

# FYi



No Permit:PP13200/12/2013(032007)  
February 2017:ISSN 1675-5464

*Your OSH preferred partners*

# LINDUNGI TULANG BELAKKANG ANDA!



# LINDUNGI TULANG BELAKANG ANDA!

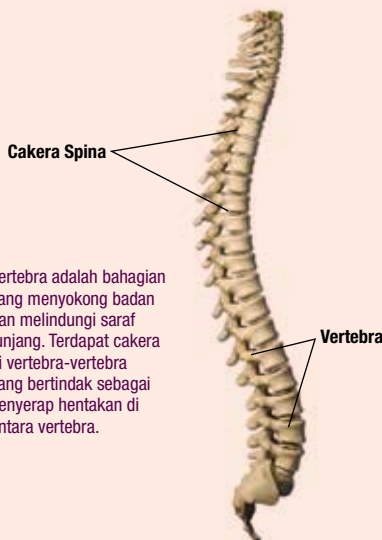
## PENGENALAN

Tulang belakang merupakan salah satu bahagian penting pada manusia.

Tulang belakang merujuk kepada susunan ruas tulang di bahagian belakang yang bertindak memberi sokongan kepada tubuh untuk berada dalam keadaan tegak. Ia merupakan susunan ketulan tulang yang membentuk tulang belakang yang terdapat pada semua *vertebra*.

Biasanya terdapat tiga puluh tiga (33) ruas tulang belakang (*vertebra*) pada manusia, termasuk lima yang bergabung bagi membentuk *sacrum* yang lain terpisah oleh ceper *intervertebra* dan empat tulang koksiks yang membentuk tulang ekor. Tiga kawasan atas terdiri dari baki 24, dan di kelompok di bawah nama *serviks* (7 *vertebra*), *toraks* (12 *vertebra*) dan *lumbar* (5 *vertebra*), menurut kawasan didudukinya.

Penjagaan tulang belakang yang betul melalui kaedah mengangkat barang, postur duduk, postur berdiri, kaedah tidur dan cara berjalan yang baik dapat memastikan kesihatan tulang belakang anda.



## MENGANGKAT BARANG

### Cara Betul

- Bengkokkan kaki, bukan tulang belakang anda. Bawa beban rapat pada tubuh anda. Keraskan otot perut sewaktu mengangkat.
- Dapatkan bantuan orang lain sekiranya anda sukar untuk mengangkat berseorangan.



Cara mengangkat barang yang betul

### Cara Salah

- Elakkan membongkok atau memusingkan pinggang anda semasa mengangkat beban yang berat.
- Elakkan mengangkat beban terlalu jauh dari badan.
- Jangan mengangkat beban melebihi paras bahu. Keadaan ini akan menyebabkan ketegangan yang melampau kepada tulang belakang anda.
- Elakkan dari mengangkat secara pergerakan mengejut.



Cara mengangkat barang yang salah

## DUDUK

### Cara Betul

- Rapatkan punggung dan sandarkan belakang anda pada penyandar tempat duduk anda sepenuhnya untuk mengurangkan tekanan pada cakera tulang belakang.
- Pastikan ketinggian tempat duduk anda sesuai dan kedudukan peha anda selari dengan lantai.
- Campurkan aktiviti anda dengan senaman / regangan / berjalan.

### Cara Salah

- Elakkan duduk terlalu jauh dari meja kerja anda dan elakkan duduk di atas kerusi yang terlalu tinggi.
- Elakkan membongkok ketika duduk.
- Pastikan anda tidak menggelongsor ketika duduk.



## MEMANDU

### Cara Betul

- Duduk tegak dan gerakkan tempat duduk ke hadapan supaya lutut anda selaras dengan pinggang.
- Sokong bahagian bawah belakang anda menggunakan tuala yang digulung atau penyokong lumbar jika perlu.

### Cara Salah

- Elakkan memandu terlalu lama tanpa berehat.
- Menekan pedal dan memegang stereng terlalu jauh akan menyebabkan ketegangan otot.



Cara memandu yang betul



Cara memandu yang salah



## TIDUR

### Cara Betul

- Tidur di atas katil yang tidak terlalu lembut dan tidak terlalu keras
- Apabila anda tidur mengiring, bengkokkan sedikit lutut supaya lutut bersentuhan atau apabila anda tidur menelentang, letakkan bantal di bawah lutut anda.

