

职业健康防护歌

中国石油集团测井有限公司天津分公司 侯宏江

1、放射性同位素

原子核，放射线，阿法贝塔和伽马
放射性，同位素，天然放射能自发
照机体，起效应，诱发疾病很严重
多行业，多工种，工作性质各不同
跑勘探，找油层，测井钻井经常用
核燃料，矿采业，有机化工制造业
橡胶业，造纸业，稀有金属冶炼业
国防用，医疗用，经济发展不离它
这也好，那也好，就是失控暗藏杀
辐射量，有单位，它的名称叫戈瑞
一以内，十以内，数量越大病加倍
轻病者，微症状，头晕乏力食欲降
十以内，强预防，造血功能受损伤
到五十，入大肠，两周以内必死亡
再往上，脑损伤，两天以内去天堂
骨肿瘤，白血病，基因突变成畸形
净空气，降浓度，防止空气进人体
放射源，进容器，规范操作要严细
操作者，要牢记，专业劳保必戴齐
手污染，要警惕，不摸食物和用具
江河水，要注意，污染水源是大忌
缩时间，拉距离，人源之间要屏蔽

常体检，看报告，防护设施见实效
早诊断，早治疗，健康生命最重要

2、有毒物质

欧阳锋，号西毒，江湖人称老毒物
现实中，各种毒，职业生涯别疏忽
有固体，有液体，还有气体气溶胶
莫大意，莫马虎，生产过程防中毒
铅汞镉，锰镍铬，各种金属化合物
铅矿山，搞熔炼，多种工艺都含铅
半导体，景泰蓝，油漆颜料制药丸
汞矿山，搞冶炼，生产食盐和烧碱
着色剂，产醋酸，原料来自锰矿山
说不尽，道不完，各种金属毒相连
苯甲苯，二甲苯，二氯乙烷正己烷
做染料，制家具，有机溶剂占领域
清洗剂，脱脂剂，电子液晶显示器
正己烷，正戊烷，三氯甲烷和硫酸
没有色，味发甜，千万别当饮料干
硫化氢，氯化氢，一氧化碳可点燃
有毒物，上百千，工作第一命当先
损五脏，伤六腑，发肤四肢和器官
人与毒，和空间，三者之间要切断
找条件，寻根源，加强控制限值限
防泄漏，防外溢，集中监视和管理
控过程，按程序，加储运输需密闭
常通风，有布局，工作生活要分区
报警器，有标识，应急通道易撤离
降浓度，查仪器，跑冒滴漏不允许

急救箱，呼吸器，防毒用具要给力
遇应急，会处理，切莫错过抢救期
严要求，强教育，无毒无害最如意

3、粉尘

大气中，要小心，有个杀手叫粉尘
悬半空，来入侵，灰尘烟尘矿砂尘
有矽尘，有煤尘，石墨炭黑水泥尘
有石棉，有滑石，云母陶瓷铝粉尘
微粒状，分布广，矿业加工主战场
钻鼻孔，进口腔，无孔不入损健康
犯鼻炎，气管炎，呼吸功能受损伤
肺结核，支气管，肺炎肺癌肺纤维
肺气肿，心血管，胸廓畸形胸膜肥
人消瘦，常哮喘，咳嗽咳痰呼吸难
严重者，癌扩散，生命短暂赴黄泉
治愈难，可预防，工程措施筑防线
改工艺，搞攻关，最大限度保平安
勤通风，常除尘，湿式作业避尘源
定标准，净空气，防尘劳保戴齐全
严监督，细管理，加强教育和宣传

4、高处作业

站的高，望的远，高处作业有风险
要悬空，要登攀，临边洞口交叉间
从两米，到五米，这个高度算一级
三十米，再往上，高度就算特高级
手抓松，脚蹬空，很有可能倒栽葱
常揪心，血压升，长此作业留阴影
免疫降，消化差，病毒感染机会大

身体翻，天地玄，伤筋动骨一百天
严重者，身体残，命悬直到鬼门关
新工人，上岗前，安全技术要训练
学技能，长经验，学习考核建档案
高血压，心脏病，癫痫恐高眩晕症
晕厥症，关节痛，这些人员别冲动
脚手架，作业车，升降平台防坠落
安全带，安全绳，关键时刻能救命
安全帽，要戴好，遇到危险把命保
工作时，要专心，安全第一打满分

