


Materiały szkoleniowe do szkolenia okresowego BHP

I.



Wybrane regulacje prawne z zakresu prawa pracy dotyczące BHP



1. Obowiązki pracodawcy, osób kierujących pracownikami i pracowników w zakresie BHP

PRACODAWCA jest przede wszystkim obowiązany (art. 207 § 2 K.P.) chronić życie i zdrowie pracowników poprzez zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy :

- reagować na potrzeby w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa i higieny pracy oraz dostosowywać środki podejmowane w celu doskonalenia istniejącego poziomu ochrony zdrowia i życia pracowników, biorąc pod uwagę zmieniające się warunki wykonywania pracy,

- zapewnić rozwój spójnej polityki zapobiegającej wypadkom przy pracy i chorobom zawodowym uwzględniającej zagadnienia techniczne, organizację pracy, warunki pracy, stosunki społeczne oraz wpływ czynników środowiska pracy,

- uwzględniać ochronę zdrowia młodocianych, pracownic w ciąży lub karmiących dziecko piersią oraz pracowników niepełnosprawnych w ramach podejmowanych działań profilaktycznych,

- zapewnić wykonanie nakazów, wystąpień, decyzji i zarządzeń wydawanych przez organy nadzoru nad warunkami pracy,

- zapewnić wykonanie zaleceń społecznego inspektora pracy,

- organizować pracę w sposób zapewniający bezpieczne i higieniczne warunki pracy, organizować pracę w sposób zapewniający bezpieczne i higieniczne warunki pracy,

- zapewniać przestrzeganie przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, wydawać polecenia usunięcia uchybień w tym zakresie oraz kontrolować wykonanie tych poleceń,

Pracodawca jest obowiązany przekazywać pracownikom informacje:

- ▶ o zagrożeniach dla zdrowia i życia występujących w zakładzie pracy, na poszczególnych stanowiskach pracy i przy wykonywanych pracach, w tym o zasadach postępowania w przypadku awarii i innych sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu pracowników,
- ▶ o działaniach ochronnych i zapobiegawczych podjętych w celu wyeliminowania lub ograniczenia zagrożeń, o których mowa powyżej,
- ▶ o pracownikach wyznaczonych do udzielania pierwszej pomocy oraz wykonywania czynności w zakresie ochrony ppoż. i ewakuacji pracowników, obejmujące:
 - imię i nazwisko,
 - miejsce wykonywania pracy
 - numer telefonu służbowego lub innego środka komunikacji elektronicznej.




Pracodawca jest ponadto obowiązany:

- ▶ w zależności od rodzaju i zakresu prowadzonej działalności, liczby zatrudnionych pracowników i innych osób przebywających na terenie zakładu pracy oraz rodzaju i poziomu występujących zagrożeń:
 - zapewnić środki niezbędne do udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, gaszenia pożaru i ewakuacji pracowników,
 - wyznaczyć pracowników do udzielania pierwszej pomocy oraz wykonywania czynności w zakresie ochrony przeciwpożarowej i ewakuacji pracowników, zgodnie z przepisami o ochronie przeciwpożarowej, których liczba, szkolenie oraz wyposażenie powinny być uzależnione od rodzaju i poziomu występujących zagrożeń,
 - zapewnić łączność ze służbami zewnętrznymi wyspecjalizowanymi w szczególności w zakresie udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, ratownictwa medycznego oraz ochrony przeciwpożarowej,

w przypadku możliwości wystąpienia zagrożenia dla zdrowia lub życia:

niezwłocznie poinformować pracowników o tych zagrożeniach oraz podjąć działania w celu zapewnienia im odpowiedniej ochrony,

niezwłocznie dostarczyć pracownikom instrukcje umożliwiające, w przypadku wystąpienia bezpośredniego zagrożenia, przerwanie pracy i oddalenie się z miejsca zagrożenia w miejsce bezpieczne,



W razie wystąpienia bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia lub życia pracodawca jest obowiązany:

- ❑ wstrzymać pracę i wydać pracownikom polecenie oddalenia się w miejsce bezpieczne,
- ❑ do czasu usunięcia zagrożenia nie wydawać polecenia wznowienia pracy,
- ❑ umożliwić pracownikom podjęcie działań w celu uniknięcia niebezpieczeństwa – nawet bez porozumienia z przełożonym – na miarę ich wiedzy i dostępnych środków technicznych

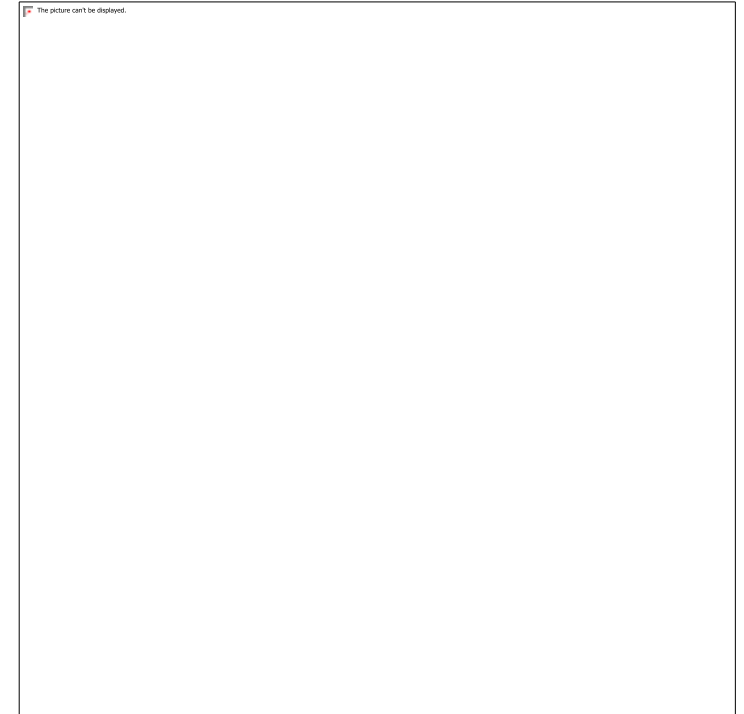
!! UWAGA !!

- ▶ Pracodawca ponosi odpowiedzialność za stan bezpieczeństwa i higieny pracy w zakładzie pracy.
- ▶ Na zakres odpowiedzialności pracodawcy nie wpływają obowiązki pracowników w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy oraz powierzenie wykonywania zadań służby bezpieczeństwa i higieny pracy specjalistom spoza zakładu pracy.



Inne obowiązki pracodawcy:

- ▶ Zgodnie z art. 304 Kodeksu Pracy pracodawca ma obowiązek zapewnić bezpieczne i higieniczne warunki pracy osobom fizycznym wykonującym pracę na innej podstawie niż stosunek pracy a także osobom prowadzącym działalność gospodarczą na własny rachunek. Powyższe obowiązki dotyczą więc osób wykonujących pracę na podstawie umowy - zlecenia a także usług świadczonych przez firmy jednoosobowe. Jednocześnie osoby te są obowiązane do stosowania się do przepisu art.211 Kodeksu Pracy, mówiącego o obowiązkach pracownika w zakresie BHP,
- ▶ Zgodnie z § 2 Rozporządzenia Ministra Gospodarki i Pracy w sprawie szkoleń w dziedzinie bhp z 27 lipca 2004r (Dz.U. 2004r. nr.180, poz.1860 z późn. zm.) w razie wykonywania pracy na terenie zakładu pracy pracodawcy przez pracownika innego pracodawcy -pracodawca zapewnia poinformowanie tego pracownika o zagrożeniach dla bezpieczeństwa i zdrowia podczas pracy na tym terenie. Uzyskanie tych informacji pracownik potwierdza podpisem.

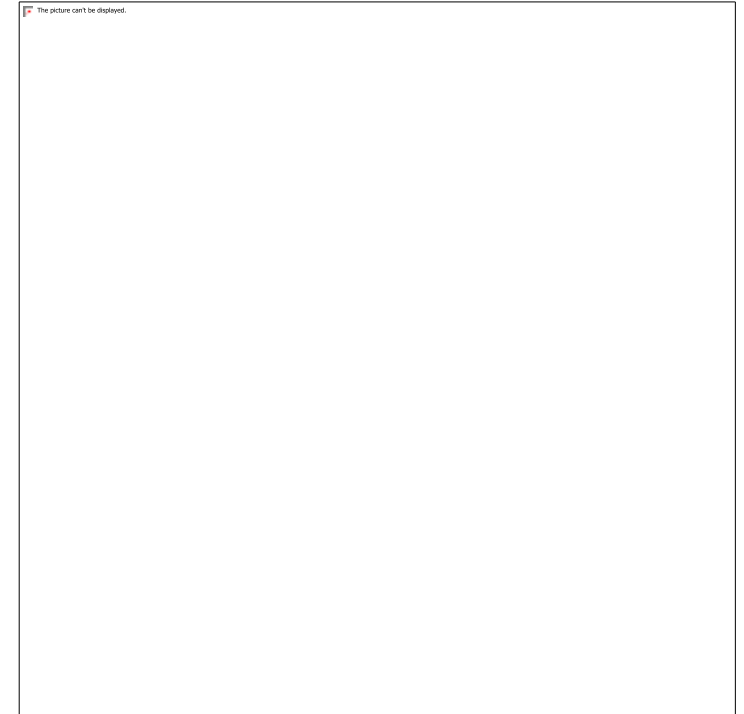


W zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy osoby kierujące pracownikami są zobowiązane do:

- ▶ dbania o sprawność środków ochrony indywidualnej oraz ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem,
- ▶ organizowania, przygotowywania i prowadzenia prac, z uwzględnieniem zabezpieczenia pracowników przed wypadkami przy pracy, chorobami zawodowymi i innymi chorobami związanymi z warunkami środowiska pracy,
- ▶ dbania o bezpieczny i higieniczny stan pomieszczeń pracy i wyposażenia technicznego, a także o sprawność środków ochrony zbiorowej i ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem,
- ▶ egzekwowania przestrzegania przez pracowników przepisów i zasad bhp,
- ▶ zapewnienia wykonania zaleceń lekarza sprawującego opiekę zdrowotną nad pracownikami.

Przestrzeganie przepisów i zasad bhp jest podstawowym obowiązkiem pracownika. Pracownik jest przede wszystkim obowiązany:

- ▶ **znać przepisy i zasady bhp**, brać udział w szkoleniach z tego zakresu oraz poddawać się wymaganiom egzaminom sprawdzającym,
- ▶ **wykonywać pracę w sposób zgodny z przepisami i zasadami bhp** oraz stosować się do wydawanych w tym zakresie poleceń i wskazówek przełożonych,
- ▶ **dbać o należyty stan maszyn, urządzeń, narzędzi i sprzętu** oraz o porządek i ład w miejscu pracy,
- ▶ **stosować środki ochrony zbiorowej**, a także używać przydzielonych środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, zgodnie z ich przeznaczeniem,
- ▶ **poddawać się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zaleconym badaniom lekarskim** i stosować się do wskazań lekarskich,
- ▶ **niezwłocznie zawiadomić przełożonego o zauważonym w zakładzie pracy wypadku albo zagrożeniu** oraz ostrzec współpracowników, a także inne osoby znajdujące się w rejonie zagrożenia, o grożącym niebezpieczeństwie,
- ▶ **współdziałać z pracodawcą i przełożonymi w wypełnianiu obowiązków dotyczących bhp.**



!! UWAGA !!

- ▶ Pracownik ma prawo powstrzymać się od wykonywania pracy, po zawiadomieniu przełożonego, gdy warunki pracy nie odpowiadają przepisom bhp i stwarzają bezpośrednie zagrożenie dla życia lub zdrowia pracownika lub innych osób, lub gdy praca wymaga szczególnej sprawności psychofizycznej, a jego stan psychofizyczny nie zapewnia bezpiecznego wykonywania pracy.
- ▶ Pracownik nie może ponosić jakichkolwiek niekorzystnych dla niego konsekwencji z powodu powstrzymania się od pracy lub oddalenia się z miejsca zagrożenia w ww. przypadkach.



