



№03 (154)

2024 оны 03-р сар

"ДЦС-4" ТӨХК-ийн сар тутмын сонин

ЭНЭ ДУГААРТ:

"ДЦС-4" ТӨХК-ийн 9 ТӨРӨЛТ ТЭМЦЭЭН ЭХЭЛЛЭЭ

2-р нүүрт

2024 ОНЫ 3-Р САРЫН ТЭЗҮ

3-р нүүрт

2024 ОНЫ 3-Р САРЫН ҮЙЛ АЖИЛЛАГААНЫ ТАЛААРХ МЭДЭЭЛЭЛ

4-р нүүрт

КОМПАНИЙН 100 БУУДАЛТ ДААМ, ШАТРЫН АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ТЭМЦЭЭН

5-р нүүрт

КОМПАНИЙН АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ТЭМЦЭЭНИЙ ТОЙМ

6,7-р нүүрт

МЭРГЭЖЛЭЭС ШАЛТГААЛСАН ХӨЛИЙН СУДАС ӨРГӨСӨХ ӨВЧИН

8-р нүүрт

АШИГЛААЛТЫН АЖИЛЧДЫН "МЭДЛЭГ" ТЭМЦЭЭН



Ашиглалтын ажилчдын дунд зохиогддог 23 дахь удаагийн "Мэдлэг" тэмцээн 2 дугаар сарын 25-аас 3 дугаар сарын 28-ны хооронд зохион байгуулагдлаа.

Ашиглалтын ээлжүүд авьяас, мэдлэг, ур чадвараараа гурван шатны тэмцээнд өрсөлдөж, ээлжийн инженер М.Дөлгөөн ахлагчтай 1-р ээлжийн

"Хурд" баг тэргүүн байр эзэлж Турк улсын Ататуркийн нэрэмжит цахилгаан станц үзэж, туршлага судлах эрхээр шагнууллаа.

"Мэдлэг" тэмцээндээ амжилттай оролцсон нийт ашиглалтын ажиллагсаддаа болон тэргүүн байр эзэлсэн 1-р ээлжийн "Хурд" багийнхандаа халуун баяр хүргэе.



Сонины талаарх санал хүсэлтээ 2125, 2602 дугаарын утас, sxa@tpp4.mn эсвэл

SXA-нд файлаар болон бичгээр өгч болно.



www.tpp4.mn



САГСАН БӨМБӨГИЙН АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ТЭМЦЭЭН

2024 оны Компанийн аварга шалгаруулах сагсан бөмбөгийн тэмцээн 3-р сарын 15,16-ны өдрүүдэд Эрчим спорт зааланд амжилттай явагдаж өндөрлөлөө. Энэ удаагийн тэмцээн 5-р сард зохион байгуулагдах Эрчим хүчний салбарын тэмцээний шигшээ багийг бүрдүүлэх зорилготой байснаараа онцлог байлаа.

Тэмцээний нээлтийн үйл ажиллагаа явагдаж гүйцэтгэх захирал Ү.Төмөрхуяг үг хэлсэн бол зочин уран бүтээлчээр дуучин Хулан, бөмбөрийн Ритмика хамтлаг нар өөрсдийн уран бүтээлийн дээжээс толилуулав. Нээлтийн үйл ажиллагааны дараа нэгжийн



Цахилгаан цех I байр



Турбин цех II байр



Зуухан цех III байр

дарга нарын дундах шидэлтийн тэмцээн амжилттай явагдаж нийт 15 нэгж өрсөлдсөнөөс Д.Энхбүрэн даргатай Механик цехийн баг тамирчид бусдыгаа манлайлан “ED1 Mongolia” брендийн гарын бэлгээр шагнуулав.

Сагсан бөмбөгийн тэмцээнд нийт эрэгтэй 13, эмэгтэй 8 баг өрсөлдөж дүнгээ гаргахад Эрэгтэй багуудаас Б.Алтанхуяг даргатай Цахилгаан цехийн баг тамирчид тэргүүн байр эзэлж, Д.Лувсанчүлтэм даргатай Турбин цехийн баг тамирчид дэд байрт шалгарсан бол Л.Ганболд даргатай Зуухан цехийн баг тамирчид гутгаар байр эзэллээ. Эмэгтэй багуудаас Захиргааны нэгжүүдийн шигшээ багийн тамирчид тэргүүн байр эзэлсэн бол П.Баяр-Эрдэнэ даргатай Түлш дамжуулах цех дэд байр, Б.Алтанхуяг даргатай Цахилгаан цех гутгаар байрт шалгарлаа. Тэмцээний тэргүүн тоглогчдоор Цахилгаан цехийн тамирчид болох Б.Алтангэрэл, Э.Халиунаа нар тодорлоо.