5、噪声

说噪声，道噪声，噪声种种数不清
设备启，机械动，四周响起轰隆隆
运输忙，车穿行，不分场合喇叭鸣
装修闹，要改造，电钻电锯响不停
插耳机，随身听，摇滚会上追歌星
分贝高，我烦恼，一天到晚气不消
噪声大，我怕怕，吓死宝宝真是孬
血压升，偏头痛，翻来覆去做噩梦
耳常鸣，听不清，好似蚊子乱嗡嗡
各工种，有分工，做好吸声和隔声
找途径，做消声，分时分段来严控
要远离，乱环境，工程施工要文明
身体健，最轻松，无病无灾一身轻

6、高温

抓生产，要工作，辛苦忙碌搞建设
在野外，忍寂寞，高温高湿无处躲
太阳毒，地表热，厄尔尼诺来惹祸

在室内，热辐射，体温调节出差错
反应慢，易中暑，头晕恶心吐白沫
冰块敷，擦腋窝，应急处理别耽搁
在野外，避高温，分时分段来工作
在室内，要通风，做好防护和降热
调饮食，勤补水，防暑降温有举措
有监护，劳逸合，快乐健康劳动者

7、低温

三九天，到寒冬，冰冻三尺刮北风
保生产，霜雪中，常规应急去施工
温差大，环境封，冷藏作业在其中
气温低，湿度高，生理心理起反应
呼吸急，心率快，身体麻木伴头痛
皮肤热，金属冷，粘皮伤害可不轻
注意力，不集中，诱发末梢面神经
起冻伤，腰肌痛，风湿疾病伴终生
棉工服，棉工帽，棉皮手套保暖用
更衣室，休息室，暖器设备热烘烘
高血压，心脏病，调整岗位换工种
半边天，女职工，四期之内不任用
饮食中，忌生冷，肉类蔬菜多品种
强体质，多运动，寒冷低温能适应

8、激光

太阳光，不算亮，最亮的光是激光
激辐射，光放大，相干方向和高亮
用途广，特性强，工业农业和国防
能焊接，能扫描，雷达通讯和制导
能打孔，能美容，治疗疾病它也行

波光长，曝光长，激光对眼有损伤
眼角膜，点片状，变性坏死及溃疡
晶状体，混浊状，诱发变成白内障
视网膜，黑暗状，视力急剧往下降
对皮肤，也损伤，色素沉积加溃疡
告知牌，防护罩，工作场所没外行
受重伤，别楞扛，医疗救治最妥当
多休息，避强光，保持安静不慌张

9、强烈振动

工作中，静和动，有种运动叫振动
说振动，要把控，长此以往职业病
全身振，局部振，程度不同分讨论
振动源，振动频，机车做功传到
人操作者，施工人，支撑部分足和臀
沿下肢，到躯干，振动传布到全身
局部振，分工种，铆工锻工钻孔工
捣固工，研磨工，电锯电刨作业工
全身振，震源工，车载钻机操作工
地震工，钻前工，钻井机房发电工
足部疼，腰椎损，恶心呕吐头发晕
出冷汗，脸苍白，心率血压低徘徊
白指病，气锤病，振动血管神经病
心血管，骨组织，听觉损害肠胃痛
改工艺，强减振，控制振源是根本
自动化，人为本，尽其所能别接振
强防护，配用品，针对防振定方针
勤体检，莫粗心，身心健康才是真

10、重体力劳动

劳动者，最光荣，脑力体力建勋功
体力者，强度重，按照级别分四等
三四级，最为重，八个小时耗体能
净劳动，按分钟，三百五十到七十
休息少，忙不停，身体机能一直绷
建筑工，搬运工，矿山井下电钳工
锅炉工，爆破工，高层表面清洗工
矿产业，林木业，特殊工种有多种
重体力，负荷重，极易引发职业病
腰间盘，风湿病，身体各种关节痛
肩周炎，腰肌损，疲劳过度综合症
自动化，智能化，劳动强度别太大
人为本，人性化，调整倒班时间差
补营养，助消化，调整心理情绪化
常查体，多休息，精神愉快要豁达