



Hướng Dẫn Kiểm Soát và Giảm Mức Độ Hít các Sản Phẩm Chăm Sóc Móng

Các qui định hướng dẫn này trình bày các bước mà nhân viên chăm sóc móng có thể áp dụng để làm việc an toàn hơn nhờ giảm thiểu mức độ hít các chất có thể gây hại hoặc dị ứng. Điều quan trọng là nhân viên tiệm phải áp dụng các phương pháp bảo đảm chăm sóc móng cho khách hàng ở mức an toàn nhất có thể được. Khi áp dụng các biện pháp thích hợp, bạn sẽ dễ dàng chăm sóc móng cho khách hàng một cách chuyên nghiệp và an toàn, đồng thời tránh hít phải quá nhiều bụi cũng như hơi hóa chất. Giảm mức độ hít bụi và hơi hóa chất là bước quan trọng để bảo đảm xử lý đúng cách và an toàn các sản phẩm chăm sóc móng.

Tiếp Xúc Quá Nhiều với Hóa Chất là gì?

Gần như tất cả các chất trên Trái Đất đều có mức độ tiếp xúc an toàn và có thể không an toàn. Tôn thương có thể xảy ra nếu vượt các mức an toàn này nhiều lần hoặc trong thời gian dài. Ví dụ, hít quá nhiều một số hơi hóa chất hoặc bụi ở tiệm trong thời gian dài có thể dẫn tới tình trạng tiếp xúc quá nhiều với các chất này. Thông thường, hơi hóa chất trong không khí được lưu thông thích hợp ở tiệm đều phải theo các giới hạn an toàn của OSHA và thấp hơn nhiều so với các mức này. Tuy nhiên, không phải tất cả các tiệm đều có hệ thống thông gió thích hợp. Những tiệm không có hệ thống thông gió thích hợp có thể không hiểu được tầm quan trọng của vấn đề này.

Thông gió là bước quan trọng để cải tiến môi trường tiệm cho khách hàng, đồng thời tạo môi trường làm việc dễ chịu hơn cho các nhân viên của tiệm. Thông gió thích hợp có thể giúp những người nhạy cảm tránh được các triệu chứng như ngứa mắt, mũi, họng, đau đầu, khó thở, lo lắng hoặc buồn ngủ. Cách tốt nhất để tránh hít quá nhiều hóa chất là kiểm soát mức độ hơi hóa chất và bụi trong không khí ở tiệm. Một trong những cách tốt nhất để bảo đảm điều kiện làm việc an toàn là áp dụng các qui định hướng dẫn này để giúp không khí trong tiệm sạch hơn.

Giúp không khí trong tiệm sạch hơn

Một số nhân viên lầm tưởng rằng các hệ thống thông gió chỉ là để kiểm soát mùi hôi, nhưng thực ra mùi hôi không phải là lý do cần thông gió. Một chất nào đó có mùi lạ hoặc mùi khó chịu không có nghĩa là hít chất đó sẽ có hại. Mùi không cho biết chất đó là an toàn hay có hại. Chẳng hạn như bít tắt dơ. Bít tắt dơ có mùi khó chịu, nhưng hít vào không có hại.

Đừng thông gió để loại bỏ mùi hôi; mà nên thông gió để kiểm soát bụi và hơi hóa chất. Điều đặc biệt quan trọng là cần kiểm soát chất lượng không khí ở nơi bạn thở. Hãy hình dung nơi bạn thở giống như một quả địa cầu vô hình, dài hai feet tính từ miệng của bạn. Không khí bạn thở là từ vùng này, vì vậy làm việc an toàn cũng như sử dụng biện pháp thông gió thích hợp sẽ giúp bảo đảm nguồn không khí trong lành cho nơi đó.

Một cách rất hiệu quả để bảo đảm không khí trong lành trong tiệm là sử dụng kết hợp: 1) hệ thống HVAC được bảo trì thích hợp, 2) máy làm sạch không khí trong phòng loại chuyên dụng của HEPA, và 3) hệ thống hút.