2. OCHRONA PRACY Kobiet I Pracowników MłodoCiąnych

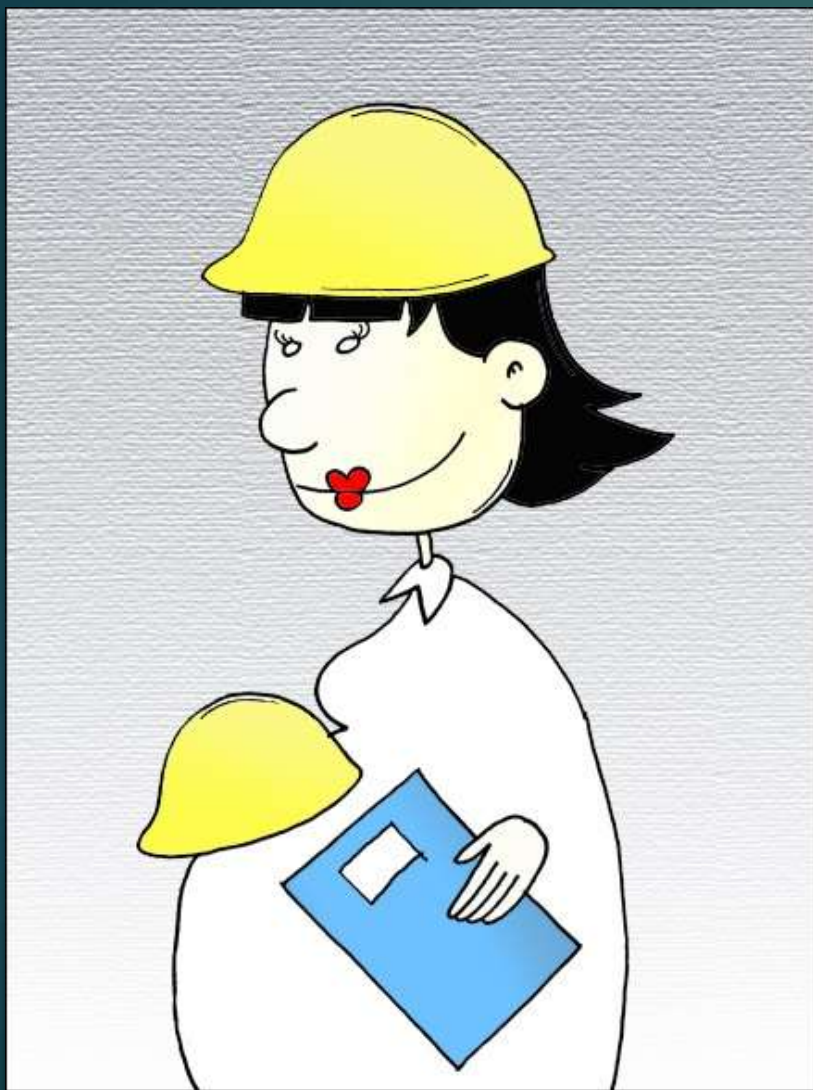
Ochrona pracy kobiet

- ▶ Zgodnie z art. 112 Kodeksu Pracy pracownicy mają równe prawa z tytułu jednakowego wypełniania takich samych obowiązków (także równe traktowanie mężczyzn i kobiet w zatrudnieniu). Art. 113 Kodeksu pracy zabrania jakiegokolwiek dyskryminowania pracowników, m.in. ze względu na płeć. Natomiast art. 11³ w dziale I K.P. nakazuje równe traktowanie kobiet i mężczyzn.
- ▶ Mimo tych zapisów istnieje pewna grupa prac szczególnie uciążliwych i szkodliwych dla zdrowia, przy których wykonywaniu zabroniony jest udział kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią. Wykaz tych prac jest przedmiotem Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 03 kwietnia 2017 r. w sprawie wykazu prac uciążliwych, niebezpiecznych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią (Dz. U. z 2017r Nr poz. 796).



Zgodnie z w/w rozporządzenie zabronione jest wykonywanie przez kobiety w ciąży m. in. następujących prac:

- ręczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o wadze powyżej 3 kg;
- ręczne przenoszenie pod górę przedmiotów przy pracy stałej, a przy pracy dorywczej o masie przekraczającej 1 kg;
- prace w pozycji stojącej łącznie ponad 3 godziny w czasie zmiany roboczej;
- prace na stanowiskach z monitorami ekranowymi - w łącznym czasie przekraczającym 8 godzin na dobę, przy czym czas spędzony przy obsłudze monitora ekranowego nie może jednorazowo przekraczać 50 minut, po którym to czasie powinna nastąpić co najmniej 10 minutowa przerwa wliczana do czasu pracy;
- prace w narażeniu na substancje chemiczne takie jak: czynniki chemiczne o znanym i niebezpiecznym wchłanianiu przez skórę, ołów, rtęć i jej związki, mangan.



Szczególnej ochronie podlega kobieta w okresie ciąży.

Pracodawcy w tym okresie nie wolno:

Wypowiedzieć ani rozwiązać umowy o pracę (za wyjątkiem ogłoszenia upadłości albo likwidacji pracodawcy oraz w przypadku zaistnienia przyczyn uzasadniających rozwiązanie umowy bez wypowiedzenia z jej winy i reprezentująca pracownicę zakładowa organizacja związkowa wyraziła zgodę na rozwiązanie umowy);

Zatrudniać kobiety w godzinach nadliczbowych ani w porze nocnej;

Bez zgody kobiety delegować ją poza stałe miejsce pracy;

Reguły dotyczące zatrudniania w godzinach nadliczbowych, w porze nocnej oraz delegowania poza miejsce stałego zamieszkania dotyczy również kobiet opiekujących się dzieckiem do lat 4. (wolno jednak zatrudniać w tych warunkach po wyrażeniu zgody przez zainteresowaną).

Pracodawca jest obowiązany

- ▶ przenieść do innej pracy kobietę w ciąży lub karmiącą dziecko piersią, zatrudnioną przy pracy wzbronionej kobietom w ciąży, a jeżeli to niemożliwe zwolnić ją na czas niezbędny z obowiązku świadczenia pracy,
- ▶ przenieść do innej pracy, skrócić jej czas pracy lub zwolnić na czas niezbędny z obowiązku świadczenia pracy kobietę w ciąży, która przedstawi zaświadczenie lekarskie o przeciwwskazaniach do wykonywania dotychczasowej pracy,
- ▶ udzielać ciężarnej płatnych zwolnień od pracy na zalecone przez lekarza badania lekarskie przeprowadzane w związku z ciążą (o ile nie mogą być przeprowadzone poza godzinami pracy).
- ▶ Po ustaniu przyczyn uzasadniających przeniesienie do innej pracy, skrócenie jej czasu pracy lub zwolnienie z obowiązku świadczenia pracy, pracodawca jest obowiązany zatrudnić kobietę przy pracy i w wymiarze czasu określonych w umowie o pracę.



Zatrudnianie młodocianych

- ▶ Młodocianym w rozumieniu Kodeksu pracy jest osoba, która ukończyła 15 lat, a nie przekroczyła 18 lat.
- ▶ Zabronione jest zatrudnianie osoby, która nie ukończyła 15 lat.
- ▶ Wolno zatrudniać tylko tych młodocianych, którzy:
 - ukończyli co najmniej gimnazjum,
 - przedstawią świadectwo lekarskie o braku przeciwwskazań do wykonywania pracy danego rodzaju.
- ▶ Młodociany, który nie posiada żadnych kwalifikacji zawodowych, może być zatrudniony jedynie w celu przygotowania zawodowego.
- ▶ Możliwe jest także zatrudnianie młodocianego na podstawie umowy o pracę przy wykonywaniu lekkich prac, których wykaz określa pracodawca (po uzyskaniu zgody lekarza wykonującego zadania służby medycyny pracy oraz PIP) i zamieszcza w regulaminie pracy lub w osobnym akcie (gdy nie musi sporządzać regulaminu pracy).



Zatrudnianie młodocianych

- ▶ Czas pracy młodocianego nie może przekraczać:
 - w wieku do lat 16 – 6 godzin na dobę,
 - w wieku powyżej 16 lat – 8 godzin na dobę.
- ▶ Jeżeli dobowy wymiar czasu pracy młodocianego przekracza 4,5 godz., pracodawca jest obowiązany wprowadzić półgodzinną przerwę w pracy wliczaną do czasu pracy.
- ▶ Nie wolno zatrudniać młodocianych:
 - w godzinach nadliczbowych i w porze nocnej (tj. w godzinach 2200-600),
 - przy pracach wzbronionych, określonych rozporządzeniem RM z dnia 24 sierpnia 2004 r. (Dz. U. Nr 200, poz. 2047, z późn. zm.), z wyjątkami określonymi w tym rozporządzeniu.





3. PROFILAKTYCZNE BADANIA LEKARSKIE




PROFILAKTYCZNE BADANIA LEKARSKIE

- Wymagania dotyczące sposobu i zakresu przeprowadzania badań lekarskich pracowników określa rozporządzenie Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie Pracy (Dz. U. Nr 69, poz. 332, z późn. zm.).
- **Profilaktyczna opieka lekarska obejmuje profilaktyczne badania lekarskie pracowników:**
 - wstępne,
 - okresowe,
 - kontrolne.
- Wstępnym badaniom lekarskim podlega:
 - osoba przyjmowana do pracy,
 - pracownicy młodociani przenoszni na inne stanowiska pracy,
 - pracownicy przenoszni na stanowiska pracy, na których występują czynniki szkodliwe dla zdrowia lub warunki uciążliwe



PROFILAKTYCZNE BADANIA LEKARSKIE

- ▶ Kontrolnym badaniom lekarskim podlega pracownik w przypadku niezdolności do pracy trwającej dłużej niż 30 dni, spowodowanej chorobą.
- ▶ Okresowym badaniom lekarskim podlega pracownik w celu ustalenia zdolności do wykonywania pracy na dotychczasowym stanowisku.
- ▶ Okresowe i kontrolne badania lekarskie przeprowadza się w miarę możliwości w godzinach pracy. Za czas niewykonywania pracy w związku z przeprowadzanymi badaniami pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia, a w razie przejazdu na te badania do innej miejscowości przysługuje mu zwrot kosztów podróży według zasad obowiązujących przy podróżach służbowych.
- ▶ Pracodawca nie może dopuścić do pracy pracownika bez aktualnego orzeczenia lekarskiego stwierdzającego brak przeciwwskazań do pracy na określonym stanowisku.



