

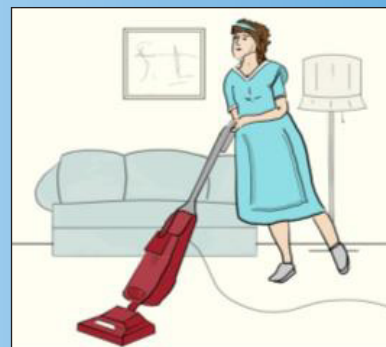
预防管家人员的肌肉骨骼损伤

本概况介绍了工作场所的健康和安全要求，旨在控制在以下地点工作的管家人员的肌肉骨骼损伤和疾病的风险：

- 酒店
- 汽车旅馆
- 度假村
- 住宿加早餐旅馆
- 其他住宿场所

管家人员可以包括也被叫作以下称呼的雇员：

- 客房服务员
- 房间清洁员
- 女仆
- 家政人员



担心的问题是什么？

酒店管家人员因其工作任务导致肌肉骨骼损伤的风险增加，这些任务包括，例如：

- 扫地、除尘、擦洗、拖地和抛光地板、浴缸、淋浴间、水槽、镜子、墙壁、装置和其他表面
- 整理床铺
- 吸尘
- 装卸和推拉布草车
- 拆除和供应房间内的床单和其他用品
- 收集和处理垃圾
- 搬运家具



什么是肌肉骨骼损伤？

肌肉骨骼损伤是指由一次事件（例如绊倒、滑倒或摔跤）或在数周、数月或数年内反复暴露于重复性运动、力量、振动或别扭姿势而造成的损伤。这些损伤可能影响一个人的肌肉、肌腱、韧带、神经、关节、骨骼、背部或血管。它们可以引起背部、手腕、肩部、颈部或身体其他部位的疼痛。

酒店和其他住宿设施必须做些什么来减少管家人员的肌肉骨骼损伤风险？

酒店和其他住宿设施必须制定一个有效的书面肌肉骨骼损伤预防计划(MIPP)，以解决管家服务的具体危害。MIPP 必须包括以下内容：

与管家人员沟通的系统

安全和健康信息或指示必须是所有管家人员都能理解的，并且必须包括相关规定，旨在鼓励管家人员将工作中的危害和可能与这些危害有关的伤害或症状告知雇主，而无需担心遭到报复(报复)。

进行工作场所评估的程序

必须进行工作场所评估，以确定和评估管家服务的危害。危害包括但不限于：

- 滑倒、绊倒和跌倒。
- 长时间或别扭的静止姿势。

Cumulative Trauma Injuries

Develop over a period of weeks, months, or years



Shoulder and neck pain



Back pain



Wrist pain

- 过度拉伸或超过肩膀高度的重复性拉伸。
- 举起或全身或手部用力。
- 躯干弯曲、扭转、跪和蹲。
- 推拉。
- 坠落和撞击物体。
- 压力点: 身体的一部分压在物体或表面上的压力点。
- 工作速度过快。
- 管家服务任务之间没有充足的休息时间。

雇主必须制定一个有效的方法, 让管家及其工会代表参与设计和进行评估。

识别管家服务危害的初次工作场所评估必须在 2018 年 10 月 1 日前完成, 或者在新住宿设施开业后的三个月内完成。在以下情况中, 工作场所评估必须得到审查和更新:

- 每当引入可能会增加管家服务的危害的新流程、新做法、新程序、新设备或进行客房装修时。
- 每当发现并提醒雇主注意新的或以前未认识到的管家服务危害时。
- 每年至少一次。

必须以书面形式通知管家人员工作场所的评估结果, 或将评估结果张贴在容易查阅结果的地方

管家人员肌肉骨骼损伤的调查程序

雇主必须从受伤的管家人员、管家人员的工会代表和管家人员的主管处获得意见, 了解是否有任何其他控制措施、程序或工具可以防止受伤。

纠正危害的方法

雇主必须纠正在工作场所评估和对管家人员肌肉骨骼损伤的调查中发现的危害。雇主必须制定有效的方法, 让管家人员及其工会代表参与确定和评估可能的纠正措施。

雇主必须提供什么培训?

酒店和其他住宿设施必须以管家人员及其主管能够理解的语言提供培训。在以下情况必须提供培训:

- 在初次建立 MIPP 时, 以及此后的每一年。
- 对所有新的管家人员和主管进行培训。

错误



正确



- 向所有被安排新工作任务、但此前未接受过相关培训的管家人员提供培训。
- 当引入新的设备或工作方法时。
- 每当雇主获知新的或以前未被认识的危害时。

向管家人员提供的培训必须包括:

- 与肌肉骨骼损伤通常相关的征兆、症状和风险因素。
- 雇主 MIPP 要素, 以及如何向管家人员提供书面 MIPP 和所实施步骤的所有记录。
- 报告安全和健康问题而无需担心遭到报复的程序。
- 身体力学和安全做法。
- 为什么以及如何尽快向雇主报告症状和伤害。
- 练习使用管家人员将被要求使用的各种设备和工具。
- 与一个了解酒店管家服务设备和程序的人进行互动问答的机会。

一般信息:

本概况介绍仅提供了一个概述, 所以管家人员及其工会代表需要参考《加州法规》第 8 章第 3345 条 (www.dir.ca.gov/Title8/3345.html), 以了解更多具体信息。如果管家人员或其工会代表想投诉, 他们可以访问 www.dir.ca.gov/dosh/Complaint.htm, 或致电距离工作场所最近的 Cal/OSHA 地区办公室。每个雇主都必须提供一张雇员容易看到的海报, 上面列出加州所有 Cal/OSHA 办公室的地址和电话号码。

图片由俄亥俄州立大学人体工程学研究所以提供。

2023 年 7 月



关于本主题的帮助, 雇主可联系 Cal/OSHA 咨询服务, 请致电 1-800-963-9424 或发送电子邮件至 InfoCons@dir.ca.gov 如需查阅咨询资料、刊物及电子工具, 请访问以下链接或复制网址: [DOSH 咨询 www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html](http://www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html)

© 2023 加州劳资关系部