Захиргаа I байр



ТДЦ II байр



Цахилгаан цех III байр



Нэгжийн дарга нарын дундах шидэлтийн тэмцээн /Механик цех/



2024 ОНЫ 3-Р САРЫН ТЕХНИК ЭДИЙН ЗАСГИЙН ҮЗҮҮЛЭЛТҮҮД

Төлөвлөгөөний биелэлт

Диспетчерийн төлөвлөгөөт даалгаврыг **3753,842** мян.кВтц цахилгаан эрчим хүчээр давуулан биелүүлж, диспетчерийн графикийн зөрчилгүй ажилласан. Цахилгаан эрчим хүчний доод ачаалал **523** МВт, дээд ачаалал **720** МВт байлаа.

Диспетчерийн графикийн төлөвлөгөөний биелэлт

| Үзүүлэлт | Нэгж | Тухайн сарын | | | |
|-----------------|----------|--------------|-------|-------|------------|
| | | Төлөв | Гүйц | Зөрүү | Биелэлт, % |
| ЦЭХ-ний түгээлт | сая.кВтц | 414.9 | 418.7 | +3.8 | 100.9% |
| ДЭХ-ний түгээлт | мян.Гкал | 554.4 | 554.4 | - | 100.0% |

Тайлант хугацаанд диспетчерийн зохицуулсан төлөвлөгөө: ЦЭХ – **100.9%**, ДЭХ – **100.0%** биеллээ.

ДҮТ-ийн диспетчерийн зохицуулсан төлөвлөгөө болон биелэлт

| Нэмэх шийдвэр | | Хасах шийдвэр | | Диспетчерийн графикийн зөрчил | | Ачаалал | | Диспетчерийн төлөвлөгөөний биелэлт |
|---------------|----------|---------------|----------|-------------------------------|----------|---------|------|------------------------------------|
| Удаа | мян.кВтц | Удаа | мян.кВтц | Удаа | мян.кВтц | Дээд | Доод | мян.кВтц |
| 65 | 3753.842 | 28 | 641.772 | - | - | 720 | 523 | 3753.842 |

СПОТ зах зээлийн талаар

СПОТ арилжааны зах зээлд **430,864** мян.кВтц буюу **20,8** сая.төгрөгний цахилгаан эрчим хүч худалдсан. Өссөн дүнгээр манай станц **33,7** сая.төгрөгийн авлагатай байна.

Үйлдвэр санхүүгийн төлөвлөгөөний биелэлт

Цахилгаан эрчим хүчний түгээлтийг төлөвлөлтөөс **20,9** сая.кВтц-аар давуулан **105,3%**-н биелэлттэй, оны эхнээс **52,3** сая.кВтц-аар давж, **104,2%**-ийн биелэлттэй байна. Цахилгаан эрчим хүчний түгээлтийг өнгөрсөн оны 3-р сартай харьцуулбал **20,8** сая.кВтц буюу **5,2** %-н өсөлттэй байлаа.

Дулааны эрчим хүчний түгээлт **52,9** мян.Гкал-аар өсч **110,6%**-н биелэлттэй, оны эхнээс үйлдвэр санхүүгийн төлөвлөгөө **73,6** мян.Гкал-аар, үүнээс "УБДС" ХК –д нийлүүлэх дулааныг **70,5** мян.Гкал-аар давуулсан байна. Дулааны эрчим хүчний түгээлтийг өнгөрсөн оны 3-р сартай харьцуулбал **64,2** мян.Гкал буюу **13,1** %-н өсөлттэй байлаа.

