

UBND TỈNH BÌNH ĐỊNH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG KỸ THUẬT CÔNG NGHỆ QUY NHƠN

GIÁO TRÌNH
MÔN HỌC: AN TOÀN LAO ĐỘNG
NGHỀ: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN
TRÌNH ĐỘ TRUNG CẤP

*Ban hành kèm theo Quyết định số: 99/QĐ-CDKTCNQN ngày 14 tháng 3 năm 2018
của Hiệu trưởng Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Quy Nhơn*

Bình Định, năm 2018

TUYÊN BỐ BẢN QUYỀN

Tài liệu này thuộc loại sách giáo trình nên các nguồn thông tin có thể được phép dùng nguyên bản hoặc trích dùng cho các mục đích về đào tạo và tham khảo.

Mọi mục đích khác mang tính lệch lạc hoặc sử dụng với mục đích kinh doanh thiếu lành mạnh sẽ bị nghiêm cấm.

LỜI GIỚI THIỆU

Giáo trình an toàn lao động được biên soạn theo yêu cầu của chương trình trình độ Cao đẳng, Trung cấp nghề Kỹ thuật Chế biến món ăn của Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Quy Nhơn.

Giáo trình này cung cấp cho người học các vấn đề về an toàn lao động như: các yếu tố gây mất an toàn trong nhà bếp, biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nhà bếp, biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong bếp và phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nhà bếp. Giáo trình bao gồm 5 chương:

Chương 1: Khái niệm và vai trò của công tác an toàn

Chương 2: Yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn

Chương 3: Biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn

Chương 4: Biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong nhà bếp

Chương 5: Phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nghề chế biến món ăn

Trong quá trình biên soạn tác giả đã tham khảo nhiều tài liệu của các trường đại học, cao đẳng, trung cấp chuyên nghiệp, đồng thời cố gắng cập nhật những kiến thức mới. Tuy nhiên, nội dung giáo trình cũng không tránh khỏi những thiếu sót, kính mong nhận được sự đóng góp quý báu của người sử dụng để giáo trình được hoàn thiện hơn.

Biên soạn

Nguyễn Thị Ngọc Liêm

MỤC LỤC

LỜI GIỚI THIỆU.....	2
Chương 1. Khái niệm và vai trò của công tác an toàn.....	5
1.1. Khái niệm về công tác an toàn.....	5
1.2. Vai trò của công tác an toàn.....	5
Chương 2. Yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn.....	7
2.1. Các yếu tố độc hại trong môi trường lao động của nghề chế biến món ăn.....	7
2.1.1. Thiếu ánh sáng trong nhà bếp.....	7
2.1.2. Tiếng ồn trong nhà bếp.....	7
2.1.3. Các yếu tố vi khí hậu có hại trong nhà bếp.....	7
2.1.4. Bụi, hơi khói, khí độc trong nhà bếp.....	7
2.1.5. Các hóa chất dùng trong nhà bếp.....	7
2.1.6. Yếu tố sinh học có hại trong nhà bếp.....	8
2.2. Yếu tố gây nguy hiểm trong nghề chế biến món ăn.....	8
2.2.1. Điều kiện làm việc chật chội, trơn trượt trong nhà bếp.....	8
2.2.2. Chập điện, hỏa hoạn.....	8
2.2.3. Cháy nổ vật dụng, nhiên liệu, gas, giấy và rác.....	8
2.2.4. Thao tác thiếu chính xác khi sử dụng cụ bếp.....	8
Chương 3. Biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn.....	10
3.1. Biện pháp hạn chế vấp ngã và đồ vỡ trong nhà bếp.....	10
3.2. Biện pháp hạn chế bị bỏng.....	11
Chương 4. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong nhà bếp.....	12
4.1. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn do chập điện.....	12
4.2. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn do nổ vật dụng, nhiên liệu.....	12
Chương 5. Phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nghề chế biến món ăn.....	14
5.1. Xử lý tình huống khi có hỏa hoạn.....	14
5.2. Xử lý tình huống bị điện giật.....	15
5.3. Xử lý tai nạn đứt tay và những vết xước nhỏ.....	15
5.4. Xử lý tai nạn là những vết bỏng nhẹ.....	15
5.5. Xử lý tai nạn nghẹn thức ăn, hóc xương.....	15
5.6. Xử lý tình huống bị bong gân.....	16
5.7. Xử lý tình huống bị choáng, ngất.....	16

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

Tên môn học: An toàn lao động

Mã môn học: MH10

Thời gian thực hiện môn học: 45 giờ (LT: 44 giờ; TH: 0 giờ, KT: 1 giờ)

Vị trí, tính chất, ý nghĩa và vai trò của môn học

- Vị trí: Môn học này học trước mô đun chế biến món ăn truyền thống 1.
- Tính Chất: An toàn lao động trang bị cho người học các biện pháp phòng chống tai nạn trong nhà bếp và phương pháp xử lý các sự cố như: Hỏa hoạn, điện giật, đứt tay.
- Ý nghĩa và vai trò của môn học:

Mục tiêu môn học

Kiến thức:

- Trình bày được khái niệm an toàn lao động. Những yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn.
- Trình bày được các biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn.

