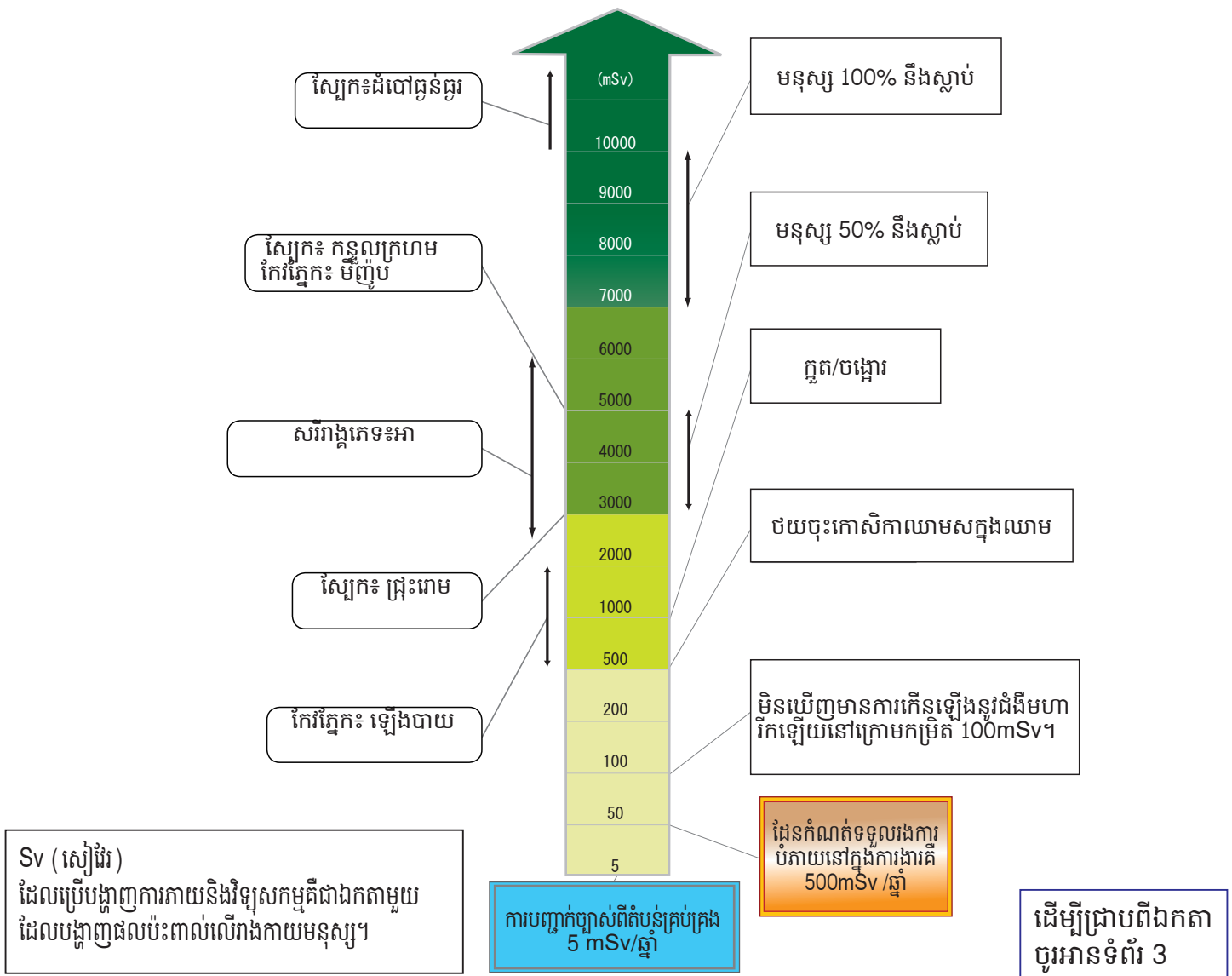


វិធានការបង្ការការបំភាយអ៊ីយ៉ុង

ចំណុចសំខាន់សម្រាប់សុវត្ថិភាពនិងសុខភាព

(1) ផលប៉ះពាល់នៃការបំភាយអ៊ីយ៉ុងលើអេកូឡូស៊ី 1


មិនមានទិន្នន័យច្បាស់លាស់ខាងវេជ្ជសាស្ត្រអំពីការកើតជំងឺនៅពេលទទួលបានកម្រិតដូសនៃការបំភាយអ៊ីយ៉ុងក្នុងបរិមាណតិចតួច (តិចជាង 100 mSv)។ ហើយការសិក្សារយៈពេលវែងមួយបានបង្ហាញថាមិនមានកើនឡើងនូវជំងឺមហារីកក្នុងខ្លួនមនុស្សដែលទទួលបានកម្រិតបំភាយអ៊ីយ៉ុងតិចជាង 100 mSv ឡើយ។




(2) ផលប៉ះពាល់នៃការបំភាយអ៊ីយ៉ុងលើអេកូឡូស៊ី 2

ការបំភាយក្នុងធម្មជាតិ
(ជប៉ុន)


ពីលំហអាកាស
0.3mSv






ពីតួក្បូរទៅញូវយ៉ក
ការធ្វើដំណើរតាមអាកាស
(ដំណើរទឹមក)

**0.11~
0.16mSv**



ពីម្ហូបអាហារ
0.99mSv




Radon
ក្នុងខ្យល់
0.48mSv

ពីដី
0.33mSv


បរិមាណបំភាយក្នុងធម្មជាតិ/ឆ្នាំ (ជប៉ុន) 2.1mSv
បរិមាណបំភាយក្នុងធម្មជាតិ/ឆ្នាំ (ពិភពលោក) 2.4mSv

ការបំភាយដោយមនុស្ស



ការពិនិត្យ CT ដើមទ្រូង
(1 លើក)

**2.4~
12.9mSv**