Hệ thống HVAC - Các hệ thống điều hòa không khí và thông hơi trong phòng ở tiệm được xếp vào dạng hệ thống "Sưởi Ấm, Thông Hơi và Điều Hòa Không Khí" (HVAC). Các hệ thống HVAC được "lắp sẵn" cho tiệm và được thiết kế để trao đổi không khí bên trong tiệm với không khí mới từ bên ngoài. Tầm lọc HVAC loại thường dành cho tiệm loại bỏ một số bụi, phấn hoa, v.v..., nhưng không thể loại bỏ hơi hóa chất hoặc các hạt bụi nhỏ nhất. Nên dùng các tầm lọc HVAC đặc biệt có các tấm các-bon hoạt chất có thể thay thế và chất liệu lọc bụi điện từ. Các tầm lọc này có tác dụng loại bỏ bụi và hơi hóa chất đọng lại trong tiệm mà hệ thống hút hoặc máy lọc khí trong phòng không thể lọc được. Các tấm hút này sẽ đầy, và khi đó chúng sẽ không còn tác dụng, vì vậy cần thay thế thường xuyên, chẳng hạn như bốn lần một năm.

- 1) Xin nhớ rằng để hoạt động hiệu quả, tất cả các hệ thống thông hơi đều phải được bảo trì và làm sạch đúng cách và thường xuyên. Chuyên gia HVAC tại địa phương có thể tư vấn cho các tiệm về lắp đặt, sửa chữa, làm sạch và bảo trì các hệ thống thông hơi của tiệm. Quý vị có thể tìm dịch vụ này trên Internet hoặc tra danh bạ điện thoại trong mục "Máy Sưởi, Thông Hơi, và Điều Hòa Không Khí". Các chuyên gia lành nghề này có thể kiểm tra chất lượng không khí và các hệ thống thông hơi của tiệm, tư vấn và đưa ra các giải pháp hữu ích. Họ có thể bảo đảm hệ thống đó là thích hợp cho tiệm và hoạt động ở mức hiệu suất tối đa. Cho dù tiệm sử dụng lò sưởi, điều hòa không khí hoặc không sử dụng cả hai tính năng này, nên để quạt HVAC ở vị trí "Bật" nếu trong tòa nhà có người.
- 2) Máy làm sạch không khí trong phòng HEPA loại chuyên dụng - sử dụng máy làm sạch không khí trong phòng HEPA loại chuyên dụng để loại bỏ bụi và hơi và hóa chất trong tiệm để giúp làm sạch không khí trong tiệm hiệu quả hơn, đồng thời giúp không khí tiếp tục tuần hoàn khắp nơi trong tiệm. Tốt nhất là nên sử dụng loại máy làm sạch không khí chuyên dụng và tránh dùng các loại máy "gia dụng". Các loại máy gia dụng chuyên dùng để loại bỏ phấn hoa, khói thuốc lá, v.v..., nhưng đây lại không phải là vấn đề quan tâm chính ở tiệm vì trong tiệm không bao giờ có khói thuốc lá! Bụi và hơi hóa chất mới là vấn đề cần quan tâm. Các loại máy làm sạch không khí sử dụng các tấm lọc HEPA chuyên dùng để loại bỏ phần lớn bụi trong không khí ở ngay gần chiếc máy đó, nhưng ít hiệu quả hơn nhiều đối với nơi có không khí thờ của thợ. Ngay cả khi như vậy, các loại máy này cũng có thể có tác dụng lọc bụi nhỏ li ti ra khỏi không khí trong tiệm. Các loại tấm lọc đời mới hơn, gọi là các tấm lọc tăng cường bằng điện hoặc tấm lọc phân cực có thể được coi là phiên bản điện tử của tấm lọc HEPA và thường được gọi là tấm lọc eHEPA. Các loại tấm lọc này được cho là hiệu quả như tấm lọc HEPA, nhưng cho phép nhiều không khí đi qua máy lọc không khí hơn nhiều. Cả tấm lọc HEPA và eHEPA đều có tác dụng loại bỏ các hạt nhỏ tới mức bằng một phần 100 đường kính của sợi tóc người và khi sử dụng đúng cách theo hướng dẫn của hãng sản xuất có thể loại bỏ được bụi cho tiệm. Một số loại máy làm sạch không khí bằng than đá hoạt tính sử dụng tấm lọc bụi trước, có thể giặt bằng máy giặt hoặc thay thế. Loại máy này cũng được coi là cách hiệu quả để giảm bớt nồng độ bụi trong không khí. Lưu ý: ĐỪNG BAO GIỜ chỉ dùng hệ thống lọc không khí độc lập trong tiệm.