Kỹ năng:

- Thực hiện xử lý được các sự cố như: Hỏa hoạn, điện giật, đứt tay.

Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Vận dụng kiến thức về an toàn lao động khi thực hành chế biến món ăn.
- Thể hiện tính cẩn thận, trách nhiệm khi hoạt động nhóm.

Nội dung môn học

Nội dung tổng quát và phân bố thời gian:

Số TT	Tên các chương trong môn học	Thời gian (giờ)			
		TS	LT	TH	KT
1	Chương 1. Khái niệm và vai trò của công tác an toàn	3	3	0	0
2	Chương 2. Yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn	6	6	0	0
3	Chương 3. Biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn	12	12	0	0
4	Chương 4. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong nhà bếp	6	6	0	0
5	Chương 5. Phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nghề chế biến món ăn	18	17	0	1
	Tổng cộng	45	44	0	1

Nội dung chi tiết:

Chương 1. Khái niệm và vai trò của công tác an toàn

Mã chương: MH10-01

Thời gian: 03 giờ (LT: 01, TH: 0, Tự học: 02)

Giới thiệu: Xã hội coi con người vừa là động lực, vừa là mục tiêu của sự phát triển, con người là vốn quý nhất của xã hội phải luôn luôn được bảo vệ và phát triển. Người lao động là tế bào của gia đình, tế bào của xã hội, do đó thực hiện tốt an toàn lao động là góp phần vào công cuộc xây dựng xã hội. Trong lao động con người luôn cần có được sự an toàn, sự an toàn lao động này có liên quan đến các vấn đề về: tai nạn lao động, bệnh nghề nghiệp, chấn thương trong quá trình lao động. Bài học này giới thiệu về khái niệm và vai trò của công tác an toàn trong nhà bếp.

Mục tiêu:

- *Trình bày được khái niệm và vai trò của công tác an toàn..*
- *Áp dụng những kiến thức cơ bản về an toàn lao động trong thực hành chế biến món ăn.*
- *Nêu cao trách nhiệm trong việc để đảm bảo an toàn, tránh tai nạn lao động khi làm việc trong nhà bếp.*

Nội dung chính:

1.1. Khái niệm về công tác an toàn

- An toàn lao động là tình trạng điều kiện lao động không gây nguy hiểm, không có hại trong quá trình lao động. Ngược lại với an toàn lao động có các khái niệm như: tai nạn lao động, chấn thương, bệnh nghề nghiệp.

- Tai nạn lao động là tai nạn xảy ra gây tác hại đến cơ thể người lao động do tác động của các yếu tố nguy hiểm và có hại trong quá trình lao động.

- Chấn thương xảy ra đối với người lao động trong quá trình làm việc khi không tuân thủ theo các yêu cầu về an toàn lao động.

- Bệnh nghề nghiệp do người lao động không đảm bảo các vấn đề vệ sinh lao động.

Khái niệm công tác an toàn:

“ Công tác an toàn trong nhà bếp là việc đảm bảo cho con người trong nhà bếp được thoải mái, yên tâm và được bảo vệ thoát khỏi sự nguy hiểm, sự độc hại và sự sợ hãi”

1.2. Vai trò của công tác an toàn

- Thể hiện quan điểm chính trị: Xã hội coi con người vừa là động lực, vừa là mục tiêu của sự phát triển, con người là vốn quý nhất của xã hội phải luôn luôn được bảo vệ và phát triển.

- Ý nghĩa về mặt xã hội: Người lao động là tế bào của gia đình, tế bào của xã hội. Bảo hộ lao động là chăm lo đến đời sống, hạnh phúc của người lao động, góp phần vào công cuộc xây dựng xã hội.

- Lợi ích về kinh tế: Thực hiện tốt bảo hộ lao động sẽ mang lại lợi ích kinh tế rõ rệt, sản xuất có năng suất cao, hiệu quả, giảm chi phí khám chữa bệnh, chi phí thiệt hại do tai nạn lao động.

- Công tác an toàn trong nhà bếp có ích lợi rất lớn đối với du khách, đối với người lao động và đối với người quản lý trong nhà bếp về sức khỏe, tính mạng, tâm lý, tài sản, năng suất chất lượng lao động, cụ thể như:

+ Đối với du khách: Công tác an toàn trong nhà bếp nhằm đảm bảo an toàn tính mạng, an toàn về sức khỏe, an toàn tài sản, an toàn về tâm lý cho khách khi tiêu dùng sản phẩm của nhà hàng.

+ Đối với nhà bếp: Công tác an toàn không những đảm bảo được tài sản cho nhà bếp, đảm bảo được tính mạng và sức khỏe của nhân viên, của người quản lý trong nhà bếp mà nó còn nâng cao được uy tín cho nhà hàng. Uy tín này được thể hiện chính ở sự yên tâm, tin tưởng của khách đối với nhà hàng.