ការពិនិត្យអ៊ីក្សូរ៉េដើមទ្រូង
(1 លើក)

**0.06
mSv**

ប្រភព៖ ព័ត៌មានមូលដ្ឋានស្តីពីហានិភ័យនៃការបំភាយ គ្រោងទំព័រទីភ្នាក់ងារស្ថាបនាឡើងវិញ គណៈកម្មការវិទ្យាសាស្ត្រអង្គការសហប្រជាជាតិស្តីពីឥទ្ធិពលនៃការបំភាយអាក្រក់ (UNSCEAR) របាយការណ៍ឆ្នាំ 2008 សមាគមស្រាវជ្រាវសុវត្ថិភាពនុយក្លេអ៊ែរ ការបំភាយក្នុងបរិស្ថានជីវិត, 2011 ICRP 203, និងផ្សេងទៀត

ឧស្សាហកម្មរ៉ឺឺងទុក

(ឧទាហរណ៍)

- ការពិនិត្យមិនមានលក្ខណៈបំផ្លាញ
- ឧស្សាហកម្មទូទៅ

កម្រិតមានប្រសិទ្ធភាពតាមឧស្សាហកម្ម

(ឯកសារយោង៖ មធ្យមភាគ 2018)

- ការពិនិត្យដែលមិនមានលក្ខណៈបំផ្លាញ៖ 0.40 mSv / ឆ្នាំ
- ឧស្សាហកម្មទូទៅ៖ 0.06 mSv / ឆ្នាំ

ប្រភព៖ តារាងបែងចែកដួសដែលមានប្រសិទ្ធភាពតាមឧស្សាហកម្ម (សរុប 4 ក្រុមហ៊ុន) (ដោយផ្អែកលើវិបសែប៊ីនៃសមាគមនវាស់ការស្នើអ៊ីក្សូនីយ៍)

(3) ចំណេះដឹងពីរបៀបចាត់ចែងកម្រិតទទួលរង

○ ឯកតាប្រើសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងកម្រិតទទួលរង
cpm (រាប់ក្នុង១នាទី) ៖