### Cara Salah

- Elakkan tidur meniarap kerana ini akan menyebabkan sakit belakang.
- Elakkan tidur di atas sofa di ruang tamu untuk jangka masa yang panjang.



Cara tidur yang betul



Cara tidur yang salah

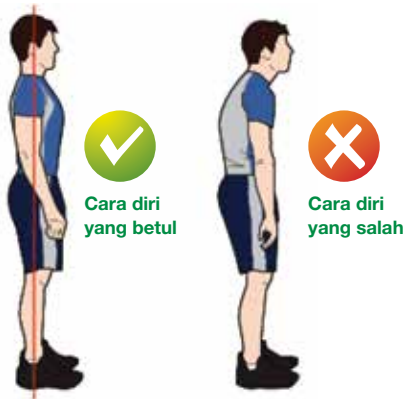
## BERDIRI DAN BERJALAN

### Cara Betul

- Tukarkan posisi berdiri anda dengan kerap jika anda perlu berdiri lama.
- Berdiri tegak dengan kepala lurus memandang ke hadapan dan luruskan belakang badan anda.
- Berjalan dengan cara betul dagu ke dalam, kepala tegak memandang ke hadapan dan jari-jari kaki mengarah ke hadapan. Pakailah kasut yang mempunyai tumit yang rendah dan selesa.

### Cara Salah

- Jangan berdiri terlalu lama dalam hanya satu posisi. Elakkan membongkok dengan kaki lurus.
- Elakkan memakai kasut tumit tinggi apabila berjalan atau berdiri untuk jangka masa yang lama.

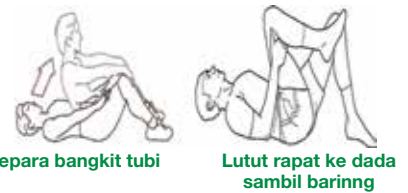


Cara diri yang betul

Cara diri yang salah

- Membantu mempertingkatkan mutu kerja dan produktiviti majikan dengan mengurangkan bilangan hari sakit.
- Mengurangkan kos perubatan yang boleh dielakkan sama ada pada diri sendiri atau majikan.
- Memastikan hari tua yang sihat tanpa penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan.

Gaya hidup sihat serta aktiviti senaman yang dapat membantu menguatkan tulang belakang.



Separa bangkit tubi

Lutut rapat ke dada sambil barinng



Regangan pinggul



Regangan sisi badan

## PENUTUP

Penjagaan tulang belakang yang sempurna dapat menghindarkan dari sakit belakang yang merugikan kita. Gaya hidup yang sihat serta aktiviti senaman dapat membantu mengekalkan tulang belakang yang sihat. Sekiranya anda mempunyai penyakit tulang belakang sila rujuk doktor anda sebelum membuat senaman yang berkaitan.

Terdapat senaman-senaman yang boleh menjaga tulang belakang antaranya adalah seperti berjalan, berbasikal, berenang, senaman menarik lutut sambil barinng dan meregangkan pinggul.

Antara faedah mengamalkan penjagaan tulang belakang semasa bekerja adalah;

- Dapat mengekalkan tahap kesihatan dan kecerdasan ketika bekerja khususnya dalam kerja yang melibatkan kerja-kerja yang dilakukan dengan tangan.

## TULANG BELAKANG



# PERSIDANGAN PEGAWAI-PEGAWAI KANAN DAN KETUA-KETUA SEKSYEN JKPP YANG BERTEMAKAN “DOSH TRANSFORMATION TOWARDS 2020”

Pada 16-17 Februari 2017 telah berlangsung Persidangan Pegawai-Pegawai Kanan dan Ketua-Ketua Seksyen JKPP yang bertemakan “DOSH Transformation Towards 2020”. Persidangan tersebut telah diadakan di Dewan Rafflesia, menara NIOSH.

Majlis ini disempurnakan oleh YBhg. Dato’ Sri Adenan Ab Rahman, Ketua Setiausaha Kementerian Sumber Manusia. Dianggarkan seramai 280 orang peserta telah menghadiri persidangan ini yang melibatkan Pegawai-Pegawai Kanan dan Ketua-Ketua Seksyen JKPP Malaysia. Majlis yang berlangsung selama dua hari itu berjalan dengan lancar seperti yang telah dirancang.