4. ODZIEŻ OCHRONNA I ROBOCZA, ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ

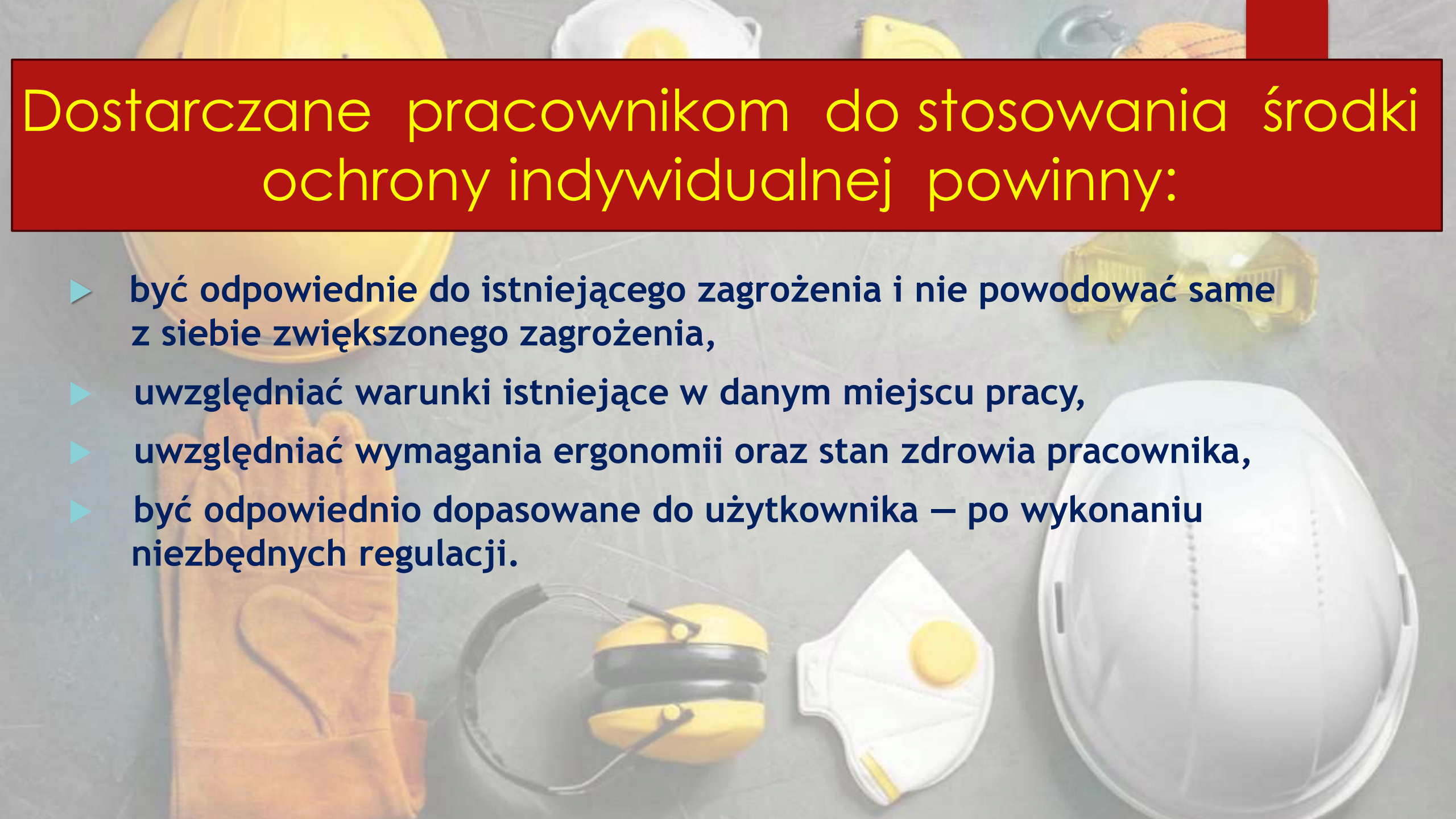
ODZIEŻ OCHRONNA I ROBOCZA. ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ

- ▶ Szczegółowe zasady stosowania odzieży ochronnej i roboczej oraz środków ochrony indywidualnej zawiera załącznik nr 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (tj.: Dz. U. z 2003 r. Nr 169, poz. 1650, z późn. zm.).
- ▶ Środki ochrony indywidualnej powinny być stosowane w sytuacjach, kiedy nie można uniknąć zagrożeń lub nie można ich wystarczająco ograniczyć za pomocą środków ochrony zbiorowej lub odpowiedniej organizacji pracy.



Dostarczane pracownikom do stosowania środki ochrony indywidualnej powinny:

- ▶ być odpowiednie do istniejącego zagrożenia i nie powodować same z siebie zwiększonego zagrożenia,
- ▶ uwzględniać warunki istniejące w danym miejscu pracy,
- ▶ uwzględniać wymagania ergonomii oraz stan zdrowia pracownika,
- ▶ być odpowiednio dopasowane do użytkownika – po wykonaniu niezbędnych regulacji.



ODZIEŻ OCHRONNA I ROBOCZA

ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ

- ▶ W przypadku występowania więcej niż jednego zagrożenia i konieczności jednoczesnego stosowania kilku środków ochrony indywidualnej środki te powinny dać się dopasować względem siebie bez zmniejszenia ich właściwości ochronnych.
- ▶ W zależności od stopnia zagrożenia, częstości narażenia na zagrożenie, cech stanowiska pracy każdego pracownika i skuteczności działania środków ochrony indywidualnej pracodawca powinien określić warunki stosowania środków ochrony indywidualnej, a w szczególności czas i przypadki, w których powinny być używane.
- ▶ Środki ochrony indywidualnej powinny być przeznaczone do osobistego użytku. W wyjątkowych przypadkach środek ochrony indywidualnej może być używany przez więcej niż jedną osobę, o ile wykluczono niepożądany wpływ takiego użytkowania na zdrowie lub higienę użytkowników.
- ▶ Środki ochrony indywidualnej powinny być stosowane zgodnie ze swoim przeznaczeniem, z wyłączeniem szczególnych i wyjątkowych sytuacji – zgodnie z instrukcją przekazaną przez pracodawcę. W razie potrzeby – w celu zapewnienia właściwego używania środków ochrony indywidualnej – pracodawca powinien zorganizować pokazy używania tych środków.

ODZIEŻ OCHRONNA I ROBOCZA. ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ

- ▶ Instrukcja powinna być zrozumiała dla pracowników oraz powinna określać sposoby używania środków ochrony indywidualnej, ich kontroli i konserwacji.
- ▶ Środki ochrony indywidualnej powinny spełniać wymagania systemu oceny zgodności-powinny przejść badania w jednostce certyfikującej, być oznaczone znakiem CE . Przy sprzedaży producent lub sprzedawca powinien dostarczyć nabywcy instrukcje użytkowania i kartę oceny zgodności. Środki ochrony indywidualnej użytkujemy przez okres określony przez producenta lub do utraty właściwości użytkowych lub ochronnych.



**Założ
odzież ochronną!**



5. PROFILAKTYCZNE POSIŁKI I NAPOJE

Zapewnienie wody do picia

- ▶ Stosownie do § 112 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (tj.: Dz. U. z 2003 r. Nr 169, poz. 1650, z późn. zm.) pracodawca jest obowiązany zapewnić wszystkim pracownikom wodę zdatną do picia lub inne napoje, a pracownikom zatrudnionym stale lub okresowo w warunkach szczególnie uciążliwych zapewnić oprócz wody i inne napoje. Ilość, rodzaj i temperatura tych napojów powinny być dostosowane do warunków wykonywania pracy i potrzeb fizjologicznych pracowników. Szczegółowe zasady zaopatrzenia w napoje pracowników zatrudnionych w warunkach szczególnie uciążliwych określają odrębne przepisy.
- ▶ Rozporządzenie jednoznacznie ustala, że pracodawca zapewnia wodę zdatną do picia wszystkim pracownikom zatrudnionym w zwykłych warunkach pracy bez ograniczenia. Miejsca czerpania wody zdatnej do picia nie mogą być oddalone więcej niż 75 m od stanowisk pracy. Zbiorniki, przewody i miejsca czerpania wody powinny być zabezpieczone przed zanieczyszczeniem i skażeniem. Czerpanie wody powinno odbywać się wyłącznie z zaworów czerpalnych. Miejsca czerpania wody nienadającej się do picia powinny być trwale oznakowane zgodnie z Polską Normą.



Profilaktyczne posiłki

- ▶ Art. 232 k.p. oraz wydane na jego podstawie rozporządzenie Rady Ministrów z 28 maja 1996 r. w sprawie profilaktycznych posiłków i napojów (Dz. U. Nr 60. poz, 279 ze zm.) zobowiązują pracodawcę do zapewnienia posiłków profilaktycznych pracownikom wykonującym prace (§3):
- ▶ związane z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 2000 kcal (8374 kJ) u mężczyzn i powyżej 1100 kcal (4605 kJ) u kobiet,
- ▶ związane z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 1500 kcal (6280 kJ) u mężczyzn, a u kobiet 1000 kcal (4187 kJ), jeżeli praca jest wykonywana w pomieszczeniach zamkniętych, w których ze względów technologicznych utrzymuje się stale temperatura poniżej 10°C lub wskaźnik obciążenia termicznego (WBGT) wynosi powyżej 25°C, lub gdy praca jest wykonywana na otwartej przestrzeni w okresie zimowym (od dnia 1 listopada do 31 marca),
 - Pod ziemią,
 - przy usuwaniu skutków klęsk żywiołowych lub innych zdarzeń losowych.

Profilaktyczne posiłki

► Posiłki powinny zawierać około 50-55% węglowodanów, 30-35% tłuszczów, 15% białek oraz posiadać wartość kaloryczną około 1000 kcal. W uzasadnionych przypadkach pracodawca zamiast wydawania posiłków może zapewnić korzystanie z posiłków w punktach gastronomicznych lub przyrzędzenie posiłków przez pracowników we własnym zakresie z otrzymanych od pracodawcy produktów (§2 ust. 2). Niedopuszczalne jest wypłacanie ekwiwalentu pieniężnego.



Napoje w warunkach szczególnych

Pracodawca zapewnia napoje pracownikom zatrudnionym:

- a) W warunkach gorącego mikroklimatu, charakteryzującego się wartością wskaźnika obciążenia termicznego (WBGT) powyżej 25°C
- b) W warunkach mikroklimatu zimnego, charakteryzującego się wartością wskaźnika siły chłodzącej powietrza (WCI) powyżej 1000,
- c) Przy pracach na otwarte przestrzeni przy temperaturze otoczenia poniżej 10°C lub powyżej 25°C,
- d) Przy pracach związanych z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 1500 kcal (6280 kJ) u mężczyzn,
a u kobiet 1000 kcal (4187 kJ),
- e) Na stanowiskach pracy, na których temperatura spowodowana warunkami atmosferycznymi przekracza 28°C,





6. SŁUŻBA BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Czym jest i jakie funkcje pełni w zakładzie pracy służba BHP?

- ▶ Służba bhp pełni funkcje doradcze i kontrolne pracodawcy w zakresie bhp . Do jej utworzenia obowiązany jest pracodawca zatrudniający więcej niż 100 pracowników. Pracodawca zatrudniający do 100 pracowników może powierzyć wykonywania zadań służby bhp pracownikowi zatrudnionemu przy innej pracy. Służba bhp to ściśle wyodrębniona komórka organizacyjna, podległa bezpośrednio pracodawcy, a w przypadku pracodawców będących jednostkami organizacyjnymi, osobie zarządzającej tą jednostką lub osobie z zarządu, która jest upoważniona do nadzoru w sprawach BHP.



Kiedy i w jaki sposób pracodawca tworzy w zakładzie służbę bhp?

- ▶ Liczba pracowników służby bhp zależy jest od liczby zatrudnionych w zakładzie pracowników oraz występujących zagrożeń i uciążliwości w pracy. Jeśli w zakładzie pracy zatrudnionych jest zatrudnionych jest :
 - ◆ do 100 pracowników, to zadania związane z bhp można powierzyć pracownikowi zatrudnionemu przy innej pracy (wykonującemu inne obowiązki zawodowe),
 - ◆ od 100 do 600 pracowników, to należy utworzyć co najmniej jednoosobowe stanowisko bhp albo zatrudnić na takim stanowisku pracownika służby bhp w niepełnym wymiarze czasu pracy,
 - ◆ ponad 600 pracowników, należy zatrudnić w pełnym wymiarze czasu pracy co najmniej 1 pracownika służby bhp na każdych 600 pracowników.



Jakie są uprawnienia służby BHP w razie stwierdzenia nieprawidłowości ?