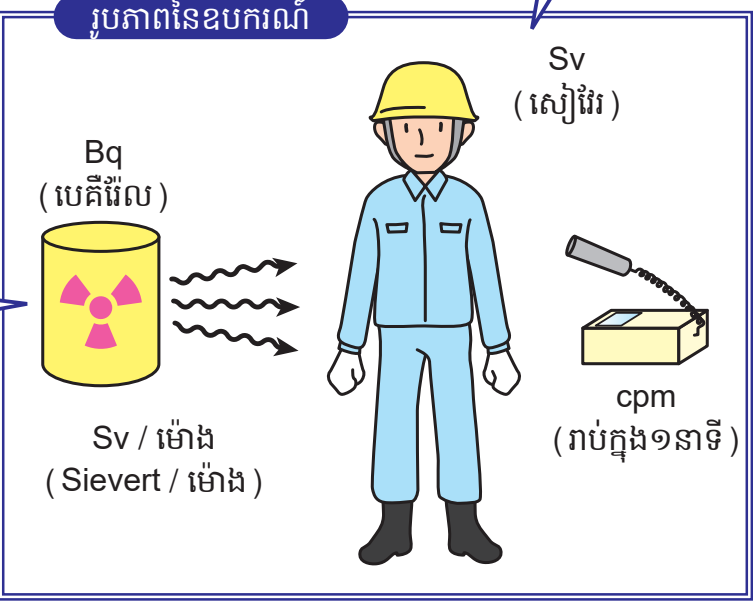
ឯកតាដែលតំណាងបរិមាណការបំភាយវាស់ក្នុងមួយនាទីដោយម៉ែត្រ
វាស់ការបំភាយ ។

Bq (បេគីវ៉ែល) ៖

ឯកតាដែលតំណាងឲ្យបរិមាណនុយក្លេអាតូមដែលផ្តាច់ក្នុងមួយ
វិនាទី ។

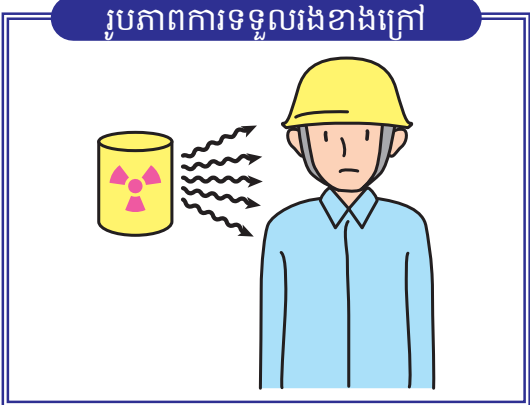
Sv (សៀវ៉ែរ) ៖

ឯកតាដែលប្រើដើម្បីវាយតម្លៃគ្រោះថ្នាក់នៃ
ផលប៉ះពាល់ហ្វូនដែលវ៉ិក្ត័រដូចជាជំងឺមហារីកជាដើម
នៅពេលមនុស្សម្នាក់ទទួលរង (ឯកតាបំលែង
ដើម្បីគេអាចវាយតម្លៃប្រភេទបំភាយនិងផលប៉ះពាល់
លើជាលិកា/សរីរាង្គនីមួយៗ
ទូទាំង រាងកាយ) ។

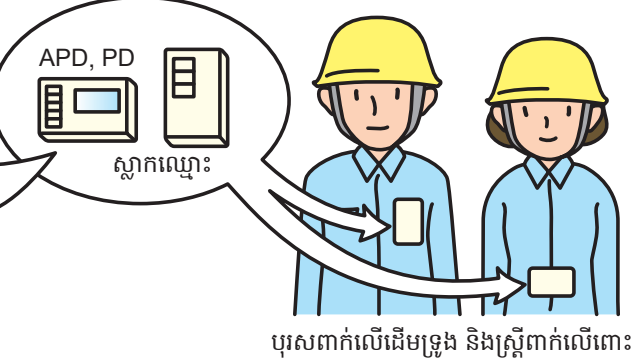


(4) រង្វាស់កម្រិតទទួលរងផលប៉ះពាល់ខាងក្រៅ

ខណៈពេលចូលទៅក្នុងតំបន់គ្រប់គ្រង (ខណៈធ្វើការងារទាក់ទងនឹងការសម្អាតជាតិពុល។ល។) ចូរភ្ជាប់ឧបករណ៍វាស់ការបំភាយដើម្បីតាមដានផ្នែកនៃរាងកាយ។

