបាំងនៅសងខាង។
7	មិនត្រឹមតែភាគល្អិតដូចជាលោហៈទេដែលអាចខ្លាតមក ក្រៅពីនោះមានជាតិគីមីដូចជាថ្នាំលាបដែលបាញ់ចេញមកកាំរស្មីប៉ះពាល់ដែលកើតឡើងនៅពេលធ្វើការងារផ្សារ (កាំរស្មីអ៊ុលត្រាវីយូឡេ កាំរស្មីអាំងហ្វ្រា) សុទ្ធសឹងតែអាចជ្រៀតចូលតាមចន្លោះសងខាងនិងបង្កជាគ្រោះថ្នាក់បាន។
8	បើកញ្ចក់វ៉ែនតាមិនល្អ វាអាចបែកឬមានស្នាម គឺធ្វើអោយភ្នែកឈឺទៅវិញ។
9	ចាំបាច់ត្រូវពាក់វ៉ែនតាខ្ពស់ឬវ៉ែនតាគ្របពីលើវ៉ែនតាដែលអ្នកពាក់ជាប្រចាំ ។
10	① ត្រួតពិនិត្យថាតើមានស្នាមប្រលាក់ ស្នាមប្រេះ បែក ឬខូចទ្រង់ទ្រាយដែរឬទេ ប្រសិនបើមាន ត្រូវផ្លាស់ប្តូរចេញ។ ② ប្រសិនបើលុងឬរង្វើ ត្រូវរឹតខ្លោយសមល្មម ដើម្បីអោយវ៉ែនតានៅជាប់នឹងល្អ។
11	ប្រសិនបើអ្នកប្រើវ៉ែនតារួមជាមួយអ្នកដទៃ វ៉ែនតាអាចនឹងខុសទ្រង់ទ្រាយ ហើយអ្នកនឹងមានអារម្មណ៍មិនស្រួលនៅពេលប្រើប្រាស់ ដែលនេះអាចជាមូលហេតុបង្កអោយមានគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗកើតឡើង។
12	ក្រោយពេលប្រើ ត្រូវធ្វើការលាង និងសម្អាតចូលឬស្នាមប្រឡាក់ចេញ ដោយអនុវត្តទៅតាមសៀវភៅណែនាំការប្រើប្រាស់។
13	① នៅពេលអ្នកទុកដាក់វ៉ែនតាការពារ មិនត្រូវផ្តាច់កញ្ចក់វ៉ែនតាឬផ្នែកកញ្ចក់ឆ្លុះមកខាងក្រោមនោះទេ ព្រោះវាធ្វើអោយប្រលាក់ឬឆ្លុះ។ ② ត្រូវរក្សាទុកវ៉ែនតាការពារក្នុងថង់ដែលទន់ឬក្នុងប្រអប់ ដើម្បីកុំអោយកញ្ចក់វ៉ែនតាឬផ្នែកកញ្ចក់ឆ្លុះប៉ះត្រូវនឹងរបស់ផ្សេងទៀតដោយផ្ទាល់។
14	បើមានស្នាមប្រឡាក់ដែលលាងមិនជ្រះ ស្នាមឆ្លុះ ស្នាមប្រេះបែក ឬខូចទ្រង់ទ្រាយ ត្រូវប្តូរចេញនិងប្រើវ៉ែនតាថ្មីវិញ។