## KEJOHANAN KARNIVAL SUKAN KSM 2017

Pada 25 Feb 2017 telah berlangsung Kejohanan Karnival Sukan di bawah anjuran Kementerian Sumber Manusia (KSM). NIOSH menyertai dua acara iaitu Futsal dan acara Gusti Lengan Wanita.

Dalam kejohanan karnival sukan bawah anjuran KSM, acara futsal yang disertai oleh pasukan NIOSH ini telah berlangsung di gelanggang futsal Stadium Taman Pancarona, Persint 18, Putrajaya. Pasukan futsal NIOSH telah berjaya ke peringkat suku akhir. Manakalan Nik Izzani Zarina Zainal Rahim dari Bahagian NIOSH Certification Sdn Bhd (NCSB) telah memenangi acara Gusti Lengan Wanita dalam kejohanan sukan KSM ini. Tahniah diucapkan kepada semua kontinjen NIOSH dalam penyertaan Kejohanan Sukan KSM pada tahun ini.

Diharap agar keyakinan dan semangat pada seluruh penggiat sukan NIOSH untuk terus berusaha dalam meningkatkan lagi kualiti dan kejayaan pada Kejohanan tahun depan. Penyertaan dalam Kejohanan Karnival Sukan KSM yang berlangsung pada kali ini begitu meriah sekali disamping dapat mencapai objektif utama untuk mengeratkan lagi silaturrahim dikalangan anggota jabatan/agensi di bawah KSM dan terus mengamalkan gaya hidup sihat. Majulah sukan untuk NIOSH.





## NIOSH sokong lombong bauksit dikambus

**Kuala Lumpur:** Institut Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan Negara (NIOSH) menyokong langkah mengambus lokasi lombong bauksit yang terbiar susulan tragedi tiga kanak-kanak lemas di sebuah bekas lombong bauksit di Taman Sungai Karang Jaya, Kuantan, Sabtu lalu.



Pengerusinya Tan Sri Lee Lam Thye berkata, meskipun langkah itu boleh dikatakan terlambat, sekurang-kurangnya ia mampu mengelak kejadian berulang.

"Saya ingin melahirkan rasa kesal di atas sikap kurang prihatin pihak berkuasa walaupun isu lombong bauksit ini pernah dibangkitkan dan menjadi tajuk utama di dada akhbar serta media dalam dan luar negara sebelum ini.

"Sepatutnya kontroversi yang timbul membuka mata mereka yang terabit untuk mengambil langkah proaktif bagi mengatasi kesan perlombongan bauksit terhadap alam sekitar dan orang awam."

"Namun, sebaliknya yang berlaku apabila bekas lombong yang bertukar menjadi perangkap maut dibiarakan begitu saja tanpa sebarang tindakan pemuliharaan atau pencegahan

**“Sepatutnya kontroversi yang timbul membuka mata mereka yang terabit untuk mengambil langkah proaktif bagi mengatasi kesan perlombongan bauksit terhadap alam sekitar dan orang awam”**

**Lee Lam Thye**

kan kemalangan," katanya dalam kenyataan, semalam.

## NIOSH SOKONG LOMBONG BAUKSIT DIKAMBUS

**Publication:** Harian Metro  
**Date of Publication:** 7 February 2017  
**Page number:** 26

## Guru, dua pelajar cedera terkena merkuri

**KENINGAU 23 Feb.** - Seorang guru dan dua pelajar tingkatan satu cedera selepas penyukat suhu yang mengandungi merkuri pecah ketika sesi pembelajaran mata pelajaran Sains di makmal Sekolah Menengah Kebangsaan (SMK) Ken Hwa, di sini hari ini.

Dalam kejadian kira-kira pukul 9.40 pagi itu, mangsa, Nurul Ain Aziz, 31, dan Adrian Justin, 13, dipercayai terkena bahan berbahaya di tangan manakala Adrian Kent, 13, mengalami kecederaan di leher.

Bagaimanapun, kesemua mereka dilaporkan stabil dan kini mendapat rawatan di Hospital Keningau.

Ketua Balai Bomba dan Penyelamat Keningau, Mudi Peggiran berkata, ketika kejadian terdapat seorang guru wanita dan 30 pelajar di dalam makmal tersebut sedang membuat eksperimen bagi mata pelajaran Sains.

Menurutnya, kejadian berlaku apabila penyukat suhu yang mengandungi merkuri pecah di makmal sekolah terabit hingga menyebabkan seorang guru wanita dan dua pelajar terdedah bahan berbahaya tersebut di tangan serta leher.