Үндсэн тоноглолын ажиллагаа

Горим ажиллагаанд **8** зуух, **7** турбин оролцсон. Сарын дунджаар **6,98** зуух, **6,35** турбинтэй ажиллаж зуух, турбин бэлтгэлгүй байлаа. Тайлант хугацаанд гадна агаарын температур хүйтэн байснаас хэрэглээ ихээр нэмэгдсэн тул 8/III хүртэл **8** зуух 7 турбины горимоор ажилласан. 2024 оны графикт их засварууд эхэлж байгаа тул 12/III-оос К-2-г их засварт зогсоосон.

Мазутын зарцуулалт

Энэ сард **100** тонн мазут түлэх төлөвлөгөөтэйгээс **52** тонн мазут түлж **48** тонн мазут хэмнэсэн. Тайлант хугацаанд **2** удаагийн хүйтэн галлагаанд **40** тн мазут, **2** удаагийн халуун галлагаанд **8** тонн мазут түлсэн. Нэг хүйтэн галлагаанд дунджаар **20** тн мазут зарцуулсан байна.

Нүүрсний зарцуулалт /УСТ тарифт тусгагдсан нүүрснээс/

| Уурхай | Нэгж | Тухайн сарын | | | |
|------------|--------|--------------|---------|---------|---------|
| | | Төлөв | Гүйц | Зөрүү | Биелэлт |
| Багануур | мян.тн | 210.0 | 210.665 | +0.665 | 100.3% |
| Шивээ-Овоо | мян.тн | 190.0 | 206.935 | +16.935 | 108.9% |
| Бүгд | мян.тн | 400.0 | 417.600 | +17.6 | 104.4% |

Жишмэл түлшний зарцуулалт

Цахилгаан эрчим хүч түгээхэд зарцуулах жишмэл түлшийг - **5.2** гр/кВтц-аар, дулааны эрчим хүч түгээхэд зарцуулах жишмэл түлшийг - **0.003** кг/Гкал-аар хэмнэж гүйцэтгэлд ноогдох төлөвлөлтөөс **2179** тн жишмэл түлш буюу **4647** тонн бодит түлш /илчлэг **3282** ккал/кг/ хэмнэлээ.

Горим параметрийн даалгаврын биелэлт

ЭХЗХ-аас батлагдсан ДХЦЭХ-ний зарцуулалтыг **1580,436** мян.кВтц-аар буюу **0,34%** хэмнэж ажилласан. Дотоод хэрэгцээний ЦЭХ-ний хувь хэмжээ буурах гол нөхцөл нь шөнийн бага ачаалал нэмэгдсэнтэй холбоотой.

Нэгж бүтээгдэхүүнд оногдох ЦЭХ-г гүйцэтгэлд ноогдох төлөвлөгөө, өнгөрсөн оны мөн үеийн гүйцэтгэлтэй тус, тус харьцуулбал:

| № | Үзүүлэлт | Нэгж | 3-р сар | |
|---|--|----------------|---------|-------|
| | | | Төлөв | Гүйц |
| 1 | 1 тн нүүрс нунтаглахад зарцуулах цахилгаан | кВтц/тн.нүүрс | 28.56 | 27.71 |
| 2 | 1 тн уур боловсруулахад зарцуулах үлээлт соролтын цах. | кВтц/тн.уур | 4.13 | 4.01 |
| 3 | 1 тн тэжээлийн ус шахахад зарцуулагдах цахилгаан | кВтц/тн.тэж ус | 7.39 | 7.17 |
| 4 | Эргэлтийн усны насосд зарцуулагдах цахилгаан | % | 1.05 | 1.01 |
| 5 | Дулаанжуулалтын насосд зарцуулагдах цахилгаан | кВтц/Гкал | 0.63 | 0.61 |

Уур усны алдагдал

Станцын дотоод циклийг нөхөх химийн цэвэрлэсэн усны зарцуулалтыг **0,75%** - аар буюу **16693** тонноор хэмнэсэн. Осмосын халаагч уурын зарцуулалт **4409** тн байлаа. Өнгөрсөн оны мөн үетэй харьцуулахад химийн цэвэрлэсэн усны зарцуулалт **9251** тонноор буурсан.

Дотоод циклийн алдагдлыг нөхөхөөр:

- Турбинд - **10610** м³ ус
- Зууханд - **547** м³ өгсөн

БКБ-аас цэвэрлэгдсэн конденсатын зарцуулалт – **25047** м³ байлаа.