W razie stwierdzenia nieprawidłowości osoba wykonująca zadania służby bhp jest uprawniona do:

Niezwłocznego wstrzymania pracy maszyny lub innego urządzenia technicznego w razie wystąpienia

Bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia pracownika albo innych osób,

Niezwłocznego odsunięcia od pracy pracownika zatrudnionego przy pracy wzbronionej,

Niezwłocznego odsunięcia od pracy pracownika, który swoim zachowaniem lub sposobem wykonywania pracy stwarza bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia własnego albo innych osób,

Wnioskowania do pracodawcy o niezwłoczne wstrzymanie pracy w zakładzie pracy, w jego części lub w innym miejscu wyznaczonym przez pracodawcę do wykonywania pracy, w wypadku stwierdzenia bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia pracowników albo innych osób,

Występowania do pracodawcy o zastosowanie kar porządkowych w stosunku do pracowników odpowiedzialnych za zaniedbanie obowiązków w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy,

Występowania do osób kierujących pracownikami z zaleceniami usunięcia stwierdzonych zagrożeń wypadkowych i szkodliwości zawodowych oraz uchybień w zakresie bhp.

Na czym polega funkcja doradcza i kontrolna służby BHP

Funkcja kontrolna i doradcza służby bhp polega m.in. na:

Wykonywaniu bieżącego nadzoru nad przestrzeganiem przepisów i zasad bhp na terenie zakładu pracy,

Bieżącym informowaniu pracodawcy o stwierdzonych zagrożeniach zawodowych, wraz z wnioskami zmierzającymi do usuwania tych zagrożeń,

Sporządzaniu okresowych analiz, dotyczących stanu bhp, zawierających propozycje wprowadzenia poprawy warunków pracy,

Współdziałaniu przy opracowywaniu planów modernizacyjnych poprzez opiniowanie projektów zmian uwzględniających bezpieczeństwo i higienę pracy,

Udziale w dochodzeniach powypadkowych mających na celu ustalenie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy oraz zachorowań na choroby zawodowe,

Kontroli realizacji przez pracodawcę wniosków dotyczących poprawy stanu bhp,

Doradztwie w zakresie stosowania przepisów oraz zasad bhp.

Co należy do podstawowych zadań służby bhp?

- ▶ stanowiskowych, zarządzeń wewnętrznych dotyczących bezpieczeństwa i higieny pracy,
- ▶ opiniowanie szczegółowych instrukcji bhp na poszczególnych stanowiskach pracy,
- ▶ udział w dokonywaniu oceny ryzyka zawodowego, na stanowisku pracy,
- ▶ współpraca z właściwymi komórkami organizacyjnymi lub osobami w zakresie organizowania i zapewnienia odpowiedniego poziomu szkoleń w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy oraz zapewnienia właściwej adaptacji zawodowej nowo zatrudnionych pracowników,
- ▶ współpraca z lekarzem sprawującym opiekę medyczną nad pracującymi oraz laboratoriami wykonującymi badania i pomiary środowiska pracy.
- ▶ Prowadzenie instruktażu ogólnego bhp pracowników przyjmowanych do pracy
- ▶ Udział w pracach komisji powypadkowych
- ▶ Prowadzenie postępowania w sprawie wypadków do pracy i z pracy do domu



AKADEMIA
PRESTIGE



19 września
dzień pracownika

służby BHP.

BEZPIECZEŃSTWO TO NIE SLOGAN.
TO STYL ŻYCIA!



7. SZKOLENIA W DZIEDZINIE BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

SZKOLENIA W DZIEDZINIE BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Zgodnie z art. 2373 § 2 kp pracodawca jest obowiązany zapewnić przeszkolenie pracownika w zakresie bhp przed dopuszczeniem go do pracy oraz prowadzenie okresowych szkoleń w tym zakresie. Szkolenia te odbywają się w czasie pracy i na koszt pracodawcy

Szkoleniom podlegają wszyscy zatrudnieni bez względu na rodzaj wykonywanej pracy oraz uczniowie, studenci i praktykanci, praktykanci.

Podkreślić należy, że sam pracodawca, zgodnie z art. 2373 § 21 kp., również musi odbyć szkolenie w dziedzinie bhp i uaktualniać wiedzę w zakresie niezbędnym do wypełnienia ciężących na nim obowiązków.

Pracodawcy nie wolno dopuścić pracownika do pracy, do której wykonywania nie posiada on wymaganych kwalifikacji lub potrzebnych umiejętności, a także dostatecznej znajomości przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy (art. 2373 § 1 kp.).

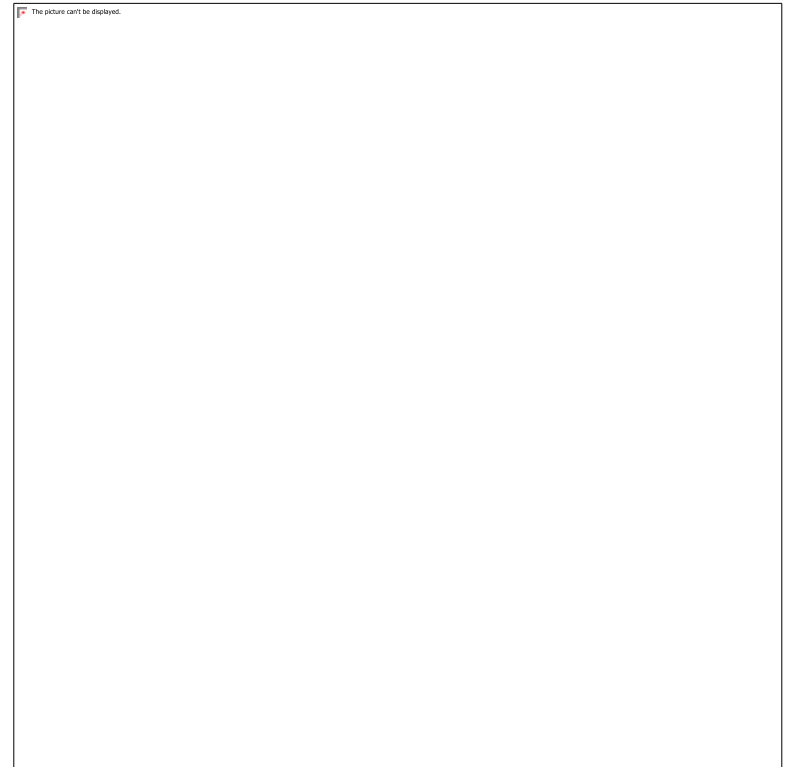
Przepisy przewidują dwa rodzaje szkoleń:

- ▶ **Szkolenia wstępne** - zorganizowane przed dopuszczeniem pracownika do pracy. Ich celem jest dostarczenie pracownikowi wiedzy i umiejętności niezbędnych do wykonywania pracy z uwzględnieniem przepisów i zasad bezpieczeństwa oraz zapoznanie z zagrożeniami występującymi na konkretnych stanowiskach pracy. Szkolenie to obejmuje instruktaż ogólny oraz instruktaż stanowiskowy.
- ▶ **Szkolenia okresowe** - są powtarzane w czasie trwania zatrudnienia. Ich celem jest przypomnienie i ugruntowanie wiedzy z zakresu bhp oraz zapoznanie uczestników z nowymi rozwiązaniami techniczno-organizacyjnymi w tym zakresie. Częstotliwość tego szkolenia zależna jest od rodzaju i warunków wykonywania pracy.



Szkolenie wstępne

- ▶ Szkolenie wstępne obejmuje instruktaż ogólny i stanowiskowy.
- ▶ Instruktaż ogólny powinien zapoznać pracownika z przepisami bhp zawartymi w Kodeksie Pracy, w regulaminach pracy (o ile u danego pracodawcy taki regulamin istnieje) oraz z zasadami udzielania pierwszej pomocy. Odbywają go, przed dopuszczeniem do wykonywania pracy, nowo zatrudnieni pracownicy, studenci-praktykanci oraz uczniowie szkół zawodowych zatrudnieni w celu praktycznej nauki zawodu.
- ▶ Instruktaż ogólny prowadzi pracownik służby bezpieczeństwa i higieny pracy, osoba wykonująca u pracodawcy zadania tej służby albo pracodawca, który sam wykonuje takie zadania. Może go też przeprowadzić pracownik wyznaczony przez pracodawcę, posiadający zasób wiedzy i umiejętności, zapewniający właściwą realizację programu instruktażu, posiadający aktualne zaświadczenie o ukończeniu wymaganego szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy.
- ▶ Czas tego szkolenia nie może być krótszy niż 3 godziny lekcyjne.



Instruktaż stanowiskowy odbywa się na stanowisku pracy, na którym pracownik będzie pracował. Ma na celu zapoznanie pracownika z zagrożeniami występującymi na tym stanowisku, sposobami ochrony przed zagrożeniami oraz metodami bezpiecznego wykonywania pracy.

Powinien on obejmować następujące etapy:

- ▶ 1. rozmowę wstępną instruktora (np. przełożony pracownika, mistrz, brygadzista) z pracownikiem,
- ▶ 2. pokaz i objaśnienie przez instruktora wszystkich czynności, jakie ma wykonywać pracownik na stanowisku pracy z zachowaniem bezpiecznych metod pracy,
- ▶ 3. próbne wykonanie czynności przez pracownika i ewentualna ich korekta przez instruktora,
- ▶ 4. samodzielna praca pracownika pod nadzorem instruktora.
- ▶ 5. omówienie i ocena przebiegu

Instruktaż stanowiskowy prowadzi osoba kierująca pracownikami wyznaczona przez pracodawcę, mająca odpowiednie doświadczenie zawodowe i ukończyła szkolenie z zakresu metodyki prowadzenia instruktażu.

Instruktaż stanowiskowy powinien być zakończony sprawdzianem wiadomości z zakresu bezpiecznego wykonywania pracy. Pozytywne zdanie takiego sprawdzianu stanowi podstawę do dopuszczenia pracownika do pracy na określonym stanowisku. Czas trwania tego szkolenia powinien być uzależniony od przygotowania zawodowego pracownika, dotychczasowego stażu pracy oraz rodzaju pracy i zagrożeń występujących na stanowisku pracy, na którym pracownik ma być zatrudniony. Minimalny czas określony przepisami wynosi 8 godzin lekcyjnych, a dla pracowników administracyjno-biurowych-2 godziny lekcyjne

Odbycie przez pracownika instruktażu ogólnego i stanowiskowego powinno być potwierdzone przez niego na piśmie oraz odnotowane w aktach osobowych pracownika. Dokumentem potwierdzającym odbycie szkolenia wstępnego bhp jest „Karta szkolenia wstępnego w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy”

Jaka jest częstotliwość przeprowadzania szkoleń okresowych?