*** Tác hại khi không thực hiện tốt công tác an toàn**

Nhà hàng không thực hiện tốt công tác an toàn nên đã xảy ra nhà những tai nạn lao động như: người lao động bị bỏng, bị ngã, gãy chân... và nặng hơn nữa nó còn xảy ra các sự cố đáng tiếc khác như: hiện tượng cháy, nổ... gây thiệt hại nghiêm trọng về tài sản cũng như sức khỏe và tính mạng con người. Ngoài ra, trong quá trình làm việc do nhân viên không tuân thủ các tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm nên sản phẩm phục vụ khách không đảm bảo chất lượng vệ sinh, hậu quả của vấn đề này là nhiều khách hàng đã bị ngộ độc thức ăn. Điều này gây sự e ngại cho du khách khi ăn uống và tiêu dùng sản phẩm của nhà hàng. Hơn thế nữa, công tác an ninh trật tự ở nhà hàng không tốt để xảy ra hiện tượng khủng bố, trộm cắp... không đảm bảo sự bình yên cho khách trong khi ăn uống, sinh hoạt tại nhà hàng.

Câu hỏi ôn tập và bài tập:

1. Công tác an toàn có vai trò gì?
2. Bài tập: hãy kể những vụ tai nạn lao động mà em biết? Nguyên nhân xảy ra tai nạn?

Chương 2. Yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn

Mã chương: MH10-02

Thời gian: 06 giờ (LT: 02, TH: 0, Tự học: 04)

Giới thiệu: Nghề chế biến món ăn tạo ra món ăn với số lượng lớn, vì vậy nơi này tập trung những yếu tố gây mất an toàn. Bài học này giới thiệu về các yếu tố độc hại và nguy hiểm cho người lao động làm việc trong nghề chế biến món ăn.

Mục tiêu:

- *Trình bày được những yếu tố gây mất an toàn trong nghề chế biến món ăn.*
- *Vận dụng vào thực tế, đảm bảo an toàn trong thực hành chế biến món ăn.*
- *Có khả năng sắp xếp hợp lý các thiết bị, vật dụng nhà bếp để hạn chế các yếu tố gây mất an toàn trong nhà bếp.*

Nội dung chính:

2.1. Các yếu tố độc hại trong môi trường lao động của nghề chế biến món ăn

2.1.1. Thiếu ánh sáng trong nhà bếp

Trong nhà bếp bị thiếu ánh sáng sẽ gây ra hiện tượng mỏi mệt, bệnh về mắt, giảm năng suất lao động, chất lượng sản phẩm và tăng nguy cơ tai nạn lao động. Ánh sáng trong nhà bếp phải đảm bảo có độ sáng đạt được từ 200 - 300 lux, không bị chói lóa.

2.1.2. Tiếng ồn trong nhà bếp

Tiếng ồn gây cảm giác khó chịu cho con người, cản trở quá trình suy nghĩ, giảm khả năng làm việc và gây sự khó chịu cho du khách. Trong nhà bếp tiếng ồn được phát ra khi chạy các máy móc thiết bị như: máy xay thức ăn, xay sinh tố, máy làm đá, kem, máy bảo quản thực phẩm, các tiếng bấm chặt và tiếng va chạm dụng cụ trong quá trình làm việc... tiếng ồn cũng được phát ra từ phòng Karaoke, hội trường lớn...

2.1.3. Các yếu tố vi khí hậu có hại trong nhà bếp

Yếu tố vi khí hậu có hại trong nhà bếp là nhiệt độ nóng, độ ẩm quá cao và tốc độ gió quá thấp. Khí hậu không thích hợp trong nhà bếp gây ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe con người, đặc biệt là khu vực chế biến nhiệt trong nhà bếp tạo ra bầu không khí nóng bức làm người toát nhiều mồ hôi, mất cân bằng điện giải do mất K, Na, Ca, I và các vitamin các nhóm C, B, PP, nhịp tim tăng lên làm ảnh hưởng đến thần kinh, dẫn tới các biểu hiện bệnh lý như: choáng, say nóng, chóng mặt nhưc đầu...

Khí hậu tốt nhất trong môi trường làm việc nhà bếp đó là: Nhiệt độ từ 23 đến 27°C, trong khu vực chế biến nhiệt không được vượt quá 32°C, độ ẩm từ 75% - 80.

2.1.4. Bụi, hơi khói, khí độc trong nhà bếp

Bụi, hơi, khói, khí độc trong nhà bếp sinh ra từ bếp than, gas, từ xoong nồi, bụi từ thảo mộc như chè, thuốc lá, bụi ngũ cốc, bồ hóng và do vệ sinh nhà hàng không sạch... các khí độc như CO₂, CO, SO₂, NO₂, Pb và những mùi thức ăn sinh ra trong quá trình chế biến... Bụi, hơi, khói, khí độc có thể gây ra các bệnh cho con người như: phổi, hen, ung thư, viêm phế quản, viêm mũi họng, nhiễm trùng da, chấn thương mắt, đường tiêu hóa và thậm chí còn có thể gây cháy nổ trong nhà hàng.

2.1.5. Các hóa chất dùng trong nhà bếp

Hóa chất trong nhà bếp có nhiều loại khác nhau như: thuốc tẩy trùng, thuốc sát khuẩn, thuốc chống côn trùng, chất tẩy axit... Trong thành phần của các hóa chất này đều có chất độc. Vì vậy, nếu hóa chất không được sử dụng đúng quy cách thì cũng là những yếu tố độc hại cho người sử dụng, đặc biệt là thuốc tẩy sát trùng có mùi khó chịu, dễ ăn mòn da tay, nếu nhiễm chất hóa học nhiều thì sẽ dẫn đến các bệnh như: ung thư, đau đầu, buồn nôn, viêm đường hô hấp... gây ảnh hưởng cho sức khỏe của con người.