ម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិត

1	ប្រសិនបើអ្នកមិនស្គាល់ប្រភេទនៃកំទេចភាគល្អិតទេនោះ អ្នកនឹងមិនអាចជ្រើសរើសម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតបានសមស្របបានឡើយ។
2	បើមានតំណក់ប្រេង ហើយអ្នកបែរជាប្រើម៉ាសដែលគេប្រើពេលស្ងួត នោះមិនអាចការពារទប់ទប់បានល្អគ្រប់គ្រាន់នោះទេ។ គឺអ្នកត្រូវជ្រើសរើសយកម៉ាសដែលគេប្រើសម្រាប់តំណក់ប្រេង។
3	ជ្រើសរើសម៉ាសការពារសារធាតុពុលដែលមានភ្ជាប់មុខងារការពារកំទេចភាគល្អិតដោយប្រើបំពង់ស្រូប។
4	ចាំបាច់ត្រូវដឹងថាម៉ាសណាដែលត្រូវនឹងប្រភេទការងារណា។
5	នៅពេលធ្វើការងារដែលទាក់ទងនឹងកំទេចភាគល្អិតដែលមានផលប៉ះពាល់ខ្លាំង ត្រូវប្រើម៉ាសការពារកំទេចភាគល្អិតប្រភេទផ្លាស់ប្តូរបាន។
6	ចំណុចសំខាន់គឺប្រើម៉ាសអោយត្រូវនឹងទម្រង់មុខ ពីព្រោះបើម៉ាសមិនអាចជាប់បានជិតល្អនៅនឹងមុខទេនោះ អ្នកអាចប្រឈមមុននឹងការស្រូបកំទេចភាគល្អិត។ ដូច្នោះ អ្នកត្រូវធ្វើតេស្តម៉ាសដើម្បីអោយដឹងថាត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬក៏អត់។
7	សព្វថ្ងៃ មានម៉ាសដែលមានឧបករណ៍ពិនិត្យអោយដឹងថាម៉ាសត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេស្ថិតនៅខាងក្នុងម៉ាសតែម្តង។ អ្នកអាចប្រើម៉ាសប្រភេទនេះ ធ្វើដូច្នោះ រាល់ពេលគឺអ្នកអាចដឹងដោយងាយស្រួលថាតើម៉ាសត្រូវល្អមដែរឬទេ។
8	ប្រសិនបើអ្នកអាចដកដង្ហើមបានឆ្ងុះនោះ មានន័យថានៅសល់ចន្លោះនៅត្រង់កន្លែងណាមួយហើយ។ ភាគច្រើនគឺអ្នកអាចទាញផ្ទៃម៉ាសចុះឡើង ឬក៏ សម្រួលខ្សែវីត ដើម្បីអោយម៉ាសស្ថិតនៅជាប់ល្អត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នក
9	យើងអាចដឹងថាគួរផ្លាស់ប្តូរតម្រងនៅពេលណាដោយមើលទៅលើពណ៌របស់តម្រង។
10	មិនត្រូវពាក់នៅនឹងត្រចៀកដូចម៉ាសធ្វើពីក្រណាត់ស្បែនោះទេ។ គឺត្រូវពាក់ដល់ផ្នែកក្រោយនៃក្បាលតែម្តង។
11	ទោះជាពាក់ម៉ាស ក៏អាចដកដង្ហើមបានស្រួល ដូច្នោះ វាងាយស្រួលក្នុងការប្រើប្រាស់ ។
12	មិនត្រូវគ្រប់គ្រងតែម្នាក់ឯងនោះទេ គឺចាំបាច់ត្រូវមានការពិនិត្យពីអ្នកទទួលខុសត្រូវខាងគ្រប់គ្រងអោយបានត្រឹមត្រូវ។

ប្រភេទម៉ាសដែលមានឧបករណ៍ពិនិត្យដឹងថាត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេស្ថិតនៅខាងក្នុង

ប្រសិនបើអ្នកមានម៉ាសដែលមានឧបករណ៍ពិនិត្យដឹងថាត្រូវនឹងទម្រង់មុខរបស់អ្នកដែរឬទេស្ថិតនៅខាងក្នុងម៉ាសតែម្តង អ្នកនឹងអាចធ្វើតេស្តដឹងដោយងាយស្រួលក្រោយពេលពាក់ម៉ាស។ នេះគឺជាវិធីដែលមានប្រសិទ្ធភាពដើម្បីបង្កើតទម្លាប់ពិនិត្យដឹងថាម៉ាសគ្របលើផ្ទៃមុខរបស់អ្នកបានពេញលេញគ្មានចន្លោះ។



ពាក់ខ្សែម៉ាសជុំវិញផ្នែកខាងក្រោយនៃក្បាលដោយផ្ទាល់។



ពាក់ខ្សែម៉ាសនៅនឹងត្រចៀកឬនៅលើមួកការពារ។

JITCO