Szkolenie okresowe należy przeprowadzać w następujących czasookresach, formach i czasie trwania:

* w godzinach lekcyjnych, trwających 45 minut

	Zajmowane w zakładzie pracy stanowisko	Częstotliwość odbywania szkolenia okresowego nie rzadziej niż:	Forma szkolenia	Minimalny czas trwania szkolenia*
1.	pracodawca i inne osoby kierujące pracownikami, w szczególności kierownicy, mistrzowie i brygadziści	raz na 5 lat	kurs, seminarium, samokształcenie kierowane	16h
2.	pracownicy inżynieryjno-techniczni, technolodzy i organizatorzy produkcji, projektanci, konstruktorzy maszyn i innych urządzeń technicznych	raz na 5 lat	kurs, seminarium, samokształcenie kierowane	16h
3.	pracownicy służby bhp i osoby wykonujące zadania służby bhp			32 h w tym 4 h ćwiczeń
4.	pracownicy, którzy są narażeni na czynniki niebezpieczne, uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia oraz pracownicy, których praca wiąże się z odpowiedzialnością w			8h
5.	pracownicy administracyjno - biurowi i inni nie wymienieni w tabeli			8h
6.	pracownicy zatrudnieni na stanowiskach robotniczych	raz na 3 lat	instruktaż na stanowisku pracy + wykład	8h
7.	pracownicy zatrudnieni na stanowiskach robotniczych, na których wykonywane są prace szczególnie niebezpieczne (duże zagrożenia dla zdrowia i zagrożenia wypadkowe)	raz na 1 rok		



8. WYPADKI PRZY PRACY I CHOROBY ZAWODOWE

Wypadki przy pracy

Ustawa z dnia 30 października 2002 r. o ubezpieczeniu społecznym z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych (Dz. U. Nr 199, poz. 1673, z późn. zm.), wypadek przy pracy zdefiniowany jest w art. 3 tej ustawy w sposób następujący:

- ▶ 1. Za wypadek przy pracy uważa się nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną powodujące uraz lub śmierć, które nastąpiło w związku z pracą:
 - ▶ 1) podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika zwykłych czynności lub poleceń przełożonych;
 - ▶ 2) podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika czynności na rzecz pracodawcy, nawet bez polecenia;
 - ▶ 3) w czasie pozostawania pracownika w dyspozycji pracodawcy w drodze między siedzibą pracodawcy a miejscem wykonywania obowiązku wynikającego ze stosunku pracy.



Wypadki przy pracy

Na równi z wypadkiem przy pracy, w zakresie uprawnień do świadczeń określonych w ustawie, traktuje się wypadek, któremu pracownik uległ:

- ▶ w czasie podróży służbowej w okolicznościach innych niż określone w ust. 1, chyba że wypadek spowodowany został postępowaniem pracownika, które nie pozostaje w związku z wykonywaniem powierzonych mu zadań;
- ▶ podczas szkolenia w zakresie powszechnej samoobrony;
- ▶ przy wykonywaniu zadań zleconych przez działające u pracodawcy organizacje związkowe.
- ▶ Za śmiertelny wypadek przy pracy uważa się wypadek, w wyniku którego nastąpiła śmierć w okresie nieprzekraczającym 6 miesięcy od dnia wypadku.
- ▶ Za ciężki wypadek przy pracy uważa się wypadek, w wyniku którego nastąpiło ciężkie uszkodzenie ciała, takie jak: utrata wzroku, słuchu, mowy, zdolności rozrodczej lub inne uszkodzenie ciała albo rozstrój zdrowia, naruszające podstawowe funkcje organizmu, a także choroba nieuleczalna lub zagrażająca życiu, trwała choroba psychiczna, całkowita lub częściowa niezdolność do pracy w zawodzie albo trwałe, istotne zeszpecenie lub zniekształcenie ciała.
- ▶ Za zbiorowy wypadek przy pracy uważa się wypadek, któremu w wyniku tego samego zdarzenia uległy co najmniej dwie osoby.



Obowiązki pracodawcy

Informacja o wypadku przy pracy
nakłada na pracodawcę obowiązek
podjęcia następujących działań:

- eliminacji lub ograniczenia zagrożenia,
- zapewnienia udzielenia pierwszej pomocy osobom poszkodowanym,
- ustalenia w określonym przez przepisy trybie okoliczności i przyczyn wypadku,
- zastosowania odpowiednich środków zapobiegających podobnym wypadkom.

Uwaga!

Jeżeli wypadek przy pracy jest wypadkiem śmiertelnym, ciężkim lub zbiorowym, to na pracodawcy ciąży dodatkowo obowiązek niezwłocznego zawiadomienia właściwego inspektora pracy oraz prokuratora.



Powołanie zespołu powypadkowego

- ▶ Okoliczności i przyczyny wypadków ustala, powołany przez pracodawcę, zespół powypadkowy, w którego skład wchodzi pracownik służby bezpieczeństwa i higieny pracy oraz społeczny inspektor pracy.
- ▶ U pracodawcy, który nie ma obowiązku tworzenia służby bhp, w skład zespołu powypadkowego zamiast pracownika służby bhp, wchodzi pracodawca lub pracownik, któremu pracodawca dodatkowo powierzył zadania służby bhp albo specjalista z zewnątrz zakładu pracy.
- ▶ U pracodawcy, u którego nie działa społeczna inspekcja pracy, w skład zespołu powypadkowego zamiast społecznego inspektora pracy wchodzi, jako członek zespołu, przedstawiciel pracowników przeszkolony w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy.

Zabezpieczenie miejsca wypadku

- ▶ Do czasu ustalenia okoliczności i przyczyn wypadku pracodawca ma obowiązek zabezpieczyć miejsce wypadku w sposób wykluczający:
 - dopuszczenie do miejsca wypadku osób niepowołanych,
 - uruchamianie bez koniecznej potrzeby maszyn i innych urządzeń technicznych, które w związku z wypadkiem zostały wstrzymane,
 - dokonywanie zmiany położenia maszyn i innych urządzeń technicznych, jak również zmiany położenia innych przedmiotów, które spowodowały wypadek lub pozwalają odtworzyć jego okoliczności.
- ▶ Wyjątkiem od tej zasady jest sytuacja, gdy zachodzi konieczność ratowania osób lub mienia albo zapobieżenia grożącemu niebezpieczeństwu.
- ▶ Pracodawca może ponadto wyrazić zgodę na uruchomienie maszyn i innych urządzeń technicznych lub dokonanie zmian w miejscu wypadku po dokonaniu oględzin miejsca wypadku oraz po sporządzeniu (w razie potrzeby) szkicu lub fotografii miejsca wypadku i po uzgodnieniu:
 - w sytuacji zaistnienia wypadku śmiertelnego, ciężkiego lub zbiorowego: z właściwym inspektorem pracy i prokuratorem oraz w razie zaistnienia wypadku w zakładzie górniczym - z właściwym organem państwowego nadzoru górniczego,
 - w sytuacji zaistnienia pozostałych wypadków: ze społecznym inspektorem pracy.



Obowiązki zespołu powypadkowego

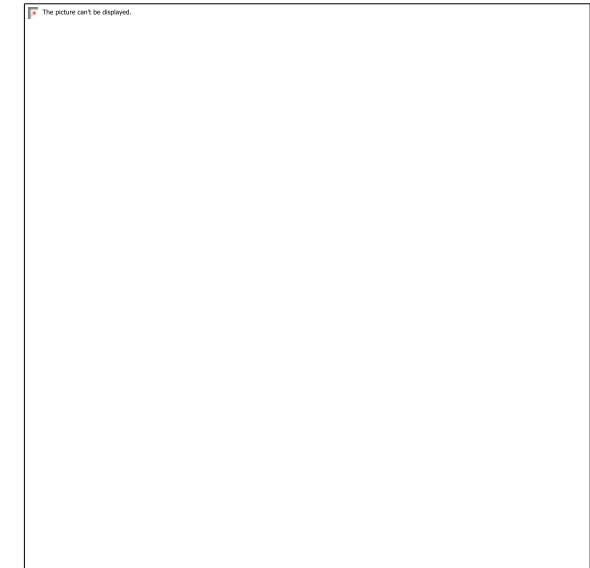
Zespół powypadkowy niezwłocznie po otrzymaniu wiadomości o wypadku ma obowiązek przystąpić do ustalania okoliczności i przyczyn wypadku. W tym celu zespół jest obowiązany:

- dokonać oględzin miejsca wypadku, stanu technicznego maszyn i innych urządzeń technicznych, stanu urządzeń ochronnych oraz zbadać warunki wykonywania pracy i inne okoliczności, które mogły mieć wpływ na powstanie wypadku (oględziny służą dokonaniu oceny całokształtu zdarzenia pod kątem ustalenia jego przyczyn, co pozwala opracować wnioski profilaktyczne),
- sporządzić, o ile jest to konieczne, szkic lub wykonać fotografię miejsca wypadku,
- wysłuchać wyjaśnień poszkodowanego, jeżeli stan jego zdrowia na to pozwala,
- zebrać informacje dotyczące wypadku od świadków,
- zasięgnąć opinii lekarza, a w razie potrzeby innych specjalistów w zakresie niezbędnym do oceny rodzaju i skutków wypadku,
- zebrać inne dowody dotyczące wypadku,



Protokół powypadkowy

- ▶ Na zakończenie postępowania zespół powypadkowy sporządza protokół ustalenia okoliczności i przyczyn wypadku przy pracy (w niezbędnej liczbie egzemplarzy) według ustalonego wzoru. Do protokołu powypadkowego członek zespołu ma prawo złożyć zdanie odrębne. W przypadku rozbieżności zdań członków zespołu powypadkowego o treści protokołu decyduje pracodawca.
- ▶ Szczegółowego uzasadnienia oraz wskazania odpowiednich dowodów wymaga stwierdzenie w treści protokołu, że wypadek nie jest wypadkiem przy pracy albo, że zachodzą okoliczności, które mogą mieć wpływ na prawo pracownika do świadczeń przysługujących z tytułu wypadku. Z treścią protokołu zespół obowiązany jest zapoznać pracownika, który uległ wypadkowi, lub członków rodziny zmarłego pracownika. Mają oni prawo (o tym należy pouczyć pracownika lub członków rodziny) zgłoszenia uwag i zastrzeżeń do ustaleń zespołu.
- ▶ Protokół powinien być następnie niezwłocznie przekazany pracodawcy do zatwierdzenia. Jeżeli protokół nie odpowiada warunkom określonym w przepisach lub do jego treści zostały zgłoszone zastrzeżenia, pracodawca zwraca protokół zespołowi w celu wyjaśnienia zastrzeżeń i uzupełnienia.



Wypadki w drodze do pracy i z pracy

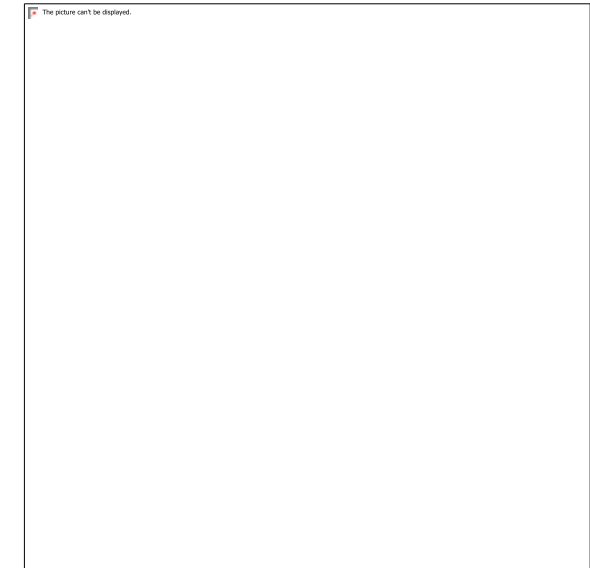
- ▶ Ustawa wypadkowa wprowadziła również zmiany w ustawie z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (tj.: Dz. U. z 2004 Nr 39, poz. 353, z późn. zm.), dodając tam nowe zapisy (art. 57a i 57b) dotyczące wypadków w drodze do pracy i z pracy.
- ▶ Za wypadek w drodze do pracy i z pracy uważa się nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną które nastąpiło w drodze do lub z miejsca wykonywania zatrudnienia lub innej działalności, stanowiącej tytuł ubezpieczenia rentowego, jeżeli droga ta była najkrótsza i nie została przerwana - chyba że przerwa była życiowo uzasadniona i jej czas nie przekraczał granic potrzeby, lub gdy droga, nie będąc drogą najkrótszą była dla ubezpieczonego ze względów komunikacyjnych najdogodniejsza.