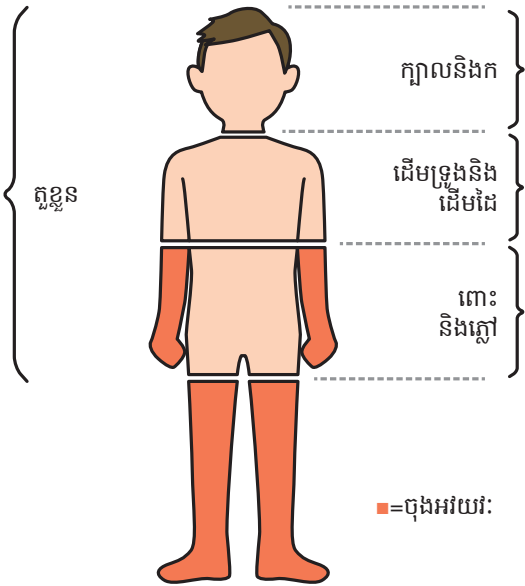


- ទ្រូងបុរសឬស្រ្តីដែលធ្វើរោគវិភាគទំនងជាមិនមានផ្ទៃពោះ
- ពោះស្រ្តី (លើកលែងស្រ្តីខាងលើ)



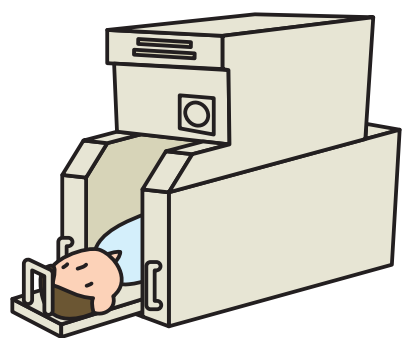
ប្រសិនបើកម្រិតដូសទទួលរងនៅលើរាងកាយមិនប្រែប្រួលទេ ត្រូវពាក់វានៅលើផ្នែកបន្ទាប់ទៀតផងដែរ។

- ផ្នែករាងកាយដូចជាក្បាល ក ទ្រូង/ដើមដៃ និងពោះ/ក្លោ ដែលទំនងជាងាយទទួលរងការបំភាយខ្លាំងបំផុត
- ប្រសិនបើផ្នែកទាំងឡាយដែលទំនងជាងាយទទួលរងការបំភាយបំផុតក្រៅពីផ្នែករាងកាយខាងលើ ផ្នែកទាំងនោះទំនងជាងាយទទួលរងការបំភាយបំផុត



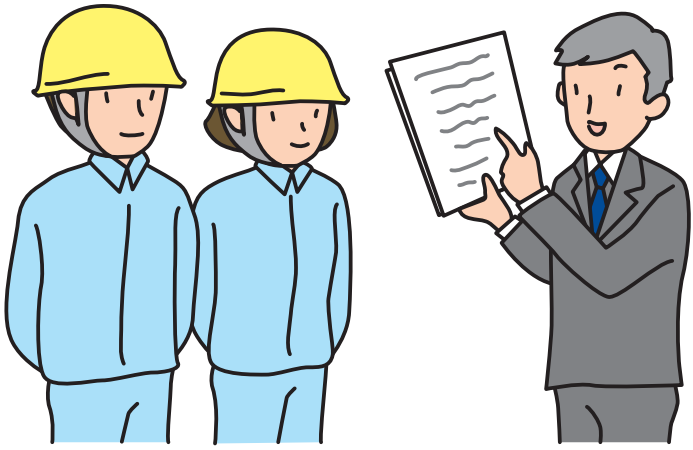
(5) រង្វាស់កម្រិតទទួលរងផលប៉ះពាល់ខាងក្នុង

ចំពោះការទទួលរងផលប៉ះពាល់ខាងក្នុង, ម៉ាស៊ីនឆ្លុះរាងកាយទាំងមូល (WBC) ។ល។ ប្រើដើម្បីគណនាកម្រិតទទួលរងពីសម្ភារវិទ្យុសកម្មដែលហិតឬលេបចូលក្នុងខ្លួន។



WBC
(ម៉ាស៊ីនឆ្លុះរាងកាយទាំងមូល)