ANGGOTA bomba dan penyelamat membersihkan merkuri yang terlempar dalam makmal di SMK Ken Hwa, Keningau, Sabah, semalam. - IHSAN JABATAN BOGSA DAN PENYELAMAT MALAYSIA

## GURU, DUA PELAJAR CEDERA TERKENA MERKURI

**Publication:** Utusan Malaysia  
**Date of Publication:** 24 February 2017  
**Page number:** 33

## Patuhi syarat keselamatan elak tragedi berulang

**Kuala Lumpur:** Aktiviti berbasikal perlu tertakik kepada pengawasan rapi serta mematuhi syarat keselamatan bagi mengelak berulangnya tragedi sekumpulan remaja maut dirempuh kereta di Johor Bahru, Sabtu lalu.



Ahli Majlis Keselamatan Jalan Raya, Tan Sri Lee Lam Thye berkata, satu garis panduan dan bantuan perlu diberikan kepada penunggang muda supaya mereka dapat meneruskan aktiviti itu dengan selamat.

"Kita tidak sepatutnya menghalang remaja daripada berbasikal kerana ia aktiviti riadah yang sihat dan mampu menjauhkan mereka daripada penyakit sosial yang lain termasuk penagihan dadah.

"Sebab itu, pihak berkuasa perlu meningkatkan aspek keselamatan seperti mewajibkan pemakaian topi keledar dan pemasangan lampu di basikal mereka," katanya dalam kenyataan, semalam.

Beliau mengulas kejadian lapan remaja lelaki maut apabila mereka dirempuh kereta di Jalan Lingkaran Dalam, bersebelahan Tanah Perkuburan Mahmoodiah, Johor Bahru, ketika berbasikal pada jam 3 pagi.

Lee berkata, bagi mengelakkan tragedi itu berlaku lagi, kerajaan Persekutuan dan negeri juga wajar menyediakan lokasi khusus untuk orang ramai berbasikal bagi mengelak jalan raya utama digunakan untuk aktiviti riadah secara berkumpulan, selain penganju-

ran pertandingan berbasikal.

"Lebih banyak aktiviti dan pertandingan perlu diadakan termasuk E-Sport atau sukan maya bagi memenuhi kehendak remaja dan bukan mereka yang berkepentingan," katanya.

Selain itu, katanya, penguatkuasaan peraturan yang dilionali sebagai hierarki keselamatan jalan raya perlu ada untuk mereka yang berisiko diberi perhatian lebih dan dilindungi.

"Langkah ini akan memastikan mereka yang memandu kenderaan akan lebih prihatin terhadap penunggang motosikal dan basikal serta pejalan kaki.

"Sistem keselamatan yang dapat memberi amaran kepada pengguna jalan raya juga perlu diperkenalkan. Sebagai contoh, alat pengesanan atau sensor boleh diletakkan di kawasan bertisiko tinggi kemalangan untuk memberi amaran kepada pemandu mengenai kewujudan pengguna jalan raya yang lain," katanya.

## PATUHI SYARAT KESELAMATAN ELAK TRAGEDI BERULANG

**Publication:** Harian Metro  
**Date of Publication:** 22 February 2017  
**Page number:** 24

## Aplikasi OSH cegah kemalangan di tempat kerja

**Pengapiliasian budaya selamat dan pelaksanaan konsep keselamatan dan kesihatan (OSHH) dalam bidang pelancongan dan hospitaliti dapat mencegah kemalangan di tempat kerja.**

Pengerusi Institut Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan Negara (NIOSH), Tan Sri Lee Lam Thye berkata, pelaksanaan OSH bagi industri pelancongan dan hospitaliti membolehkan sistem pengenalpastian bahaya, penilaian risiko dan kawalan risiko (HIRARC).

"Semua tempat kerja mempunyai bahaya dan risiko yang perlu diatasi. Menjadi tanggungjawab mereka di tempat kerja untuk mengenal pasti dan

mengambil langkah keselamatan untuk mencegah kemalangan serta kematian.

"Sudah tiba masanya untuk mereka yang terabit dalam bidang pelancongan dan hospitaliti mengambil serius dengan kekerapan berlakunya kemalangan serta kematian memabihkan pelancong di beberapa tempat dalam negara," katanya dalam kenyataan di sini, semalam.