► Ustalenia okoliczności i przyczyn wypadku w drodze do pracy lub z pracy dokonują w karcie wypadku w drodze do pracy lub z pracy pracodawcy w stosunku do ubezpieczonych, będących pracownikami, a w stosunku do pozostałych ubezpieczonych podmioty zobowiązane do ustalenia okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy w karcie wypadku, określone w art. 5 ust. 1 ustawy wypadkowej.

► Praktycznie postępowanie powypadkowe w sprawie wypadku w drodze do pracy lub z pracy do domu prowadzi osoba wyznaczona przez pracodawcę, a jest nią pracownik służby bhp. Wzór karty wypadku w drodze do pracy lub z pracy oraz inne szczegóły zawarte są w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 24 grudnia 2002 r. w sprawie szczegółowych zasad oraz trybu uznawania zdarzenia za wypadek w drodze do pracy lub z pracy, sposobu jego dokumentowania, wzoru karty wypadku w drodze do pracy lub z pracy oraz terminu jej sporządzania (Dz. U. Nr 237, poz. 2015).

Uznanie zdarzenia za wypadek w drodze do pracy lub z pracy następuje na podstawie:

- — oświadczenia poszkodowanego, członka jego rodziny lub świadków co do czasu, miejsca i okoliczności zdarzenia;
- — informacji i dowodów pochodzących od podmiotów badających okoliczności i przyczyny zdarzenia lub udzielających poszkodowanemu pierwszej pomocy;
- — ustaleń sporządzającego kartę.



Kartę wypadku sporządza się po ustaleniu okoliczności i przyczyn zdarzenia, nie później niż w terminie 14 dni od dnia uzyskania zawiadomienia o wypadku, w dwóch egzemplarzach, z których jeden otrzymuje poszkodowany lub członek jego rodziny, a drugi przechowuje się w dokumentacji powypadkowej. Odmowa uznania zdarzenia za wypadek w drodze do pracy lub z pracy wymaga uzasadnienia. Pracownik ma prawo do zgłoszenia wypadku w drodze do i z pracy do domu, ale nie jest to obowiązek.

Możliwe świadczenia z ubezpieczenia społecznego z tytułu wypadku w drodze do i z pracy:

- ▶ zasiłek chorobowy 100%,
- ▶ świadczenie rehabilitacyjne, renta .

Nazwa i adres podmiotu sporządzającego kartę wypadku
lub pieczęćka, jeżeli ją posiada

KARTA WYPADKU

I. DANE IDENTYFIKACYJNE PŁATNIKA SKŁADEK

1. Imię i nazwisko lub nazwa

2. Adres siedziby

3. NIP REGON PESEL

Dokument tożsamości (dowód osobisty lub paszport)

.....
rodzaj dokumentu seria numer

II. DANE IDENTYFIKACYJNE POSZKODOWANEGO



II.

BHP I ERGONOMIA W BIURZE



1. Zagadnienie bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii w biurach regulują następujące akty prawne:

- Kodeks pracy - ustawa;
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bhp (Dz U nr, 169 poz. 1650 z 2003r.);
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z 1 grudnia 1998 r. w sprawie bhp na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz. U. nr. 148 poz. 973).

2. Zagrożenia uciążliwości w pracy biurowej.

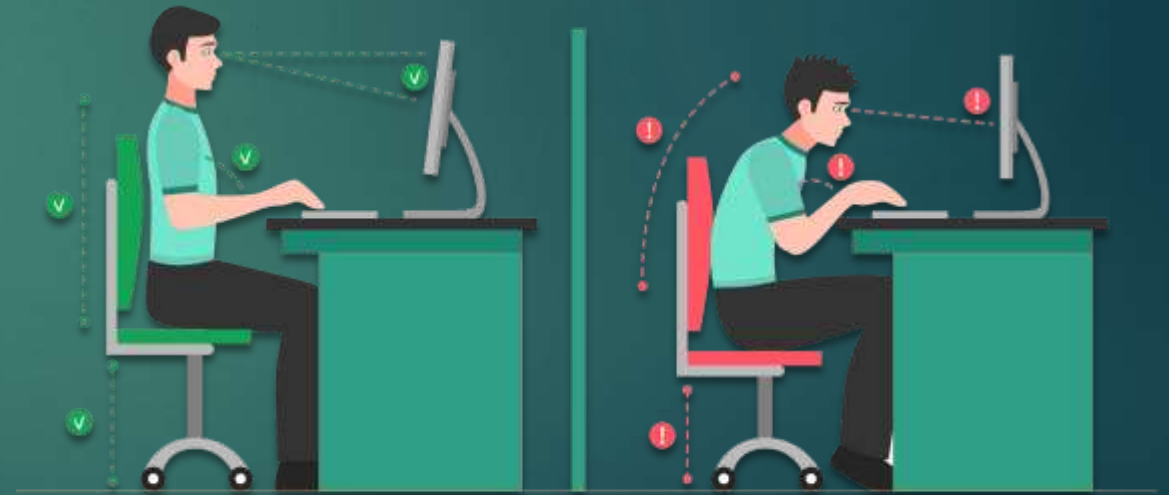
- **prąd elektryczny** - porażenie prądem zasilającym urządzenia biurowe (np. komputery, koparki), urządzenia oświetleniowe i grzewczo-wentylacyjne (np. lampy, wentylatory, dmuchawy), przedłużacze, przewody, gniazdka i wtyczki, tablice bezpiecznikowe,
- **ruchome elementy urządzeń biurowych** (np. wentylatorów, niszczarek),
- **powierzchnie, na których możliwy jest upadek pracownika** (np. uszkodzone podłogi i wykładziny, progi, zawilgocone posadzki z terakoty, układanie i zdejmowanie materiałów z regałów i półek bez dostępu z poziomu podłogi),



- **środki chemiczne**
(drażniące, uczulające środki czystości, dezynfekcyjne),
- **przemieszczanie ciężkich przedmiotów**
(np. mebli, komputerów, kserokopiarek),
- **powierzchnia i kubatura pomieszczeń pracy**
(np. pomieszczenia zbyt wilgotne, ciasne, za niskie),
- **temperatura, wilgotność i ruch powietrza**
(np. brak wentylacji, ogrzewania),
- **oświetlenie** (np. brak oświetlenia okiennego niewłaściwe natężenie oświetlenia sztucznego),
- **hałas** (pochodzący ze źródeł zewnętrznych i wewnętrznych),
- **obciążenie fizyczne** spowodowane np. niedostosowaniem zasad ergonomii organizacji i wyposażeniu stanowisk
(np. nieuregulowane, niedostosowanie do wzrostu pracownika siedzisko),
- **obciążenia nerwowo-psychiczne**
(nadmierne obciążenie umysłu, obciążenie emocjonalne).

3. Wymagania BHP dla pomieszczeń biurowych.

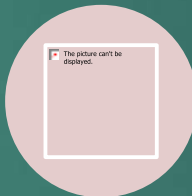
- ▶ Pomieszczenia pracy biurowej powinny zapewniać bezpieczne i higieniczne warunki pracy. W pomieszczeniach tych należy zapewnić oświetlenie naturalne i sztuczne, odpowiednią temperaturę, wymianę powietrza, zabezpieczenie przed wilgocią, nasłonecznieniem i innymi uciążliwościami.
- ▶ Na każdego z pracowników jednocześnie zatrudnionych w biurze powinno przypadać 2m^2 wolnej powierzchni podłogi i co najmniej 13m^3 wolnej objętości pomieszczenia.



Wymagania BHP dla pomieszczeń biurowych.



Natężenie oświetlenie sztucznego w pomieszczeniach biurowych powinno wynosić niemniej niż 300 Lx na stanowiskach pracy z komputerem, co najmniej 500 Lx.



Natężenie hałasu w pomieszczeniach biurowych nie powinno przekraczać 55dB.



W pomieszczeniach pracy biurowej powinno się zapewnić temperaturę powietrza nie niższą niż 18°C. Optymalną temperaturą jest przedział 20-23°C.



Względna wilgotność powietrza powinna wynosić 40-50% przy temperaturze 18-20°C.

Wymagania BHP dla pomieszczeń biurowych.

- ▶ Należy pamiętać, że w instalacjach wentylacyjnych i klimatyzacyjnych istnieją sprzyjające warunki do rozwoju chorobotwórczych bakterii Legionella, które mogą powodować chorobę zakaźną Legionelozę, występującą głównie pod postacią zachorowań grypopodobnych ale również może powodować bardzo poważne skutki, nawet zejścia śmiertelne, szczególnie przy chorobach współistniejących.
- ▶ Podstawowe znaczenie w zapobieganiu ryzyka wystąpienia legionelozy związanej z instalacjami wentylacji i klimatyzacji ma:
 - przeprowadzenie okresowych kontroli stanu technicznego i czystości instalacji,
 - okresowe czyszczenie (dezynfekcja) instalacji środkami chemicznymi (np. podchlorynom, związki fenolowe, aldehydy).

4. Instalacje i urządzenia elektryczne

▶ **Najczęstszym powodem porażen prądem elektrycznym jest zły stan techniczny instalacji i stosowanie niewystarczających środków ochrony przed zagrożeniami.**

▶ Do elementarnych nieprawidłowości należą:

- stosowanie bezpieczników topikowych jako urządzeń do samoczynnego wyłączenia prądu,
- niestosowanie połączeń wyrównawczych miejscowych głównych,
- rzadkie stosowanie wyłączników ochronnych różnicowo prądowych,
- stosowanie zbyt małej liczby obwodów odbiorczych oraz gniazd wtyczkowych i wypustów oświetleniowych, co jest przyczyną powszechnego stosowanie przedłużaczy rozgałęziaczy. Powodują one zagrożenie pożarem i upadki ludzi na posadzkę spowodowane zaczepieniem o przewody ułożone na podłodze.

▶ Eksploatacją urządzeń elektrycznych, instalacji i sieci (przeeglądy, konserwacje, naprawy) mogą zajmować się wyłącznie osoby mające odpowiednie uprawnienia.

Wymagania bhp przy obsłudze urządzeń biurowych

Pracodawca w zakresie obsługi przez pracownika urządzeń biurowych ma obowiązek:

- zapewnić systematyczną kontrolę stanu technicznego maszyn i urządzeń,
- udostępnić pracownikom do stałego korzystania instrukcje bezpieczeństwa i higieny pracy dotyczące obsługi urządzeń technicznych, postępowania z materiałami szkodliwych oraz udzielania pierwszej pomocy.



Obsługa monitorów ekranowych

Przed przystąpieniem do pracy osoba obsługująca monitor powinna:

- wywietrzyć pomieszczenie,
 - sprawdzić prawidłowość rozmieszczenia monitora i klawiatury (odległość ekranu monitora od oczu powinna wynosić 40 - 75cm, odległość klawiatury od przedniej krawędzi półki co najmniej 10cm),
 - sprawdzić i ewentualnie wyregulować siedzisko,
 - podłączyć urządzenie do sieci zasilającej.
- Pracownikom należy zapewnić łączenie przemiennie prac związanych z obsługą komputera z innymi rodzajami prac lub co najmniej 5 minutową przerwę.
- Pracownikowi nie wolno samodzielnie usuwać usterek podczas pracy wymagających zdjęcia lub otwarcia obudowy oraz samodzielnie usuwać usterek instalacji zasilającej energią elektryczną.



Kserokopiarki

- ▶ Instalowanie kserokopiarek powinno być wykonane przez wykwalifikowany serwis.
- ▶ Przewody zasilające nie powinny być przyciśnięte lub uszkodzone. Nie wolno zasłaniać otworów wentylacyjnych kserokopiarki, np. przez zbyt bliskie dosunięcie do ściany lub mebla biurowego (odległość minimalna 10cm). Do podłączenia kserokopiarki nie należy stosować przedłużaczy, lecz przyłączać urządzenie bezpośrednio do gniazdka elektrycznego z kółkiem zerującym. Podczas wykonywania prac nie wolno:
 - dopuścić, aby do wnętrza kserokopiarki zostały wciągnięte przedmioty metalowe,
 - dokonywać napraw, czyszczenia,
 - pozostawiać bez nadzoru kserokopiarce będącą w ruchu,
 - zdejmować osłony i zabezpieczenia,
 - czyścić urządzeń wilgotną szmatką bez odłączenia od zasilania,
 - stawiać na kserokopiarce ciężkich przedmiotów i rozlewać płynów.