Các loại máy lọc không khí tạo ra lượng khí ozone rất nhỏ (phần tỉ) có thể khử được một số loại mùi, nhưng không thể loại bỏ được bụi hoặc hơi hóa chất. Ozone là một chất ô nhiễm không khí nguy hiểm, ngay cả ở nồng độ rất thấp. Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường (EPA) cảnh báo người tiêu dùng tránh sử dụng các loại máy lọc không khí thải chất ozone do các nguy cơ đối với sức khỏe. Các loại máy này đôi khi gây chảy nước mắt, chảy nước mũi, ho, tức ngực, lợm giọng, thờ đốc, và hoa mắt. Các loại máy này không có tác dụng khử bụi hoặc hơi hóa chất trong tiệm. Người khỏe mạnh, cũng như những người khó thở, có thể gặp các vấn đề về hô hấp khi tiếp xúc với khí ozone, ngay cả ở nồng độ tương đối thấp, chẳng hạn như 40 phần tỉ.

- 3) Hệ Thống Hút - có tác dụng hút hơi và các hạt bụi của móng ở ngay nơi phát sinh, sau đó loại bỏ các chất này ra khỏi vùng không khí thờ, bảo vệ sức khỏe của những người làm việc trong tiệm. Các hệ thống này ít nhất cần hút được 50 cfm không khí khi đo trong phạm vi 6" cách nơi phát sinh bụi và hơi hóa chất. Nên dùng loại máy lọc ba giai đoạn có bộ lọc các-bon hoạt tính với ít nhất 2 lbs. các bon hoạt tính. Tránh dùng các loại máy có ít các bon hoạt tính hoặc không có các bon hoạt tính. Ngoài ra, một số loại máy được trang bị các tấm lọc eHEPA, giúp tăng cường khả năng hấp thụ hơi hóa chất và hút bụi. Khi được thiết kế và sử dụng thích hợp, các Hệ Thống Hút bảo vệ vùng không khí thờ của cả nhân viên và khách hàng. Các hệ thống này là cách hiệu quả nhất để loại bỏ và ngăn ngừa hít bụi, hơi hóa chất trong tiệm, và các chất ô nhiễm khác trong không khí.

Các hệ thống hút tuần hoàn không khí trở lại tiệm không hiệu quả bằng những loại chuyên thông hơi ra bên ngoài và tốn kém chi phí bảo trì hơn. Vì vậy nếu có thể được, nên để các loại máy hút

này thông hơi ra bên ngoài. Tuy nhiên, khi không thể làm được như vậy, các hệ thống lọc và tuần hoàn không khí trong tiệm có thể rất hữu ích nếu được bảo trì thích hợp.

Lựa Chọn và Sử Dụng Đúng Cách Khẩu Trang Chống Bụi

Một số dịch vụ, chẳng hạn như giữa móng hoặc định hình móng giả, có thể tạo ra rất nhiều bụi trong vùng không khí thở của nhân viên của tiệm. Khi chăm sóc móng cho khách hàng, có thể đeo khẩu trang chống bụi dùng một lần để kiểm soát và giảm mức độ hít bụi. Khách hàng sẽ không tiếp xúc với quá nhiều bụi, vì vậy họ không cần đeo khẩu trang. Khẩu trang có tác dụng giúp tránh hít phải các hạt bụi, nhưng không thể chặn được hơi hóa chất. Đừng bao giờ sử dụng khẩu trang thay cho hệ thống thông gió ba phần thích hợp như trình bày ở mục trước. Ngay cả khi như vậy, nếu sử dụng đúng cách, loại khẩu trang thích hợp có thể giúp tránh hít quá nhiều hạt bụi và đặc biệt hữu dụng nếu bạn bị suyễn, dị ứng, hoặc các chứng bệnh khác liên quan tới hô hấp.

Khẩu trang dùng một lần tốt nhất là những loại đã được Viện Nghiên Cứu Quốc Gia về Sức Khỏe và An Toàn Lao Động (NIOSH) phê chuẩn. Khẩu trang có mức xếp hạng loại "N95" là loại hiệu quả nhất cho nhân viên tiệm. Để sử dụng hiệu quả, khẩu trang phải vừa khít, sử dụng đúng cách và vứt bỏ thường xuyên. Bảo đảm tuân thủ hướng dẫn của hãng sản xuất khi sử dụng các dụng cụ quan trọng này. Những loại khẩu trang không có mức xếp hạng này, chẳng hạn như khẩu trang giải phẫu, sẽ không có mức bảo vệ như thế, vì vậy không nên sử dụng trong tiệm. Khẩu trang giải phẫu có thể ngăn ngừa lây lan vi trùng, nhưng không có tác dụng chống bụi.