2.1.6. Yếu tố sinh học có hại trong nhà bếp

Yếu tố sinh học có hại trong nhà bếp đó chính là các vi khuẩn, nấm mốc tồn tại ở: các thức ăn ôi thiu không đảm bảo vệ sinh, gia súc gia cầm nuôi nhốt, các loại côn trùng như: ruồi, gián, kiến, chuột..., các vật dụng, khu vực chứa rác thải và ở các góc tối có độ ẩm cao trong nhà bếp... Khi người ăn phải các nguyên liệu nhiễm vi khuẩn hay bị nấm mốc có thể dẫn đến bệnh ung thư, bệnh đường tiêu hóa, đường ruột, đau đầu, buồn nôn, ngộ độc thực phẩm... Để phòng trừ các yếu tố sinh học có hại trong nhà bếp thì cần phải đảm bảo vệ sinh sạch sẽ theo đúng các yêu cầu vệ sinh và nhiệt độ, độ ẩm không quá cao

2.2. Yếu tố gây nguy hiểm trong nghề chế biến món ăn

2.2.1. Điều kiện làm việc chật chội, trơn trượt trong nhà bếp

Điều kiện làm việc trong nhà bếp chật chội, trơn trượt do quá trình làm việc không gọn gàng, do sàn nhà ướt, dính dầu mỡ, các vật rơi trên sàn nhà, các mảnh vỡ thủy tinh, cửa sổ mở vướng, nhân viên phục vụ đi, chạy nhanh, giày trơn... Đó là những yếu tố gây cản trở quá trình làm việc an toàn cho người lao động, gây ra va đập, gây vấp ngã trong quá trình lao động.

2.2.2. Chập điện, hỏa hoạn

Nhà bếp là nơi sử dụng rất nhiều thiết bị điện như: hệ thống đèn điện chiếu sáng, đèn trang trí, tủ lạnh, tủ đá, quây kính lạnh bảo quản thực phẩm hàng hóa, lò vi sóng, lò nướng, điều hòa, quạt, bếp điện... Các dụng cụ này nếu bố trí không hợp lý, sử dụng quá tải, đường dây dẫn điện chất lượng kém - hở điện và đặt gần nơi có nước, tường ẩm. Ô cắm điện gần những nơi dễ cháy nổ như xăng dầu, gas... dẫn tới chập điện, đặc biệt là gần các nguyên liệu dễ cháy như gỗ, giấy... là những nguyên liệu nhà bếp đều sử dụng đến. Cháy điện hay hỏa hoạn xảy ra gây tổn thất rất lớn về tài sản cũng như về con người (gây tê liệt thần kinh, bỏng, bị thương... có khi tử vong). Hơn thế nữa, hậu quả đó không chỉ gây thiệt hại cho nhà bếp mà có thể còn lan sang những khu vực kế cận gây nguy hại cho nhiều người khác nữa.

2.2.3. Cháy nổ vật dụng, nhiên liệu, gas, giấy và rác

Trong nhà bếp sử dụng nhiều các vật dụng, nhiên liệu gas... những vật dụng đồ điện quá cũ, chất lượng kém, sử dụng không đúng kỹ thuật có thể dẫn đến chập cháy và hỏng. Đối với việc sử dụng gas, nếu như không lắp van an toàn hoặc quên không đóng gas an toàn, không có đồng hồ theo dõi, đường dây dẫn gas bị cháy, bị hở gas, để gần đường điện hoặc quá trình đun nấu để thực phẩm cháy cũng dễ bị cháy nổ gây ra những nguy hiểm vô cùng đối với người lao động như: bỏng, sẹo, vết xước hoặc những thương tật khác. Ngoài ra, các tia lửa điện, thuốc lá cháy dở, giấy thải, vải hay rác thải bị gom đầy quá tại một chỗ trong nhà bếp cũng là nguyên nhân gây cháy.

2.2.4. Thao tác thiếu chính xác khi sử dụng cụ bếp

Trong quá trình lao động, nếu tư thế, thao tác của nhân viên gò bó, không đúng kỹ thuật, cúi nhiều hoặc đứng nhiều quá, không thoải mái có thể dẫn đến dẫn tĩnh mạch, tụ máu, tê liệt chân tay, ứ trệ tuần hoàn... ảnh hưởng đến sức khỏe của nhân viên. Mặt khác, thao tác sử dụng các dụng cụ bếp mà thiếu chính xác như thao tác cầm dao và cắt thái không đúng kỹ thuật có thể ra các tai nạn như: đứt tay, chảy máu... làm ảnh hưởng đến hiệu quả công việc và an toàn cho nhân viên.

Câu hỏi ôn tập và bài tập:

1. Bài tập: tìm hiểu những yếu tố độc hại ảnh hưởng đến người lao động trong nghề chế biến món ăn?
2. Khi sử dụng những dụng cụ bếp thiếu chính xác sẽ dễ xảy ra nguy hiểm gì?
3. Những hóa chất độc hại nào sử dụng nhiều trong nhà bếp?