ទទួលលទ្ធផលវាស់ការទទួលរងខាងក្រៅនិងខាងក្នុងពីក្រុមហ៊ុន ហើយរក្សាវាទុកនៅក្នុងកន្លែងមានសុវត្ថិភាព។



(6) ចំណេះដឹងពីរបៀបគ្រប់គ្រងកម្រិតទទួលរង

**ដែនកំណត់ទទួលរងការបំភាយ
100 mSv សម្រាប់រយៈពេល 5 ឆ្នាំ និង 50 mSv
សម្រាប់រយៈពេល 1 ឆ្នាំ។**

- ស្ត្រី (វាលែងតែស្ត្រីដែលធ្វើពេទ្យវិភាគឃើញថាទំនងជាមិនមានផ្ទៃពោះ) គឺទទួលរងផលប៉ះពាល់ចំនួន 5 mSv ក្នុងរយៈពេល 3 ខែ
- ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះគឺទទួលរង 1mSv អំឡុងរយៈពេលនោះ

* ទទួលបានវេជ្ជបញ្ជាស្តីពីការបង្ការការបំភាយអ៊ីយ៉ុង ។

បំរាមជក់បារី

ការជក់បារី ឬពិសារអាហារនិងភេស្ត្រៈ នៅក្នុងកន្លែងការងារដែលមានហានិភ័យនៃការស្រូបចូលឬហិតសារធាតុវិទ្យុសកម្មត្រូវហាមឃាត់ជាដាច់ខាត។



(7) ការបណ្តុះបណ្តាលពិសេស

ចូរប្រាកដថាបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាលពិសេសមុននឹងធ្វើការងារ ទាក់ទងនឹងការបំពានជាលើកដំបូង។

- ប្រតិបត្តិការថតកាំរស្មីអ៊ីក
- ប្រតិបត្តិការពាក់ព័ន្ធនឹងសម្ភារប្រេង
នុយក្លេអ៊ែរនៅតាមរោងចក្រកែច្នៃ
- ប្រតិបត្តិការពាក់ព័ន្ធនឹងសម្ភារប្រេងនុយក្លេអ៊ែរនៅតាមរោងចក្រ
អាក់ទរនុយក្លេអ៊ែរ។
- ការបោះចោលសំណល់គ្រោះថ្នាក់
- ការងារសម្អាតជាតិពុល
- ប្រតិបត្តិការនៅក្រោមកម្រិតដូសជាក់លាក់

ប្រធានបទនៅក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលមាន៖

- ឥទ្ធិពលនៃការបំពានអាយុវ័យទៅលើរាងកាយមនុស្សសត្វ
- វិធីសាស្ត្របំពេញការងារនិងការបំពេញការងារតាមរោងចក្រ
និងប្រតិបត្តិការ



(8) ការពិនិត្យសុខភាព

- ប្រសិនបើអ្នកបំពេញការងារទាក់ទងនឹងការបំភាយអ៊ីយ៉ុង សូមធ្វើការពិនិត្យសុខភាព។
 - ភាពញឹកញាប់នៃការអនុវត្តគឺ៖
 - នៅពេលជួយបូចាត់តាំងការងារឡើងវិញ
 - បន្ទាប់ពីបានពិនិត្យសុខភាពតាមពេលវេលាខាងលើ, ពិនិត្យរាល់ 6 ខែម្តង, ជាទៀងទាត់
 - ធាតុនៃការធ្វើរោគវិភាគគឺ៖
 - តាមដាននិងវាយតម្លៃប្រវត្តិទទួលរងការបំភាយ ពិនិត្យចំនួនគោលិកាក្រហមនិងសនៅក្នុងសំណាកឈាម។ ការពិនិត្យភ្នែកនិងស្បែករកជំងឺកន្ទុយថ្លែន។ល។ (ក្នុងករណីខ្លះ ធាតុមួយចំនួនអាចត្រូវលុបចោល។)
- ទទួលលទ្ធផលពិនិត្យសុខភាពពីក្រុមហ៊ុន ហើយរក្សាវាទុកនៅក្នុងកន្លែងមានសុវត្ថិភាព។