Lee berkata, tragedi terbaru memabihkan kematian 27 pelancong China apabila bot jenis katamaran tenggelam dalam perjalanan dari Tanjung Aru ke Pulau Mengalum, Sabah sepatutnya memberi

kesedaran kepada mereka yang terabit dalam bidang ini untuk mengambil serius soal keselamatan dan melaksanakan langkah perlu bagi mencegah kemalangan.



## APLIKASI OSH CEGAH KEMALANGAN DI TEMPAT KERJA

**Publication:** Harian Metro  
**Date of Publication:** 1 February 2017  
**Page number:** 45

## PEKERJA 'SENIOR' DIGILIS MESIN BUAT ACUAN

**Publication:** Harian Metro  
**Date of Publication:** 3 February 2017  
**Page number:** 7

## Pekerja 'senior' digilis mesin buat acuan

**Frak** hasrat seorang pekerja kilang mahu bersara awal tidak kesampaian selepas dia maut tersepit di dalam mesin membuat acuan di kilang tempat kerjanya, di sini, kelmari.

Dalam kejadian jam 1.25 tengah hari itu, mangsa Loo Chin Hong, 56, meninggal dunia dalam keadaan ngeri apabila bahagian bawah pinggangnya hancur digilis mesin besar seperti 'mesin tebu' itu.

Difahamkan, Loo pernah memaklumkan kepada rakannya niat mahu bersara tidak lama lagi dan mahu menghabiskan masa bersama keluarga.

Rakan mangsa memberitahu, lelaki itu pekerja paling lama dan sentiasa kelihatan gembira serta suka membantu rakan lain.

"Malah, ketika kejadian dia cuba membantu memasang kembali pencakuk yang jatuh di atas mesin sebelum terjerut ke dalam mesin berkenaan.

"Kami sangat sedih dan berharap keluarganya mendapat pampasan setimpal kelak," katanya.

Sementara itu, Ketua Polis Daerah Seberang Perak Tengah

Asisten Komisisioner Nik Ros Azhan Nik Ab Hamid berkata, sebelum kejadian mangsa membaiki peralatan yang rosak di atas mesin berkenaan yang sedang beroperasi.

Beliau berkata, ketika mangsa berdiri di kawasan

'rest bar' di situ, dia terjatuh ke dalam mesin acuan yang sedang beroperasi lalu menghimpit kakinya.

"Mangsa menyerit meminta tolong sebelum didengari rakannya yang bergegas menutup suis mesin berkenaan.

"Rakannya cuba mengeluarkan mangsa, tetapi dia tidak sedarkan diri sejurus kejadian," katanya.

Menurutnya, mangsa akhirnya dapat dikeluarkan, tetapi disahkan meninggal dunia sebaik tiba di Hospital Seberang Jaya (HSJ).





## Tindakan segera perlu diambil - Lam Thye

**KUALA LUMPUR 6 Feb.** - Pihak berkuasa perlu mengambil tindakan segera sebelum tragedi nyawa tiga orang kanak-kanak di kolam bekas lombong bauksit di Taman Sungai Karang Jaya, Kuantan, Pahang berulang.



LEE LAM THYE

Pengerusi Institut Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan Negara (NIOSH), Tan Sri Lee Lam Thye berkata, sikap kurang prihatin pihak berkuasa yang tidak mengambil tindakan sewajarnya juga amat dibesalkan kerana isu lombong bauksit pernah dibangkitkan dan menjadi tajuk utama di dada akhbar.

bil langkah proaktif bagi mengatasi kesan perloombongan bauksit terhadap alam sekitar dan orang awam.

"Namun, perkara sebaliknya yang berlaku apabila bekas lombong yang bertukar menjadi perangkap maut dibiarkan begitu sahaja tanpa sebarang tindakan pemulihan atau pencegahan keselamatan," katanya dalam satu kenyataan di sini hari ini.

Tiga mangsa itu ialah adik-beradik Sasabella Zulhairi, 12, dan Mahathir Mohamad, 7, serta Nureen Ain Juwita Mohd. Shaif, 10.

Menurut Lam Thye, semua kolam terbiar perlu ditimbus dan dipagar manakala papan tanda amaran perlu dipasang di kawa-

san berisiko sebagai langkah keselamatan seperti disarankan oleh Pemangku Raja Pahang, Tengku Mahkota, Tengku Abdullah Sultan Ahmad Shah.

