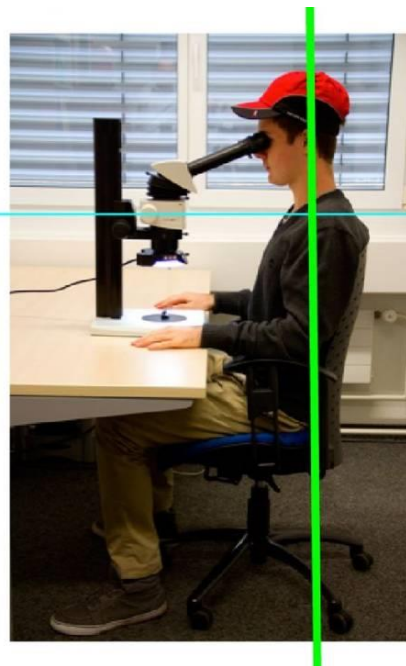
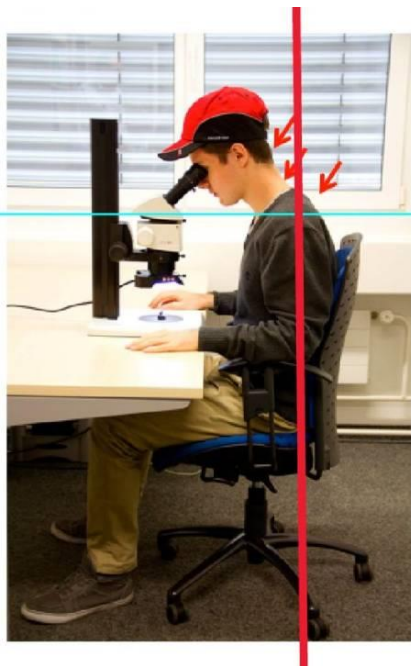


## فاکتورهای ارگونومیکی برای کار با میکروسکوپ



میکروسکوپ، یکی از رایج‌ترین تجهیزات مورد استفاده در آزمایشگاه‌های شیمی است و کارکنان آزمایشگاهی قسمت عمده‌ای از زمان خود را صرف کار کردن با این دستگاه می‌کنند. در ادامه به معرفی فاکتورهایی که در هنگام کار با میکروسکوپ باید مورد توجه قرار گیرند، می‌پردازیم:

- نشستن در نزدیک سطح کار
- پرهیز از تکیه‌دادن به لبه‌های سخت
- قراردادن آرنج‌ها در دوطرف بدن
- تنظیم کردن ارتفاع میکروسکوپ با صندلی کار برای قرار گرفتن بدن در حالت مستقیم
- قرار دادن میکروسکوپ در لبه‌ی میز برای پرهیز از خم‌شدن کمر در هنگام کار
- انجام حرکات کششی هر یک ساعت
- استراحت چشم‌ها هر ۱۵ دقیقه بک‌بار