2024 ОНЫ 3-Р САРЫН ҮЙЛ АЖИЛЛАГААНЫ ТАЛААРХ МЭДЭЭЛЭЛ

2024 оны 03-р сард станцын хэмжээний аваари, 1 болон 2-р зэргийн саатал гараагүй, үндсэн тоноглолын зогсолт 9 бүртгэгдсэнээс зуух 6 удаа, турбин 3 удаа зогссон. Хүний буруутай үндсэн тоноглолын зогсолт 2 удаа гарсан.

| № | Зогсолтын шалтгаан | Хамгаалалтаар | | Захиалгаар | | Бэлтгэлд | | Саатал, гэмтлээр | | Нийт зогсолт | |
|---|--------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| | | 2023 оны 3-р сар | 2024 оны 3-р сар | 2023 оны 3-р сар | 2024 оны 3-р сар | 2023 оны 3-р сар | 2024 оны 3-р сар | 2023 оны 3-р сар | 2024 оны 3-р сар | 2023 оны 3-р сар | 2024 оны 3-р сар |
| 1 | Зуух | 1 | 2 | 2 | 4 | - | - | 2 | - | 5 | 6 |
| 2 | Турбин | 1 | - | 2 | 3 | - | - | 1 | - | 4 | 3 |
| | Дүн | 2 | 2 | 4 | 7 | - | - | 3 | - | 9 | 9 |

Үндсэн тоноглолын зогсолт болон туслах тоноглолд бичигдсэн актууд:

- Мазут зарцуулалтын акт: ЦЦ-1 (5,036,653.17₮), ЗЦ-1 (8,394,421.95₮) **Бүгд-2 (13,431,075.12₮)**
 - Тоног төхөөрөмжийн гэмтлийн акт: МЦ-1 (0₮) **Бүгд-1 (0₮)**
 - Тоног төхөөрөмж, сэлбэг материал ашиглалтаас хасах акт: ХА-3 (0₮), ДХХАЦ-1 (0₮) **Бүгд-4 (0₮)**
- Нийт 7 ширхэг (13,431,075.12₮) акт тогтоогдсон.**

Ажлын байрны хөдөлмөрийн нөхцлийн байдалд хийсэн хэмжилт. (Нэг удаагийн)

| № | Цех нэгжүүд | Дуу шуугиан (85 дБ) | | Ажлын байрны халуун (12-30 °C) | | Ажлын байрны чийглэг (30-60 %) | | Ажлын байрны тоосролт (10 мг/м³) | | Тайлбар |
|---|-------------|---------------------|-------------------|--------------------------------|-------------------|--------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------|
| | | 2023 оны 03-р сар | 2024 оны 03-р сар | 2023 оны 03-р сар | 2024 оны 03-р сар | 2023 оны 03-р сар | 2024 оны 03-р сар | 2023 оны 03-р сар | 2024 оны 03-р сар | |
| 1 | ТДЦ | 71.1 | 73.7 | 12.2 | 13 | 43.5 | 44.3 | 9.94 | 17.35 | +7.41 |
| 2 | ЗЦ | 84.5 | 82.6 | 22.4 | 22.6 | 24.2 | 22.4 | 7.11 | 10.49 | +3.38 |
| 3 | ТЦ | 81.4 | 81.6 | 28.0 | 27.4 | 26.4 | 20.4 | 8.52 | 13.92 | Станцын дундаж тоосролт |
| 4 | ЦЦ | - | 52.1 | - | 22.4 | - | 20 | | | |
| 5 | Хими | 79.2 | 76.7 | 22.6 | 22 | 28.8 | 24.6 | | | |
| 6 | Механик | 83.3 | 86 | 21.8 | 19.7 | 19.3 | 14.8 | | | |

