

## 疾控专栏 健康生活

龙游县疾病预防控制中心电话:7021845

职业健康保护行动

# 职业健康护航,心理健康同行

2025年4月25日至5月1日,是第23个《中华人民共和国职业病防治法》宣传周。今年的活动主题“关爱劳动者心理健康”。

《中华人民共和国职业病防治法》是我国为了预防、控制和消除职业病危害,防治职业病,保护劳动者健康及其相关权益,促进经济社会发展,根据宪法制定的法律,自2002年5月1日起开始实施。

### 那么什么是职业病呢?

职业病是指企业、事业单位和个体经济组织的劳动者在职业活动中,因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害物质等因素而引起的疾病。

我国目前最新的法定职业病目录共12类135种,具体分类为:

- (1)职业性尘肺病及其他呼吸系统疾病 19种
- (2)职业性皮肤病 9种
- (3)职业性眼病 3种
- (4)职业性耳鼻喉口腔疾病 4种
- (5)职业性化学中毒 59种
- (6)物理因素所致职业病 7种
- (7)职业性放射性疾病 13种

- (8)职业性传染病 5种
- (9)职业性肿瘤 11种
- (10)职业性肌肉骨骼疾病 2种
- (11)职业性精神和行为障碍 1种
- (12)其他职业病 2种

### 如何进行职业病防治呢?

职业病的最大特点之一就是可以预防性。因此,职业病防治要遵守“三级预防”的原则,开展综合治理。需要政府监管部门、用人单位、技术服务支撑机构和劳动者等多方共同努力。

职业病防治是保障劳动者健康权益的重要工作。在日常工作中,我们往往关注到了物理、化学等因素对身体的伤害,却容易忽视心理健康问题。事实上,长期的工作压力、不良的工作环境等都可能对劳动者的心理健康产生负面影响,进而影响工作效率和生活质量。因此,关爱劳动者心理健康,是企业和社会应尽的责任。

《中华人民共和国职业病防治法》明确了用人单位在职业病防治方面的责任,其中包括保障劳动者的劳动者也享有了解工作场所职业病危害因素、获得

职业健康检查和心理健康咨询等权利。

### 我们能做什么?

#### (一)用人单位

用人单位应建立健全职业病防治责任制,加强对职业病防治的管理,提高职业病防治水平,对本单位产生的职业病危害承担责任。

营造良好的工作氛围,关注员工工作状态,合理安排工作任务,避免过度劳累和压力过大。提供心理健康培训和咨询服务,帮助员工提升心理调适能力,及时化解心理问题。

#### (二)劳动者

遵守职业病防治法律、法规、规章和操作规程,学习和掌握相关的职业卫生知识、增强职业病防范意识。

正确使用、维护职业病防护设备和个人使用的职业病防护用品,发现职业病危害事故隐患应当及时报告。

养成健康的生活方式,学会合理调节情绪,注重个人心理健康,保持良好的心态。

# 不准在林区吸烟 点火照明

一个小小的烟头, 足够点燃一片绿色的森林, 不要小瞧随手乱扔的一个烟头, 更不能抱有侥幸心理