Obsługa niszczarki dokumentów

Niszczarka dokumentów może być stosowana wyłącznie do niszczenia papierów – niszczenie innych przedmiotów może spowodować obrażenia lub uszkodzenie urządzenia.

Przed otwarciem niszczarki należy zawsze wyłączyć wtyczkę zasilającą z gniazdka. Niszczarkę należy ustawiać na płaskiej powierzchni (nie na wykładzinie lub dywanie).

Należy unikać kontaktu niszczarki z płynami. W celu uniknięcia pochwycenia i wciągnięcia osoby mające długie włosy powinny stosować nakrycia głowy. Nie można mieć też luźnych części ubrania (poły, rękawy). Nie wolno zbliżać dłoni do szczeliny wejściowej niszczarki podczas pracy. Urządzenie nie może być użytkowane przez więcej niż 1 osobę jednocześnie.





III.

PRACE SZCZEGÓLNIENIE NIEBEZPIECZNE

PRACE SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNE

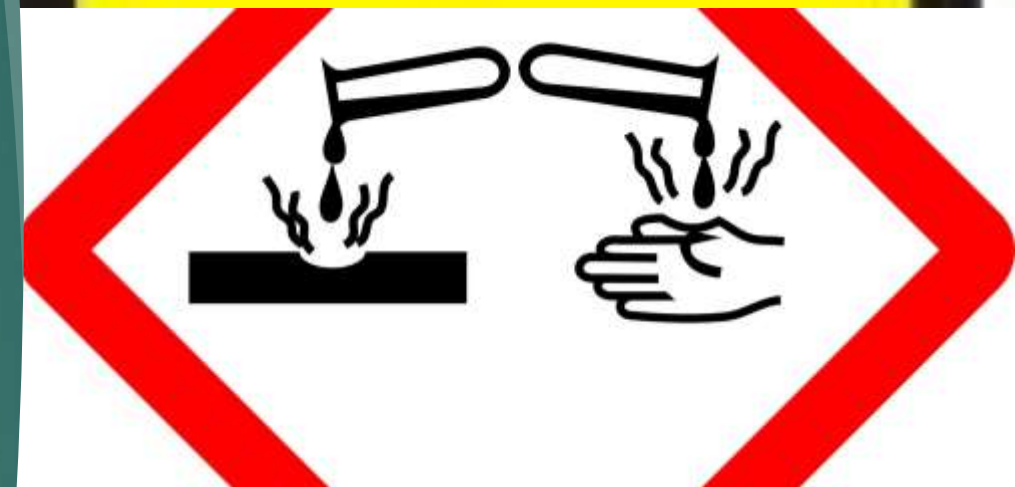
Istnieje szereg prac stwarzających szczególne zagrożenie dla zdrowia i życia ludzkiego powszechnie uznawanych za niebezpieczne. Część z nich wymieniona jest w stosownych rozporządzeniach właściwych ministrów. Wykaz prac szczególnie niebezpiecznych nie jest kompletny, jego uzupełnienie (rozszerzenie) winno stanowić jeden z elementów przy organizacji stanowisk pracy. W tym celu w każdym z zakładów pracy winno stworzyć się wykaz prac wykonywanych w warunkach szczególnie niebezpiecznych (określonych w przepisach bhp lub w instrukcjach eksploatacji urządzeń i instalacji), a także innych prac o zwiększonym zagrożeniu lub wykonywanych w utrudnionych warunkach, uznanych przez pracodawcę jako szczególnie niebezpieczne. Oprócz szeregu wykonywanych prac, ogólnie uznawanych za szczególnie niebezpieczne, np.: przy urządzeniach i instalacjach energetycznych, wewnątrz zbiorników, kotłów, silosów, urządzeń technologicznych, urządzeń pod dozorowych (autoklawów przemysłowych), występują prace, które z racji swojej powszechności często są nieuwzględniane przy planowaniu poszczególnych prac. Do nich należą w szczególności prace: wykonywane z użyciem narzędzi ręcznych o napędzie elektrycznym, wykonywane na wysokości, w zbiornikach, ziemne (w wykopach, zagłębieniach), spawalnicze, remontowe (modernizacyjne).

PRACE SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNE

Pracodawca powinien dla prac szczególnie niebezpiecznych określić szczegółowe wymagania bhp, jakie powinny być zachowane przy wykonywaniu tych prac.

W tym celu powinien:

- każdorazowo zapewnić nadzór nad wymienionymi pracami przez wyznaczenie w tym celu osób posiadających stosowne kwalifikacje,
- zapewnić odpowiednie środki i urządzenia zabezpieczające,
- przed dopuszczeniem do pracy pracowników przeprowadzić instruktaż uwzględniający (przedstawiający) między innymi: podział pracy pomiędzy poszczególnych pracowników, kolejność i harmonogram wykonywania zadań, a w szczególności przedstawić wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy wykonywaniu poszczególnych czynności.



PRACE SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNE

Analizując charakter poszczególnych prac winno się opracować w każdym zakładzie:

- ▶ wykaz stanowisk pracy, na których wymagane jest posiadanie dodatkowych uprawnień kwalifikacyjnych przez pracowników,
- ▶ wykaz rodzajów prac, które powinny być wykonywane przez co najmniej dwie osoby,
- ▶ wykaz rodzajów prac wymagających od pracowników szczególnej sprawności psychofizycznej.



Prace na wysokości

- ▶ Przez pojęcie „praca na wysokości” rozumiemy prace (roboty) wykonywane na: rusztowaniach, pomostach, podestach, stałych galeriach, słupach, masztach, konstrukcjach budowlanych, stropach, kominach, drabinach (rozstawnych, przystawnych), klamrach i innych podwyższeniach, to jest ogólnie na wszelkiego rodzaju powierzchniach znajdujących się na wysokości co najmniej 1,0 m nad poziomem terenu lub poziomem podłogi. Do prac na wysokości nie zalicza się pracy na powierzchni, niezależnie od wysokości, na jakiej się znajduje pracownik, jeżeli powierzchnia ta jest osłonięta ze wszystkich stron do wysokości co najmniej 1,5 m pełnymi ścianami (w tym z oknami) albo wyposażona jest w inne stałe konstrukcje lub urządzenia chroniące pracowników przed upadkiem z wysokości.
- ▶ Przy organizowaniu stanowisk pracy na wysokości należy stosować zabezpieczenia wynikające z rozporządzeń właściwych ministrów i norm.



Prace na wysokości

Przystępując do prac, przy których grozi upadek z wysokości, należy w zależności od charakteru prac wybrać metodę gwarantującą bezpieczne ich wykonanie, a także dobrać zespół pracowników mających stosowne umiejętności i doświadczenie. Do ich wykonywania mogą być zatem dopuszczeni pracownicy, którzy:

- odbyli szkolenie w zakresie bhp oraz instruktaż stanowiskowy zapoznający ich z charakterem prac na wysokości, zagrożeniami związanymi z wykonywanymi przez nich czynnościami, możliwymi skutkami zagrożeń oraz głównymi przyczynami wypadków,
- posiadają aktualne orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na wysokości,
- umieją posługiwać się przydzielonymi im środkami ochrony indywidualnej oraz urządzeniami zabezpieczającymi,
- umieją bezpiecznie obsługiwać podstawowe urządzenia służące do transportu poziomego i pionowego, w tym mają odpowiednie uprawnienia kwalifikacyjne.

Należy równocześnie pamiętać, że pracownicy zatrudnieni przy montażu rusztowań budowlanych metalowych muszą posiadać uprawnienia wydane przez komisję powołaną przez Instytut Mechanizacji Budownictwa i Górnictwa Skalnego w Warszawie, natomiast pracownicy zatrudnieni przy montażu, demontażu oraz obsłudze rusztowań wiszących muszą posiadać uprawnienia wydane przez Urząd Dozoru Technicznego.





Stanowiska pracy na wysokości

Stanowiska pracy na wysokości winny być zabezpieczone balustradą z poręczą ochronną na wysokości 110cm, deską krawężnikową o wysokości 15cm oraz poręczą pośrednią w połowie wysokości. Jeżeli ustawienie balustrad jest niemożliwe lub nieuzasadnione (np. przy krótkotrwałych robotach, wykonywane przejściowo), należy stosować inne skuteczne zabezpieczenia pracowników przed upadkiem z wysokości, np. środki ochrony indywidualnej, takie jak szelki bezpieczeństwa z linkami bezpieczeństwa przymocowanymi do stałych elementów konstrukcji o odpowiedniej wytrzymałości.

Prace na wysokości do 2,0 m

Przy pracach na wysokości do 2,0 m, które najczęściej wykonywane są z drabin lub pomostów, należy zwracać szczególną uwagę, aby:

- drabiny rozstawne były sprawne technicznie, zwłaszcza szczeble i podłużnice powinny
- być w dobrym stanie technicznym, bez uszkodzonych (wyłamanych, pękniętych) szczebli i podłużnic, a segmenty drabiny powinny być spięte łańcuchem lub połączeniem ograniczającym jej rozstaw. Drabinę rozstawną należy przestawiać w inne miejsce stojąc obok niej, nigdy nie przestawiać stojąc na niej,
- drabiny przystawne winny być ustawione stabilnie (zabezpieczone przed niekontrolowaną zmianą położenia) i pod kątem 65–75° w stosunku do podłoża. Drabina winna wystawać co najmniej 0,75m ponad krawędź płaszczyzny, na którą ma wyjść pracownik,
- rusztowania, np. kozłowe, powinny być stabilne, a pomosty zabezpieczone barierką ochronną; ich powierzchnia ma zapewnić odpowiednią ilość miejsca dla pracowników, sprzętu i materiałów.

Rusztowania i pomosty muszą mieć odpowiednią wytrzymałość, o czym winna informować tabliczka o dopuszczalnej nośności.

Prace na wysokości powyżej 2,0 m

Przy pracach na wysokości powyżej 2,0m wykonywanych na rusztowaniach należy przede wszystkim zapewnić pracownikom bezpieczną komunikację pionową i dojścia do stanowisk pracy.

▶ W tym celu należy szczególną uwagę zwrócić na:

- stabilność rusztowania poprzez sprawdzenie poprawności posadowienia i kotwienia do stałych elementów konstrukcji obiektu budowlanego,
- odpowiednią wytrzymałość rusztowania i pomostów na przewidywane obciążenia,
- uziemienie rusztowania metalowego (ochrona odgromowa),
- dokonanie odbioru technicznego rusztowania przed przystąpieniem do jego użytkowania.

Należy przy tym pamiętać, że po burzy, ulewach, opadach śniegu oraz po dłuższej przerwie w użytkowaniu można przystąpić do ponownej pracy na rusztowaniu dopiero po jego komisyjnym odbiorze.

Zagrożenie upadkiem z wysokości

Zagrożenie upadkiem z wysokości może nastąpić przy:

- wznoszeniu konstrukcji obiektów budowlanych, podczas montażu słupów, stropów, ścian, dachów,
- montażu biegów i wsporników klatek schodowych, podestów, balkonów, a także w czasie montażu i demontażu barier ochronnych i balustrad,
- wykonywaniu robót elewacyjnych budynku (w tym ociepleniowych) z rusztowań i pomostów roboczych, pokryć dachowych, montażu i demontażu rusztowań, prac wykończeniowych i instalacyjnych wykonywanych za pomocą drabin,
- podczas pracy w miejscach, gdzie istnieje możliwość spadania z góry różnych przedmiotów, narzędzi i materiałów budowlanych.