ХӨДӨЛМӨРИЙН АЮУЛГҮЙ БАЙДАЛ, ЭРҮҮЛ АХУЙН ХЯНАЛТ

| 1. Хяналтын чиглэлээр | | | |
|-----------------------------------|---|-----------|---|
| № | Хийгдсэн ажил | Гүйцэтгэл | Тайлбар |
| 1 | Нарядын мөрдөлтөнд хяналт хийсэн байдал | 100% | 34 нарыдад сонголтоор хяналт хийсэн. |
| 2 | Ажлын байранд хяналт хийсэн байдал | 100% | 22 ажлын байранд эргэлт шалгалтын маршрутын дагуу хяналт тавьсан. ЗА, ТЦ дээр дотоод аудит хийсэн. ХЦ, МЦ –үүдэд ХАБ-ын нэгсэн үзлэгээр ажлын байруудад үзлэг хийсэн. |
| 3 | Шинэчлэл, засварын ажлын явцад хяналт хийсэн байдал | 100% | К-2 их засварын ажилд хяналт тавьж байна |
| 2. Сургалт, зааварчилгаа | | | |
| 1 | Урьдчилсан зааварчилгаа өгөгдсөн байдал | 100% | 276 хүнд урьдчилсан зааварчилгаа өгсөн. |
| 2 | Шинээр ажилд орж байгаа иргэний сургалтын талаар | - | 25 ажилтан зааварчилгаа өгч аюул, эрсдэл, хөдөлмөрийн нөхцлийн талаар ярьж өгсөн. |
| 3 | Ажлын байр өөрчлөгдсөн ажилтны сургалтын талаар | 100% | 9 ажилтнаас шалгалт авсан. |
| 4 | Бусад сургалтын талаар | 100% | Зэрэг ахих болон жинхлэх 15 ажилтнаас шалгалт авсан. |
| 3. Хөдөлмөрийн эрүүл ахуйн талаар | | | |
| 1 | МХЕГ ХАБУЛ-тай байгуулсан гэрээний хэрэгжилтэнд хяналт тавих. | 100% | Гэрээ батлагдаж, төлбөр шилжсэн. Дараалал хүлээж байна. |
| 2 | Хөдөлмөрийн нөхцлийн хэмжилт хийх. | 100% | - Үндсэн 6 цехд хөдөлмөрийн нөхцлийн хэмжилт хийгдсэн. |
| 3 | Ундны усны шүүлтүүр солих ажилд хяналт тавьсан талаар | 100% | 2024.3.5.6 өдрүүдэд нийт 94 цэгт ундны усны шүүлтүүрийг солив. |
| 4 | Ариутгал халдваргүйтгэл шавьж мэргэчин устгал хийсэн талаар | 100% | 1-р улирлын ариутгал халдваргүйтгэл шавьж мэргэчин устгал хийгдсэн.. |
| 5 | Тоосролтын хэмжилтэнд хяналт хийсэн байдал | 100% | Нийт 4 удаа хэмжилт хийгдсэн. |
| 4. Бусад ажлын талаар | | | |

- ХАБ-ын 3-р шатны үзлэгийн төлөвлөгөө, тайлан гаргаж батлуулж тараалт хийсэн.
- Станцын эрсдэл бууруулах арга хэмжээний төлөвлөгөө гаргах ажил хийгдэж байна.
- Ажил мэргэжлийн код шинэчлэх ажлын хэсэгт орж ажиллаж байна.
- ЗА, ТЦ –д ISO 45001:2018-р дотоод аудит хийгдсэн.
- ХАБ-ын инженерүүдийн 3-р сарын хурал зохион байгуулсан.
- Спортын тэмцээнтэй холбоотой ээлжит бус зааварчилгааг тараалт хийсэн.
- ТЦ-д гарсан ослын дүн шинжилгээний хурал хийсэн.
- ТЦ дээр гарсан осолтой холбоотой мэдээлэл даалгавар гаргаж тараалт хийсэн.
- Агуулах 5-н нурсан хэсгийг битүүлэх ажилд хяналт тавьсан.
- Засварын ажил эхлэж байгаатай холбоотой ТДЦ,ХЦ,МЦ-ээр ХЭМАБ-ийн мөрдөлт, ТАД, ААД, ТАЗ, ЗАЗ-ийн мөрдөлт, Өргөх зөөх механизмын бүрэн бүтэн байдал, багаж хэрэгслийн бүрэн бүтэн байдалд ээлжит бус үзлэг хийсэн.
- Цехүүдэд шинээр ажилд орсон 122 ажилтанд ХАБ-ын болон технологийн зөрчилтэй холбоотой сургалт Дөл танхимд зохион байгуулсан.