Chương 3. Biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn **Mã chương: MH10-03**

Thời gian: 12 giờ (LT: 04, TH: 0, Tự học: 08)

Giới thiệu: Nghề chế biến món ăn là nơi dễ xảy ra những tai nạn gây nguy hiểm cho người lao động. Tai nạn thường xảy ra do kết quả của sự cầu thả, thiếu tập trung, lơ đãng hay sai sót. Thực tế đã chứng minh tai nạn không tự xảy ra mà chính con người gây ra tai nạn. Trong nhà bếp những tai nạn thường xảy ra đó là: bị vấp ngã, bị bỏng, bị trầy xước cơ thể, đứt tay, bị điện giật, bị nghẹn thức ăn, hóc xương...

Nguyên nhân chủ yếu gây ra tai nạn đó là: do làm tràn nước, đổ vỡ, có vật cản trên đường đi, sàn nhà ướt, cửa sổ mở vướng, chạy thay bằng đi bộ, sử dụng máy móc mà chưa được đào tạo về cách vận hành, vào khu vực không được phép như khu vực điện, gas, tay ướt chạm vào ổ cắm điện, sử dụng máy móc không đủ tiêu chuẩn làm việc, sờ tay vào trong khi máy đang vận hành, sử dụng dụng cụ bếp không chính xác... Muốn ngăn chặn tai nạn điều đầu tiên là người lao động cần phải nâng cao tính cẩn thận trong quá trình làm việc còn đối với nhà bếp cần có biển báo an toàn để khuyến cáo mọi người cẩn thận khi vào những khu vực nguy hiểm đó.

Bài học này giới thiệu các biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nhà bếp như: Biện pháp hạn chế vấp ngã, đổ vỡ trong nhà bếp, biện pháp hạn chế bị bỏng.

Mục tiêu:

- *Trình bày được các biện pháp phòng chống tai nạn lao động trong nghề chế biến món ăn.*

- *Vận dụng những kiến thức về phòng chống tai nạn lao động trong thực hành chế biến món ăn.*

- *Chú ý thực hiện các nội quy phòng tránh tai nạn có thể xảy ra trong nhà bếp.*

Nội dung chính:

3.1. Biện pháp hạn chế vấp ngã và đổ vỡ trong nhà bếp

- Nhật tất cả mọi thứ rơi trên sàn nhà, không được đặt vật gì lên cầu thang gây trở ngại đường đi, thu dọn tất cả các mảnh thủy tinh vỡ và cần gói vào giấy trước khi vứt đi.

- Tránh để sàn nhà bị ẩm ướt, trơn trượt. Nền nhà phải bằng phẳng không quá trơn, dễ trượt, không có bậc thấp cao, có độ nghiêng cần thiết để không đọng nước. Nhân viên phục vụ không được chạy trong quá trình làm việc, đi giày thích hợp, đế không trơn, giày không cao quá 3cm.

- Khi dùng thang cần phải đảm bảo thang đứng trong tình trạng an toàn.

- Đóng chặt tất cả các cửa sổ một cách an toàn trước khi lau. Không được dựa lưng vào cửa sổ khi lau dọn sẽ gây mất thăng bằng và ngã.

- Báo cáo những sai sót về bảo dưỡng có thể gây mất an toàn ví dụ thảm rách, nhà sàn bị hỏng, cầu thang hỏng...

- Đèn yếu, cháy hỏng cần thay thế bóng đèn mới, không được cản trở tầm nhìn bằng những vật khác.

- Không được bê quá nặng (quá 25kg), nhà hàng nên trang bị xe đẩy khi vận chuyển hàng hóa hoặc thức ăn.

- Khi đặt các khay đựng thức ăn hoặc đồ thủy tinh, sành sứ lên bàn không được để chìa ra ngoài dễ gây đổ vỡ, quai tách, ấm hướng vào phía trong. Dụng cụ cao nặng xếp vào phía trong, dụng cụ thấp, nhẹ xếp bên ngoài, khay đựng cần có khăn lót tránh sự xô trượt dụng cụ.

- Không được sờ tay vào bề mặt đồ vật mà không thể nhìn thấy, không có sự kiểm tra trước vì có thể có đinh thò hay kính vỡ.

- Khi lau bụi trên cao, thang phải kê chắc chắn, tránh để mất thăng bằng. Khi lau ly thủy tinh, tránh ấn mạnh tay làm vỡ ly khiến các mảnh thủy tinh đâm vào tay. Các bề mặt rửa bát cần cẩn thận không có gờ để tránh bị xước tay trong quá trình sơ chế.

- Lối vào, lối ra cần riêng biệt để tránh va quệt, đồ vỡ, vấp ngã.

3.2. Biện pháp hạn chế bị bỏng

- Tránh để va chạm tay trực tiếp vào dụng cụ nóng, nồi nước đang sôi, nhất là chảo mỡ còn đang sôi nóng, không đưa tay ngang qua chỗ tỏa nhiệt.

- Không nên bê chảo nóng, nồi xoong nóng quá nặng.

- Khi cho thức ăn vào chảo rán mỡ đang nóng cần phải nhẹ tay, tránh để bắn mỡ vào tay gây ra bỏng.

