

فهرست مطالب

۴	پیش گفتار
۵	بخش اول
۵	مقدمه
۵	مقدمه
۷	افزایش بهره‌وری با رعایت قوانین ارگونومی
۸	افزایش روحیه و توان کارکنان با ارگونومی در محیط کار
۸	هزینه آسیب‌ها در محیط کار
۹	هدف نهایی علم ارگونومی
۱۰	اختلالات اسکلتی-عضلانی و مهمترین ریسک فاکتورهای موثر بر آن
۱۲	فرایند ارگونومی
۱۲	ارزیابی ریسک
۱۲	برنامه‌ریزی بهبود
۱۲	سنجش پیشرفت
۱۲	اهداف ارگونومی
۱۳	مزیت‌های ارگونومی
۱۳	مدیریت مخاطرات ارگونومیکی در محیط کار
۱۵	بخش دوم
۱۵	مروری بر مطالعات گذشته در زمینه مدیریت ارگونومی در محیط کار
۱۵	مروری بر مهمترین مطالعات انجام شده
۲۱	بخش سوم
۲۱	هدف مدل مدیریت و ارزیابی ارگونومی TEMA
۲۱	ساختار اصلی مدل مدیریت و ارزیابی ارگونومی TEMA
۲۳	مفهوم مهندسی تاب آوری (Resilience engineering)
۲۳	اجزای تشکیل دهنده تاب آوری (Resiliency) یک سیستم
۲۵	تاب آوری در مدل TEMA
۲۸	مدل مدیریت کایزن
۲۹	مفهوم چرخه دمینگ

۲۹.....	کاربرد چرخه PDCA
۳۱.....	تشریح روش بکار رفته در مدل TEMA برای ارزیابی شاخص ارگونومی
۳۱.....	ارگونومی فیزیکی (Physical ergonomic)
۳۴.....	ارزیابی استرین شغلی (SI-JSI)
۳۵.....	ارزیابی کارهای استاتیک و دینامیک
۳۷.....	مقیاسهای مهم اندازه گیری تنشهای فیزیولوژیکی
۳۹.....	آنتروپومتری (Anthropometry):
۴۲.....	ارگونومی شناختی (Cognitive ergonomic)
۴۳.....	پرسشنامه ارزیابی محتوای شغلی (JCQ)
۴۳.....	پرسشنامه ارزیابی بار کاری NASA - TLX
۴۴.....	پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبورگ (Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)
۴۵.....	ارگونومی محیطی (Environmental ergonomics)
۴۶.....	مطالعه دلفی (Delphi method)
۴۷.....	فرایند تحلیل سلسله مراتبی (AHP)
۵۳.....	ارزیابی ارگونومی فیزیکی (Physical ergonomic)
۵۳.....	ارزیابی استرین شغلی (SI-JSI)
۵۳.....	ارزیابی کارهای استاتیک و دینامیک
۵۴.....	ارزیابی آنتروپومتری و بیومکانیک
۵۵.....	ارزیابی ارگونومی شناختی (Cognitive ergonomic)
۵۵.....	پرسشنامه ارزیابی محتوای شغلی (JCQ)
۵۵.....	پرسشنامه ارزیابی بار کاری NASA - TLX
۵۶.....	ارزیابی ارگونومی محیطی (Environmental ergonomics)
۵۶.....	ارزیابی ریسک ارگونومیک فردی
۵۶.....	ریسک فاکتورهای فیزیکی:
۵۷.....	ریسک فاکتورهای شناختی:
۵۷.....	ریسک فاکتورهای محیطی:
۵۸.....	مدل پیشنهادی ارزیابی شاخص ارگونومی برای مشاغل ستادی
۵۹.....	مدل پیشنهادی ارزیابی شاخص ارگونومی برای مشاغل عملیاتی
۶۰.....	مدل پیشنهادی ارزیابی شاخص ارگونومی برای مشاغل پشتیبانی

معادلات محاسبه شاخص ریسک ارگونومی: ۶۱

شش نکته برای ایجاد یک برنامه ارگونومی مشارکتی ۶۸

ارزش یک فرآیند فراگیر و مشارکتی ۷۰

مصادیق اجرایی در حوزه ارگونومی مشارکتی: ۷۰

تعیین معیارهای صلاحیت ارگونومی مشاغل: ۷۳

برآورد هزینه ناشی از اختلالات ارگونومی ۷۴

تکمیل و ارائه مداخلات و اقدامات کنترلی شغل/شاغل: ۷۷

منابع (References) ۸۰

پیوستها ۸۶