КОМПАНИЙН 100 БУУДАЛТ ДААМ, ШАТРЫН АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ТЭМЦЭЭН АМЖИЛТТАЙ БОЛЖ ӨНДӨРЛӨЛӨӨ

Компанийн аварга шалгаруулах 100 буудалт даам, шатрын тэмцээнүүд 3 дугаар сарын 19-20-ны өдрүүдэд Дөл танхимд амжилттай зохион байгуулагдаж өндөрлөлөө. 100 буудалт даамны тэмцээнд нийт 37, шатрын тэмцээнд эрэгтэй 41, эмэгтэй 7 тамирчин нийт давхардсан тоогоор 2 өдрийн турш 85 тамирчин уулгүй талын цусгүй тулаан хийж, оюун ухаанаа уралдуулж дүнгээ гаргалаа.

100 буудалт даам

- 1-р байр Турбин цехийн тамирчин Б.Билгүүн
- 2-р байр Зуухан цехийн тамирчин Д.Эрдэмбилиг
- 3-р байр Ахмадын хорооны тамирчин Б.Алагаа нар тус тус шалгарч алт мөнгө хүрэл медалийн эзэд боллоо.

Шатар

- 1-р байр Хяналтын албаны тамирчин Д.Лхагвадорж
- 2-р байр Механик цехийн тамирчин Р.Төгсжаргал
- 3-р байр Ахмадын хорооны тамирчин Б.Лхагвасүрэн нар тус тус медалийн эзэд боллоо.

Мөн энэ жил эмэгтэй шатарчдын дунд Нийгэм

ахуйн хэлстийн нэрэмжит сорилго тэмцээнийг зохион байгуулж шилдэг 7 шатарчин өрсөлдсөнөөс Судалгаа хөгжлийн албаны тамирчин Б.Ганганмөрөн, Зуухан цехийн тамирчин Г.Одмичид нар 1, 2-р байрыг эзэллээ.

Энэ жилийн шатрын тэмцээнд Нийгэм ахуйн хэлтсийн Барилга байгууламжын засвар хяналтын инженер Б.Батсүрэн, Тохижилт үйлчилгээ хариуцсан мэргэжилтэн Ж.Адьяаотогтох нар хамт олонтойгоо бүтээлч ажлын хүрээнд сийлж, урласан шатрыг тэргүүн байр эзэлсэн Хяналтын албаны тамирчин Д.Лхагвадоржид гардуулан өгсөн юм. Тэмцээнд оролцсон нийт тамирчиддаа баяр хүргэж ажлын амжилт хүсэн дараа дараагийн тэмцээн уралдаануудад нь өндрөөс өндөр амжилт хүсэн ерөөе.





КОМПАНИЙН АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ВОЛЕЙБОЛЫН ТЭМЦЭЭН

Компанийн аварга шалгаруулах волейболын тэмцээн 3 дугаар сарын 29-30-ны өдрүүдэд Эрчим №1 спорт зааланд 2 өдрийн турш амжилттай зохион байгуулагдаж өндөрлөлөө. Тэмцээнд эрэгтэй 9, эмэгтэй 8 багийн 130 гаруй тамирчид хурд хүч авхаалж самбаагаа дайчлан оролцож шилдгүүдээ тодрууллаа. Эмэгтэй багуудаас Захиргаа, Түлш дамжуулах цех, Дулааны хянах хэмжүүр автоматикийн цехийн багууд бусдыгаа хошуучлан 1,2,3-р байруудыг эзэлсэн бол эрэгтэй багуудаас Дулааны хянах хэмжүүр автоматикийн цех, Механик цех, Цахилгаан цехийн багууд алт, мөнгө, хүрэл медалийн эзэд боллоо. Тэмцээний шилдэг тоглогчдоор Дулааны хянах хэмжүүр автоматикийн цехийн тамирчин СдМ Г.Даш-Очир, Х.Солонго нар шалгарлаа.