- Chảo rán cần phải khô trước khi cho dầu, mỡ vào và nguyên liệu cũng cần phải lau khô trước khi cho vào chảo mỡ để tránh mỡ nóng bắn lên.

- Khi sử dụng lò vi sóng hoặc lò nướng cần cẩn thận, không dùng tay đụng trực tiếp bên trong lò. Khi lò dừng hoạt động, để thức ăn nguội bớt khoảng 1-2 phút trước khi lấy ra khỏi lò. Đặt nắp lo lại sau khi sử dụng. Không sử dụng lò vi sóng để nấu nước và không sử dụng những dụng cụ không được sử dụng cho lò vi sóng để chứa đựng nguyên liệu đưa vào lò nấu.

- Tuân thủ đúng quy định về an toàn lao động và sử dụng thiết bị bảo hộ đúng mục đích.

Câu hỏi ôn tập và bài tập:

1. Trình bày biện pháp hạn chế bị bỏng.
2. Trình bày biện pháp hạn chế vấp ngã.
3. Bài tập: Thực hiện dọn sàn nhà để tránh vấp ngã.

Chương 4. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong nhà bếp

Mã chương: MH10-04

Thời gian: 6 giờ (LT: 02, TH: 0; Tự học 04)

Giới thiệu: Có bốn tác nhân cơ bản gây hỏa hoạn đó là: oxy, nhiên liệu, sức nóng và các cơ hội tình cờ gây hỏa hoạn. Bài học này giới thiệu các biện pháp phòng chống hỏa hoạn xảy ra trong nhà bếp.

Mục tiêu:

- *Trình bày được kiến thức về biện pháp phòng chống hỏa hoạn trong nhà bếp*
- *Vận dụng vào thực tế, tránh để xảy ra hỏa hoạn khi thực hành chế biến món ăn.*
- *Có khả năng sắp xếp hợp lý các thiết bị sử dụng điện, vật liệu dễ cháy nổ trong nhà bếp; trang bị phương tiện phòng chống hỏa hoạn khi làm việc thực tế.*

Nội dung chính:

4.1. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn do chập điện

- Khi cắm phích điện cần chú ý, không chạm ngón tay vào phần kim loại tiếp xúc trực tiếp với điện.
- Bảo vệ phích cắm, ổ cắm không được tiếp xúc với nước và những nơi dễ hút cháy, đặc biệt là các vật liệu dễ cháy như giấy, thảm lửa...
- Luôn kiểm tra các thiết bị điện: những ổ cắm, phích điện cần phải được bảo dưỡng, sửa chữa thường xuyên và tuyệt đối không dùng thiết bị điện hỏng, bị lỗi. Không được dùng máy hút bụi khi dây bị sờn.
- Không dùng điện quá tải.
- Cần kiểm tra kỹ lưỡng dụng cụ cách điện, kiểm tra kỹ hệ thống điện như: đường dây trần, cầu dao điện, phương tiện bảo hộ cá nhân khi sửa chữa. Không đặt dây điện ở những nơi dễ vướng mắc khi đi lại.
- Hết ca làm việc cần ngắt tất cả thiết bị điện (trừ tủ lạnh).
- Khi làm vệ sinh thiết bị điện và khi sử lý tình huống khi có chập điện cần bình tĩnh dập cầu dao, dùng bình khí CO₂ để dập cháy, tuyệt đối không dùng nước để dập lửa cháy, không dùng chăn ướt, không dùng xô cát vì dễ gây ra giật điện, thao tác cần bình tĩnh nhưng phải nhanh chóng để tránh trường hợp nổ điện.

4.2. Biện pháp phòng chống hỏa hoạn do nổ vật dụng, nhiên liệu

- Nhà hàng cần tự động hóa các khâu phòng chống tai nạn nguy hiểm.
- Lắp đặt hệ thống thiết bị chống cháy lan trong đường ống xăng dầu, khí đốt, các chất phụ trợ, các thiết bị hoặc công đoạn có nhiều nguy cơ cháy nổ với khu vực sản xuất bình thường, có nhiều người làm việc.
- Nhân viên cần phải biết rõ sơ đồ, chỗ để và cách sử dụng các thiết bị chữa cháy như: bình cứu hỏa, hệ thống cứu hỏa, đèn điện, chuông cứu hỏa.
- Không để các vật dễ gây cháy gần với khu vực phát nhiệt (bếp, thuốc lá cháy dở). Không hút thuốc ở khu vực cấm hút thuốc. Kiểm tra khu công cộng nếu thấy có khói, dập tắt ngay, không vút mẩu tàn thuốc xuống sàn.
- Khu vực cầu thang, lan can và các lối thoát hiểm cần thông thoáng, không để vật cản trở, tắc nghẽn như: xe đẩy, khay, tủ...
- Lắp cho bếp gas các thiết bị ngắt tự động khi gas bị xì, bị hỏng, cần lắp van an toàn cho các bếp, bình gas.

- Tránh để các vật dễ cháy gần bình gas, bếp gas như tàn thuốc lá, giấy, thảm len, dầu, cồn...
- Khi phát hiện thấy dây dẫn gas chớm cháy cần nhanh chóng đóng van an toàn, dập tắt lửa ngay bằng tấm vải ướt, nước, bình xịt...