Những Lời Khuyên Quan Trọng Cần Nhớ

- Luôn đọc, hiểu và tuân thủ mọi hướng dẫn của hãng sản xuất và đọc tất cả các nhãn thông tin cảnh báo sản phẩm.
- Hệ thống xả khí hiệu quả có tác dụng thông hơi cho từng khu vực hoặc bàn làm việc riêng.
- Các tiệm nên có hệ thống thông hơi riêng và nên tránh dùng chung với các tiệm kế bên.
- Lượng không khí tối thiểu được khuyến cáo cho mỗi một người có mặt trong tiệm là 25 ft.³ một phút.
- Nên dùng Hệ Thống Hút có thể hút ít nhất 50 ft.³ không khí một phút từ vùng không khí thở tại mỗi bàn.
- Các tấm lọc của Hệ Thống Hút nên có bộ phận lọc các-bon hoạt tính với tối thiểu 2 lbs. các bon hoạt tính.
- Sử dụng các loại máy làm sạch không khí trong phòng HEPA chuyên dụng; tránh dùng các loại máy gia dụng và chỉ sử dụng các loại máy làm sạch không khí có hệ thống hút.
- Đừng bao giờ dùng quạt hoặc mở cửa sổ thay cho hệ thống thông hơi ba phần thích hợp.
- Mùi không cho biết hơi hóa chất là an toàn hay có thể gây nguy hiểm.
- Đừng thông hơi để khử mùi; mà thông hơi để kiểm soát bụi và hơi hóa chất.
- Bật tất cả các hệ thống thông gió thông thường (HVAC) trong giờ làm việc và sử dụng các loại máy làm sạch không khí trong phòng HEPA có hệ thống hút khi chăm sóc móng cho khách hàng.
- Thường xuyên thay tất cả các tấm lọc theo đúng chỉ dẫn của hãng sản xuất.
- Tránh sử dụng các loại máy làm sạch không khí thải khí ozone.
- Bỏ tất cả các vật liệu đã dính hóa chất vào trong hộp đựng hoặc túi bịt kín, chẳng hạn như khăn lau giấy, gạc thấm, bông gòn, hoặc các vật liệu thấm khác,
- Nên dùng loại thùng rác có nắp đậy kín và mỗi bàn làm việc nên có một thùng rác.
- Đảo rác vài lần một ngày và thay túi lót hàng ngày.
- Vứt bỏ các sản phẩm rác thải theo đúng hướng dẫn của hãng sản xuất hoặc Tờ Dữ Kiện An Toàn, SDS (hay còn gọi là MSDS).
- Thông gió thích hợp cho khu vực nhà kho nơi cất giữ các sản phẩm chuyên dụng.
- Tránh để quạt thông hơi trên trần tại trạm làm việc bị chắn, chẳng hạn như khăn vải.
- Đậy kín tất cả các hộp đựng sản phẩm khi không sử dụng.
- Tránh mở các hộp đựng sản phẩm cỡ lớn để lấy đồ trong khi chăm sóc móng cho khách hàng. Thay vào đó, nên chuyển sản phẩm từ hộp đựng cỡ lớn sang hộp nhỏ hơn có ghi thông tin đúng qui định. Làm việc này ở nơi thông thoáng.

- Dùng lọ miệng nhỏ và đậy lại khi không sử dụng.
- Mang khẩu trang loại N95 vừa khít để tránh hít phải các hạt bụi.
- Đừng hút thuốc trong tiệm và niêm yết biển thông báo "Cấm Hút Thuốc" trong khu vực làm việc của tiệm.
- Đọc và hiểu các Tờ Dữ Kiện An Toàn (SDS, hay còn gọi là MSDS) của sản phẩm trước khi sử dụng và biết nơi có thể tìm nhanh SDS.
- Lưu giữ bản cập nhật nhất của các qui chế và qui định của ủy ban thẩm mỹ tiểu bang.