Захиргаа I байр



ТДЦ II байр



ДХХАЦ I байр



ДХХАЦ III байр



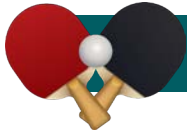
Механик цех II байр



Цахилгаан цех III байр



Шилдэг тоглогчдоор СдМ Г.Даш-Очир, Х.Солонго /ДХХАЦ/



КОМПАНИЙН ШИРЭЭНИЙ ТЕННИСНИЙ АВАРГА ШАЛГАРУУЛАХ ТЭМЦЭЭН

Компанийн аварга шалгаруулах ширээний теннисний тэмцээн 4-р сарын 2, 3 өдрүүдэд "Эрчим" ширээний теннисний клубт амжилттай зохион байгуулагдаж дүнгээ гаргалаа.

Тэмцээн багийн, ганцаарчилсан, хосын гэсэн 3 төрлөөр явагдлаа. Захиргаа, Зуухан цех, ДХХА цехийн багууд эхний 3 байрыг эзэлж, 9 төрөлт тэмцээний нийлбэр оноонд тооцогдох чухал оноог авлаа.

Одоогийн байдлаар нийт 5 төрөлт тэмцээн зохион байгуулагдсан бөгөөд нийлбэр оноогоор Захиргаа, Зуухан цех, Түлш дамжуулах цехийн багууд бусдыгаа хошуучилж байна.



Зуухан цех эр хос I байр



Захиргаа эр хос II байр



Захиргаа баг I байр



ДХХАЦех эр хос III байр



Зуухан цех баг II байр



Эрэгтэй ганцаарчилсан I, II, III байр



ДХХАЦех баг III байр



ДХХАЦех эм хос I байр



Захиргаа эм хос II байр



Эмэгтэй ганцаарчилсан I, II, III байр



Механик цех эм хос III байр

МЭРГЭЖЛЭЭС ШАЛТГААЛСАН ХӨЛИЙН СУДАС ӨРГӨСӨХ ӨВЧИН

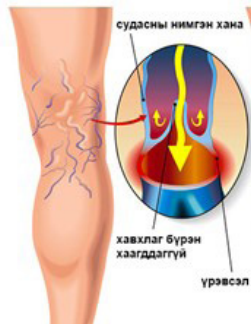
Ажлын байранд удаан хугацаагаар явах, зогсох, биеийн хүчний ачаалал бүхий нэг хэвийн албадмал байрлалд ажиллах зэргээс доод мөчний венийн судасны хавхлагын болон ханын уян чанар алдагдсанаас венийн судсууд өргөсөн тэлэгдэх, зангирч бүдүүрэх эмгэг үүсэхийг **МЭРГЭЖЛИЙН ШАЛТГААНТ ХӨЛИЙН СУДАСНЫ ӨРГӨСӨХ ӨВЧИН** гэнэ.

Нөлөөлөх хүчин зүйлс:

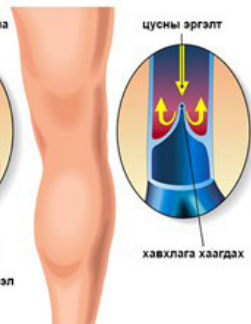
- Байнгын зогсоо ажил
- Хүнд ачаа байнга өргөж зөөх ажил
- Хөлийн хүч их хэмжээгээр шаардсан ажил
- Удаан хугацаагаар хол газар явган явах
- Нас, хүйс
- Хэт таргалалт
- Чихрийн шижин
- Жирэмснээс хамгаалах дааврын эм хэрэглэх
- Удамшил

Хураагуур судасны хавхлагын хэвийн ажиллагаа алдагдах нь энэ өвчний шалтгаан юм. Хөлийн хураагуурын цус доороос дээшээ газрын таталцлын хүчний эсрэг үнслэг. Тапаагvno бvюv аптелийн сvлсаны цvсны шaхалт, хөлийн булчингийн