Câu hỏi ôn tập và bài tập:

1. Trình bày cách sử dụng các thiết bị có sử dụng điện trong nhà bếp để không xảy ra hỏa hoạn.
2. Bài tập: Trình bày các biện pháp phòng chống hỏa hoạn khi sử dụng bếp ga?

Chương 5. Phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nghề chế biến món ăn

Mã chương: MH10-05

Thời gian: 18 giờ (LT: 06, TH: 0, KT: 01, Tự học: 11)

Giới thiệu: Trong nhà hàng thường xảy ra các sự cố như hỏa hoạn, bị điện giật, đứt tay, bong gân, khách bị hóc xương, khách bị ngất... Bài học này giới thiệu các biện pháp xử lý khi gặp những tình huống trên.

Mục tiêu:

- *Trình bày được phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nhà bếp.*
- *Vận dụng vào thực tế, biết cách xử lý các sự cố xảy ra trong nhà bếp.*
- *Rèn luyện tính cẩn thận, phương pháp xử lý các sự cố xảy ra trong nhà bếp.*

Nội dung chính:

5.1. Xử lý tình huống khi có hỏa hoạn

- Ấn chuông báo động, thông báo cho ban quản lý, nhân viên và cho khách một cách nhanh chóng.

- Gọi bộ phận chữa cháy bằng đèn báo động, điện thoại hay thông qua lễ tân hoặc trực ban.

- Giúp khách sơ tán: không được dùng thang máy, không được quá vội vàng, không dừng lại thu nhặt đồ cá nhân.

- Kiểm tra đảm bảo tất cả mọi người đã thoát khỏi nhà hàng. Mọi người phải tập trung tại một nơi an toàn, dễ tập hợp.

- Đóng cửa ra vào và cửa sổ thật chặt.

- Dập lửa bằng phương tiện thích hợp có thể: tùy từng loại vật liệu cháy mà dùng phương tiện dập lửa thích hợp. Cụ thể:

+ Thiết bị phun nước: Phù hợp với đám cháy từ gỗ, vải, giấy...

Hướng tia phóng vào gốc có đám cháy từ gỗ, giấy. Giữ nó chuyển động dọc khu vực có đám cháy. Sau khi đám cháy chính đã bị dập, phun lại tất cả những chỗ còn nóng tránh hiện tượng cháy âm ỉ khó phát hiện. Nếu đám cháy bốc thẳng, tấn công đám cháy ở điểm thấp nhất sau đó bám đứng lên. Không sử dụng thiết bị phun nước để dập lửa khi đám cháy từ điện hoặc dầu mỡ.

+ Thiết bị dập lửa bằng CO₂: phù hợp với đám cháy có chất lỏng dễ cháy (dầu, mỡ).

Hướng phễu phóng vào gốc của đám cháy. Giữ tia phóng chuyển động dọc theo khu vực cháy. Không đung đèn phễu phóng – nó sẽ làm bạn rất lạnh. Thông gió khu vực ngay sau khi đám cháy đã được dập tắt.

+ Thiết bị phun bột: Phù hợp với đám cháy có giấy, gỗ và vải.

Đứng cách phía sau và quét tia phóng từ bên này sang bên kia. Đối với đám cháy trong các xe hàng, hướng tia phóng vào gờ bên trong, không hướng bột trực tiếp vào chất lỏng đang cháy tránh trường hợp nó làm bắn đám cháy xa hơn.

+ Thiết bị dập lửa bằng bột: Phù hợp với chất lỏng dễ cháy (dầu, mỡ).

Hướng vào gốc của đám cháy, chuyển động dọc theo khu vực cháy cho đến khi đám cháy tắt. Nếu đám cháy là do thiết bị điện cần ngắt thiết bị điện ra khỏi mạng điện và hướng tia phóng vào dập lửa.

+ Chắn chống cháy: Phù hợp khi dập đám cháy nhỏ có chất lỏng như: chảo rán hay quần áo đang cháy. Chùm chắn lên đám cháy. Không để ngọn lửa hướng về phía có người.

+ Vòi cứu hỏa: Phù hợp với đám cháy từ gỗ, giấy, vải. Tháo cơ cấu khóa trên cuộn vòi. Mở van (để cho nước vào vòi). Lấy độ dài cần thiết của vòi tới đám cháy. Hướng tia nước tới gốc của đám cháy và di chuyển dọc qua đám cháy.

5.2. Xử lý tình huống bị điện giật

- Cắt nguồn điện, nếu không ngắt được điện nguồn thì dùng găng tay cao su, ủng cao su, tất vải khô hoặc đứng lên ván gỗ khô, dùng gậy tách nạn nhân ra khỏi dây điện.
- Đưa nạn nhân vào nơi an toàn, kiểm tra độ tỉnh táo.
- Để nạn nhân ngồi nghỉ ở trạng thái an toàn khi nạn nhân còn tỉnh.
- Hô hấp nhân tạo nếu nạn nhân không còn thở.
- Kết hợp hô hấp và ép tim ngoài lồng ngực nếu mạch ngừng đập.
- Đưa đi bác sĩ nếu cần thiết.