"Kementerian Sumber Asli dan Alam Sekitar juga dilaporkan akan mewajibkan pengusaha bauksit di Pahang supaya menimbus, memagar dan memasang papan tanda amaran di kawasan kolam bekas lombong bauksit di negeri berkenaan.

"Walaupun langkah ini boleh dikatakan lambat, namun sekurang-kurangnya ia mampu mengelakkan berlakunya kejadian tidak diingini di lombong-lombong yang ditinggalkan," katanya.

Dalam pada itu, Lam Thye turut menyeru ibu bapa supaya sentiasa memantau anak-anak dan memastikan mereka sentiasa berada dalam keadaan yang selamat.

## TINDAKAN SEGERA PERLU DIAMBIL - LAM THYE

Publication: Harian Metro  
Date of Publication: 7 February 2017  
Page number: 8

## 30 evacuated after thermometer breaks

Firemen called in to clear up mercury at Penang Hospital



Man in white: A Hazmat team member getting ready to clean up the mercury spill at the cardiology ward in Penang Hospital.

GEORGE TOWN: Some 30 patients and 30 nurses were evacuated after a thermometer filled with mercury broke at the Penang Hospital's cardiology ward.

Perak Road fire station operation commander Kamari Ariffin Abd Ghani said they received a distress call from the hospital at 11.50am yesterday and a Hazmat (hazardous materials) team together with firemen were deployed to the scene.

"When we arrived, the patients and nurses were already a distance from where a thermometer broke.

"The hazardous mercury was cleared up within 30 minutes," he said at the scene.

Penang Hospital Visitors Board chairman Lam Thoon Deeng said the hospital had a team to handle minor spills but they still called the Fire and Rescue Department as a precaution.

"The thermometer broke after being dropped on the floor at the reception counter of the cardiology ward.

"No one was hurt in this incident," he said.

Lam said the patients and nurses were evacuated while the mercury was being cleared up.

"The patients went back to the ward after two hours.

"An internal investigation has been carried out to prevent such a thing from happening again," he added.

## 30 EVACUATED AFTER THERMOMETER BREAKS

Publication: The Star  
Date of Publication: 20 February 2017  
Page number: 12 N

## DECLARE ALL-OUT WAR ON RATS

Publication: The Star  
Date of Publication: 18 February 2017  
Page number: 33V

## Declare all-out war on rats

LEPTOSPIROSIS has made the headlines again after 40 people were quarantined at the Tanah Merah Hospital in Kelantan recently following the death of a man from what was initially suspected as a viral infection. The Health Ministry later confirmed that they had detected leptospirosis in three out of 12 victims with respiratory infection symptoms and all of them had attended a family gathering in Kajang two weeks earlier.

This latest incident has brought up memories of a similar case at Likiep Yu waterfall in Maran, where eight people succumbed to the bacterial infection also known as leucing tikus (rat urine) when they joined a search-and-rescue (SAR) mission to locate a drowning victim in 2010. The recreational forest was later closed for three months due to the incident.

Although the authorities have yet to confirm the source of the latest infection in Tanah Merah, Health director-general Datuk Dr Noor Hisham Abdullah was quoted saying that maintaining good hygiene was of the utmost importance in preventing the spread of such diseases.

Since leptospirosis was gazetted as a disease under the Prevention and Control of Infectious Diseases Act 1988 in December 2010, the number of cases has steadily increased between 2011 and 2015 although it dropped last year.

The Health Ministry's statistics



show that in 2011, there were 2,268 cases; 2012 (3,685 cases); 2013 (4,457 cases); 2014 (7,806 cases); 2015 (8,291 cases) and 2016 (3,284 cases).

The statistics also reveal that in 2011, 55 people died of the disease; 2012 (48); 2013 (71); 2014 (92); 2015 (78) and 2016 (52).

According to the ministry, most of the cases are closely related to the victims' type of jobs and among those in the high-risk categories are workers in the agricultural industry, waste management sector and animal farms, pet handlers and those involved in SAR and recreational activities.

Those with chronic diseases and open wounds should be extra cau-

tious because they are more susceptible to the bacterial infection, which is occurring due to unhygienic and dirty environments that have become breeding grounds for rodents.

There are many hawkers sites, drains and back lanes that are infested with rats, which consume leftover food and rubbish thrown indiscriminately in such areas.

Unsafe recreational areas will also attract rats, and their urine can contaminate the water and soil, leading to infection.