Бүдүүрсэн судас

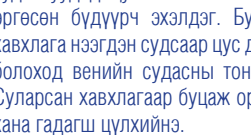


Эрүүл судас

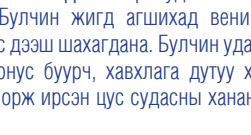


агшилт, цусыг буцаж урсахаас сэргийлж байдаг судасны хавхлага нь өөрийн үүргээ гүйцэтгэж чадахаа болих нь цусны хэвийн урсгалыг алдагдуулж венийн судсанд хэт ачаалал үүсгэдэг үндсэн шалтгаан нь болдог. Ингэснээр цусны урсгал эмх замбараагүй болж доод мөчний хураагуурт ялангуяа арьсан доорх судаснуудад цусны зогсонгишил үүссэнээр судасны ханын уян чанар алдагдан өргөсөн бүдүүрч эхэлдэг. Булчин жигд агшихад венийн судасны тонус ихсэж, хавхлага нээгдэн судсаар цус дээш шахагдана. Булчин удаан хугацаанд хөдөлгөөнгүй болоход венийн судасны тонус буурч, хавхлага дутуу хаагдан цус буцаж урсана. Суларсан хавхлагаар буцаж орж ирсэн цус судасны хананд даралт үзүүлж, судасны хана гадагш цүлхийнэ.

Бүдүүрсэн судас



Эрүүл судас



агшилт, цусыг буцаж урсахаас сэргийлж байдаг судасны хавхлага нь өөрийн үүргээ гүйцэтгэж чадахаа болих нь цусны хэвийн урсгалыг алдагдуулж венийн судсанд хэт ачаалал үүсгэдэг үндсэн шалтгаан нь болдог. Ингэснээр цусны урсгал эмх замбараагүй болж доод мөчний хураагуурт ялангуяа арьсан доорх судаснуудад цусны зогсонгишил үүссэнээр судасны ханын уян чанар алдагдан өргөсөн бүдүүрч эхэлдэг. Булчин жигд агшихад венийн судасны тонус ихсэж, хавхлага нээгдэн судсаар цус дээш шахагдана. Булчин удаан хугацаанд хөдөлгөөнгүй болоход венийн судасны тонус буурч, хавхлага дутуу хаагдан цус буцаж урсана. Суларсан хавхлагаар буцаж орж ирсэн цус судасны хананд даралт үзүүлж, судасны хана гадагш цүлхийнэ.

Эмнэл зүйн явц:

- Ээнэгшлийн үе – Өвчний эхэн үед хөл амархан ядрах, цуцах, шөнөдөө хааяа булчин татах
- Ээнэгшил алдах үе – Цусны эргэлтийн өөрчлөлт орж судас өргөсөж шилбэ тавхайгаар хавагнах, загатнах, халуун оргих
- Хүндрэлийн үе – Дээрх өөрчлөлтүүдээс гадна тэжээлийн дутагдалд орж шархлана. Улмаар судас бөглөрч байнгын хаван үүснэ.

Бодит үзлэг:

Харахад – доод мөчдийн өнгөц венийн судас тодорч бүдүүрэн хөхөрч харагдана, аль нэг мөч хавдаж болно, Тэмтрэхэд: Тухайн өргөссөн судас халуун, чинэрсэн, хатуурсан, хавагнасан өөрчлөлт харагдана.

Оношлогоо:

Ажлын байрны эрүүл ахуйн нөхцлийн үнэлгээ, хэмжилтийн дүгнэлт
Зовиур, бодит үзлэг
Эмнэл зүйн шинж тэмдэг
Лабораторийн шинжилгээ
Доплер
Дуплекс хэт авиан оношлогоо

Урьдчилан сэргийлэлт:

- Ямар ч тохиолдолд зогсоо ажлын цагийг багасгах, аль болохоор зогсохгүй өндөр сандал дээр сууж ажиллана.
- 1–2 цаг тутамд 10–15 минутын завсарлага авч, дасгал хийх
- Зориулалтын оймс, трико өмсөх
- Гимнастик тогтмол хийх, хөлийн иллэг хийх
- Хөлийг өндөрлөж амраах
- Биеийн жинг бууруулна
- Ажиллагсдыг хугацаат эрүүл мэндийн үзлэгт журмын дагуу хамруулах
- Хөдөлмөр зохицуулалт:
- Эмнэлгийн хуудас олгож 3 сар эмчилнэ.
- Удаан хугацаанд дахилт өгвөл хөдөлмөрийн нөхцөл 6 сараар өөрчилнө.
- Байнга давтагдвал ажлаас чөлөөлөх арга хэмжээ авна.

Ашигласан ном, материал: Мэргэжлээс шалтгаалсан өвчин судлал – 2024
Эмнэлгийн хэсэг