5.3. Xử lý tai nạn đứt tay và những vết xước nhỏ

- Rửa sạch vết đứt, vết xước và băng bó lại (không buộc quá chặt).
- Nếu sau khi băng bó vẫn còn chảy máu đáng kể, hãy dùng một loại băng gạc sạch buộc vết thương chặt hơn, nếu không đỡ có thể dùng nẹp buộc chặt.
- Nếu nghi ngờ vết thương thì nên đi khám bác sĩ.

5.4. Xử lý tai nạn là những vết bỏng nhẹ

- Đưa chỗ bị bỏng vào vòi nước đang chảy chậm hoặc ngâm trong nước lạnh, nước đá.
- Nhẹ nhàng tháo các vật dụng cá nhân (nhẫn, đồng hồ, thắt lưng...) ở chỗ bị bỏng trước khi nó sưng lên. Nếu bỏng nặng khi đang mặc quần áo thì không cởi quần áo mà làm lạnh trên quần áo sau đó dùng gạc băng bó vết thương.
- Khi bị bỏng không nên dùng băng dính bó.
- Không dùng mỡ, thuốc mỡ, thuốc ngứa hoặc kem thoa vào vết bỏng.
- Sau khi bị bỏng một thời gian, vết bỏng sẽ rộp lên, phồng lên. Khi đó không được làm vỡ chỗ phồng lên, nếu không sẽ dễ gây ra nhiễm trùng.
- Nếu vùng bị bỏng lớn cần chuyển ngay nạn nhân đi bệnh viện.

5.5. Xử lý tai nạn nghẹn thức ăn, hóc xương

Khi khách bị nghẹn thức ăn không thể ho, không thể nói hoặc khó thở thì nhân viên cần nhanh chóng gọi cho đội cứu thương, trong lúc chờ đợi đội cứu thương thì có thể chữa trị cho khách như sau:

- Ấn liên tục 4 lần nhanh và mạnh về phía sau lưng của nạn nhân: sử dụng cùi tay “thụy” thật nhanh, đủ mạnh và chính xác vào giữa hai xương bả vai, đồng thời một tay đỡ ngực nạn nhân.

- Nếu cách đó không thành công thì tiếp tục đánh 4 lần thật mạnh vào bụng, hướng vào phía trong bụng nạn nhân: đứng đằng sau nạn nhân, choàng hai tay ôm eo nạn nhân; hai tay nắm chặt với nhau và để phần cuối ngón cái gần cổ tay ở giữa eo và khung xương sườn, sau đó ấn mạnh nhanh 4 lần liên tiếp theo hướng lên trên vào trong bụng (đối với nạn nhân quá béo hoặc phụ nữ mang thai thì không dùng cách này được).

- Đối với nạn nhân quá béo hoặc phụ nữ mang thai thì ấn mạnh vào ngực về phía sau bằng cách đứng đằng sau, quàng hai tay dưới nách nạn nhân, nắm chặt hai tay và dùng phần cuối ngón cái gần cổ tay để ở giữa xương ngực rồi ấn nhanh mạnh hướng vào phía sau.

- Nạn nhân là trẻ con đang ăn bị hóc và ngừng thở thì khẩn trương úp mặt nạn nhân xuống qua hai đầu gối rồi ấn mạnh, nhanh vào lưng, ở giữa hai xương bả vai.

- Kiên trì làm các động tác như vậy trong lúc chờ đợi cứu thương.

5.6. Xử lý tình huống bị bong gân

- Đe cho chỗ bị bong gân ở vị trí thoải mái, chắc chắn.
- Dùng gạc để băng bó vết thương.
- Nếu bong gân ở mắt cá chân thì dùng băng gạc băng bó toàn bộ bàn chân và đưa đi cấp cứu.

5.7. Xử lý tình huống bị choáng, ngất.

- Khách bị choáng hãy cho khách ngồi xuống, ngả đầu về phía trước giữa hai đầu gối và yêu cầu nạn nhân hít thở thật sâu.
- Nếu nạn nhân bất tỉnh nhân sự, nhưng vẫn thở bình thường thì cho nạn nhân nằm xuống và giơ hai chân nạn nhân lên. Sau đó tháo bỏ quần áo nịt chặt ở ngực, eo, cổ... để giúp cho việc lưu thông máu và giúp nạn nhân có thể thở được một cách dễ dàng. Động viên an ủi nạn nhân khi tỉnh lại và từ từ đỡ nạn nhân ngồi dần lên.
- Không cho nạn nhân ăn gì cho đến khi nạn nhân hoàn toàn tỉnh, khi nạn nhân tỉnh cho uống nước lạnh từ từ từng hớp một. Không được cho nạn nhân uống rượu.
- Nếu thấy nạn nhân không đỡ thì nên đưa nạn nhân đi bác sĩ.

Câu hỏi ôn tập và bài tập:

1. Trình bày cách xử lý tình huống khi có hỏa hoạn xảy ra trong nhà hàng.
2. Khi có người bị điện giật phải xử lý như thế nào?
3. Bài tập: thực hiện xử lý khi có người bị đứt tay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] *Văn bản Luật an toàn, vệ sinh lao động*, 2015.
- [2] Nguyễn Văn Mỹ, Nguyễn Hoàng Vinh, 2016, *Giáo trình an toàn lao động lưu hành nội bộ Trường Đại học Công nghiệp*.