Due to the seriousness of the leptospirosis infection, which has affected 31,771 people and claimed 296 lives in the past six years, I would like to urge all local authori-

ties to declare an all-out war against rats and ensure that their areas are free of rat-breeding grounds.

Food operators must also keep their premises clean and seek help from the local authorities and pest control companies to destroy the rodents.

The Health Department must also cooperate with other agencies and local authorities to educate the public on the importance of maintaining personal hygiene and the cleanliness of their premises and the environment. Such educational programmes must be sustainable.

At the same time, those who suffer from symptoms that can be related to leptospirosis, such as fever, headache and muscle pain, should immediately seek treatment.

To help the authorities fight against leptospirosis infection, all parties must play their roles to improve cleanliness at all levels.

The gotong royong spirit must be revived and residents from each neighbourhood must get together to organise clean-up campaigns with the help of the local authorities.

The public can always refer to the handbook on leptospirosis that can be downloaded from the ministry's website at [www.moh.gov.my](http://www.moh.gov.my).

TAN SRI LEE LAM THYE  
NIOSH Chairman

## Sekolah disaran guna konsep urusan OSH



Lam Thye melawat pameran keselamatan sempena program 'OSH in School' di Sekolah Menengah St Patrick, Tuaru, semalam.

**Tuaru:** Institut Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan Negara (NIOSH) menyarankan lebih banyak sekolah menggunakan konsep pengurusan keselamatan dan kesihatan pekerjaan (OSH), sekali gus meningkatkan kesedaran dalam kalangan pelajar serta guru menerusi program 'OSH in School'.

Pengerusi NIOSH, Tan Sri Lee Lam Thye, berkata walaupun program 'OSH in School' diperkenalkan dengan sokongan Kementerian Pendidikan, jumlah sekolah menyertanya masih kecil.

"Melalui program OSH di sekolah, isu keselamatan merangkumi bangunan, kantin, makmal dan padang membolehkan warga pendidik, kakitangan dan murid lebih prihatin mengenai soal keselamatan dan kesihatan, selain bersedia menanggapi ancaman yang mungkin berlaku.

"Sekolah perlu dianggap sebagai tempat kerja dan bukan semata-

malaya untuk belajar. Oleh itu, soal keselamatan dan kesihatan perlu diberikan lebih perhatian," katanya selepas melancarkan program 'OSH in School' anjuran bersama NIOSH dan sparklet Hap Seng Consolidated Berhad di Sekolah Menengah St Patrick di sini, semalam.

### Tanah kesedaran

Lam Thye berkata, usaha merancang kesedaran pada peringkat awal adalah penderadahan yang baik bagi pelajar sebelum menyertai sektor pekerjaan pada masa hadapan, yang mana soal keselamatan dan kesihatan di tempat kerja amat dititikberatkan.

Katanya, walaupun sebelum ini kerajaan memperkenalkan inisiatif yang agak sama seperti Program Keselamatan Sekolah pada 1997 dan Projek Sekolah selamat (2000), belum pernah memberi fokus kepada peningkatan tahap kesihatan dan menyekat pengaruh negatif dari luar seperti pemagahan dadah,

grogotisme dan jenayah.

"Program OSH di sekolah pula merangkumi satu lagi dimensi apabila NIOSH melihat ia sebagai tempat kerja yang turut tertakluk di bawah Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (OSHA) 1994.

"Takaran sekolah sebagai tempat kerja di bawah OSHA bertujuan menyediakan ia selamat dan sihat bagi orang yang bekerja dan mereka yang lain di premis berkenaan.

"Di sekolah, orang yang bekerja adalah guru, kakitangan pengurusan dan sekiranya manakala mereka yang lain merujuk kepada pelajar, ibu bapa dan pelawat," katanya.

Sementara itu, Pengerusi Kanan Tanggungjawab Sosial Korporat Hap Seng Consolidated Berhad, Anisah Abidin, berkata sektor korporat perlu terlibat secara aktif dalam usaha mempromosi pengurusan OSH yang baik di tempat kerja.

## SEKOLAH DISARAN GUNA KONSEP URUSAN OSH

Publication: Berita Harian  
Date of Publication: 28 February 2017  
Page number: 26

## Disclaimer

©Copyright 2017. National Institute of Occupational Safety and Health Malaysia. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in retrieval system, or transcribed in any forms or by any means, electronic, photocopying, or otherwise, without the prior written permission of the copyright owner.