**NIEBEZPIECZEŃSTWO
UPADKU**

Zapewnienie bezpieczeństwa pracowników podczas prac wykonywanych na wysokości

Zapewnienie bezpieczeństwa pracowników podczas prac wykonywanych na wysokości zależy od:

- prowadzenia prac ściśle według dokumentacji technologiczno-organizacyjnej i opracowanego harmonogramu prac,
- przestrzegania przepisów i zasad bezpieczeństwa pracy na wysokości, zgodnie z opracowanymi instrukcjami bezpieczeństwa montażu, przepisami ogólnymi i szczegółowymi dotyczącymi bhp oraz normami,
- wyposażenia zespołu pracowników w obowiązujące ochrony indywidualne oraz kontroli ich stosowania przez pracowników,
- dokonywania kontroli (przeглядów) stanowisk pracy na wysokości, a zwłaszcza prawidłowości usytuowania i zamocowania urządzeń zabezpieczających,
- wyznaczenia stref niebezpiecznych przy budynkach, budowlach, na placach budowy oraz oznaczenia ich znakami ostrzegawczymi.

Zabezpieczanie pracowników przed upadkiem z wysokości

Zabezpieczanie pracowników przed upadkiem z wysokości wymaga także przestrzegania następujących zasad:

- każde stanowisko pracy położone na wysokości należy zabezpieczyć barierkami ochronnymi z deską krawężnikową,
- przy pracach krótkotrwałych i gdy nie ma możliwości wykonania barier, należy stosować sprzęt ochrony indywidualnej,
- przy pracach na szerokich płaszczyznach (np. stropach) należy stosować słupki, umocowane na stałe do stropu w odległości 1m od jego krawędzi, połączone linami,
- codziennie przed rozpoczęciem pracy należy sprawdzić ogólny stan rusztowań, zwłaszcza pomostów roboczych i barier ochronnych,
- należy wykonać bezpieczne wejścia i zejścia z rusztowań po drabinach ustawionych w ciągach komunikacyjnych,
- otwory technologiczne, np. wloty na dach, otwory w stropach dla szybów dźwigowych i klatek schodowych należy zabezpieczyć stabilnymi pokrywami lub ustawić wokół bariery ochronne,
- nie przeciążać pomostów materiałami ani pracownikami oraz umieszczać na rusztowaniach tablice informacyjne o maksymalnym dopuszczalnym obciążeniu pomostów,
- nie podwyższać rusztowań koźlowych za pomocą skrzyń i innych przedmiotów,
- prace na rusztowaniu mogą odbywać się na kilku poziomach równocześnie, pod warunkiem zastosowania odpowiedniego zabezpieczenia, np. szczelnego daszka ochronnego. Prace nie powinny odbywać się w jednej linii w pionie.

Zabezpieczenie pracowników przed spadającymi przedmiotami

Zabezpieczenie pracowników przed spadającymi przedmiotami wymaga przestrzegania następujących zasad:

- wejścia do budynków i przejścia wzdłuż rusztowań powinny być zabezpieczone mocnymi i szczelnymi daszkami ochronnymi zamocowanymi na wysokości min. 2,5m od ziemi, ze spadkiem 45° w kierunku źródła zagrożenia,
- w miejscach zagrożonych spadaniem przedmiotów lub materiałów należy wyznaczyć strefę niebezpieczną, odpowiednio ją oznakować i ogrodzić poręczami bądź zabezpieczyć daszkami ochronnymi, strefa niebezpieczna nie może wynosić mniej niż 1/10 wysokości, z której mogą spadać przedmioty lub materiały –jednak nie mniej niż 6m,
- transport pionowy materiałów (w tym na rusztowanie) winien odbywać się w sposób bezpieczny, tj. wykluczający możliwość przechodzenia lub przebywania pod podnoszonym materiałem (ciężarem),
- przestrzeganie zakazu zrzucania z rusztowań, nawet z niewielkiej wysokości, gruzu, resztek materiału, narzędzi, elementów rusztowania w trakcie jego demontażu.
- w sposób bezpieczny.





IV.

NIEBEZPIECZNE I SZKODLIWE
CZYNNIKI WYSTĘPUJĄCE
W PROCESIE PRACY

Na wstępie tego rozdziału zdefiniujemy:

- 1) niebezpieczne czynniki występujące w procesie pracy,
- 2) szkodliwe czynniki występujące w procesie pracy, a zatem:
 - niebezpieczne czynniki występujące w procesie pracy to czynniki, których oddziaływanie na pracującego prowadzi lub może prowadzić do urazu,
 - szkodliwe czynniki występujące w procesie pracy to czynniki, których oddziaływanie na pracującego prowadzi lub może prowadzić do schorzenia.

Czynnik szkodliwy może stać się niebezpiecznym w przypadku długotrwałego działania i sprzyjających warunków.

Klasyfikacja niebezpiecznych i szkodliwych czynników występujących w procesie pracy.

W zależności od charakteru działania
niebezpieczne i szkodliwe czynniki
występujące w procesie pracy dzielimy na:

1) Fizyczne,

2) Chemiczne,

3) Biologiczne,

4) Psychofizyczne

Czynniki środowiska pracy

Fizyczne

- hałas
- drgania (wibracja)
- promieniowanie (jonizujące, podczerwone, nadfioletowe, laserowe)
- pole elektromagnetyczne
- elektryczność statyczna
- pyły przemysłowe
- czynniki niebezpieczne mogące prowadzić do urazów:
 - poruszające się maszyny
 - ruchome elementy maszyn
 - przemieszczające się wyroby i materiały
 - ostre oraz wystające elementy i krawędzie

Chemiczne

- w zależności od możliwych skutków i rodzaju ich działania:
 - toksyczne
 - drażniące
 - uczulające
 - rakotwórcze
 - mutagenne
 - upośledzające funkcje rozrodcze
- w zależności od sposobów wchłaniania:
 - przez drogi oddechowe
 - przez skórę i błony śluzowe
 - przez przewód pokarmowy



Czynniki środowiska pracy

Biologiczne

- mikroorganizmy
 - bakterie
 - wirusy
 - grzyby
 - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
 - toksyny
 - alergen
- makroorganizmy
 - rośliny
 - zwierzęta

Psychofizyczne

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
 - obciążenie umysłu
 - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
 - obciążenie emocjonalne



**Obowiązki pracodawcy (zakładu pracy)
wynikające z przepisów
w zakresie ograniczenia bądź likwidacji
zagrożeń powodowanych
niebezpiecznymi i szkodliwymi czynnikami**

- ▶ Podstawowym dokumentem nakazującym podejmowanie działań zapobiegających zagrożeniom powodowanym przez niebezpieczne i szkodliwe czynniki w procesie pracy jest ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. - Kodeks pracy.
- ▶ Pracodawca prowadzący działalność, która stwarza możliwość wystąpienia nagłego niebezpieczeństwa dla zdrowia lub życia pracowników, powodowanego niebezpiecznymi i szkodliwymi czynnikami, jest obowiązany podejmować działania zapobiegające takiemu niebezpieczeństwu.



Obowiązki pracodawcy (zakładu pracy) wynikające z przepisów w zakresie ograniczenia bądź likwidacji zagrożeń powodowanych niebezpiecznymi i szkodliwymi czynnikami.

W ww. przypadku pracodawca jest obowiązany przestrzegać postanowień ww. przepisów, w myśl których:

- 1) niedopuszczalne jest stosowanie materiałów i procesów technologicznych bez uprzedniego ustalenia stopnia ich szkodliwości dla zdrowia pracowników i podjęcia odpowiednich środków profilaktycznych,
- 2) niedopuszczalne jest stosowanie substancji i preparatów chemicznych nieoznakowanych w sposób widoczny, umożliwiający ich identyfikację,
- 3) niedopuszczalne jest stosowanie niebezpiecznych substancji i niebezpiecznych preparatów chemicznych bez posiadania aktualnego spisu tych substancji i preparatów oraz kart charakterystyki, a także opakowań zabezpieczających przed ich szkodliwym działaniem, pożarem lub wybuchem. Stosowanie niebezpiecznych substancji i niebezpiecznych preparatów chemicznych jest dopuszczalne pod warunkiem zastosowania środków zapewniających pracownikom ochronę ich zdrowia.

Zagadnienie bezpiecznej pracy związanej z występowaniem w miejscu czynników chemicznych

Zagadnienie bezpiecznej pracy związanej z występowaniem w miejscu czynników chemicznych reguluje rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 30 grudnia 2004 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy związanej z występowaniem w miejscu pracy czynników chemicznych (Dz. U. z 2005 r. Nr 11, poz. 86).

Zgodnie z postanowieniami tego rozporządzenia pracodawca jest obowiązany do:

- ustalenia, czy w środowisku pracy występuje czynnik chemiczny stwarzający zagrożenie,
- dokonania i udokumentowania oceny ryzyka zawodowego stwarzanego przez czynnik chemiczny.

W ocenie ryzyka zawodowego, którą sporządza się w formie pisemnej, pracodawca jest obowiązany uwzględnić:

- 1) niebezpieczne właściwości czynnika chemicznego;
- 2) otrzymane od dostawcy informacje dotyczące zagrożenia czynnikiem chemicznym oraz zaleceń jego bezpiecznego stosowania, w szczególności zawarte w karcie charakterystyki, o których mowa w odrębnych przepisach;
- 3) rodzaj, poziom i czas trwania narażenia;
- 4) wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń w środowisku pracy, jeżeli zostały ustalone;
- 5) wartości dopuszczalnych stężeń w materiale biologicznym, jeżeli zostały ustalone;
- 6) efekty działań zapobiegawczych;
- 7) wyniki oceny stanu zdrowia pracowników, jeżeli została przeprowadzona;
- 8) warunki pracy przy użytkowaniu czynników chemicznych, z uwzględnieniem ilości tych czynników.

Ocena ryzyka zawodowego

- ▶ W przypadku gdy występuje narażenie na kilka czynników chemicznych, należy ocenić ryzyko stwarzane przez wszystkie czynniki chemiczne łącznie.
- ▶ Ocena ryzyka zawodowego musi zawierać ocenę także tych rodzajów prac, w czasie których może wystąpić istotny wzrost narażenia, w szczególności:
 - 1) podczas remontów i napraw urządzeń;
 - 2) innych działań, które mogą mieć szkodliwy wpływ na bezpieczeństwo lub zdrowie pracowników, także w tych przypadkach, gdy podjęto wszelkie niezbędne środki zapobiegawcze.
- ▶ Ocenę ryzyka zawodowego pracodawca udostępnia lekarzowi sprawującemu profilaktyczną opiekę zdrowotną nad pracownikami.



Pracodawca obowiązany jest do
ponownej
oceny ryzyka zawodowego stwarzanego
przez czynnik chemiczny, jeżeli nastąpi:

- 1) zmiana w składzie czynnika chemicznego;
- 2) zmiana w procesie technologicznym;
- 3) postęp wiedzy medycznej dotyczącej oddziaływania tego czynnika na zdrowie ludzi.

Ponowna ocena ryzyka, o której mowa wyżej, może zostać przeprowadzona także na wniosek lekarza prowadzącego profilaktyczną opiekę zdrowotną, w przypadkach uzasadnionych oceną zdrowia pracowników.

W przypadku rozpoczęcia przez pracodawcę nowej działalności z zastosowaniem czynnika chemicznego, prace można rozpocząć po ustaleniu, czy w środowisku pracy będzie występował czynnik lub czynniki chemiczne stwarzające zagrożenie, dokonaniu oceny ryzyka zawodowego wynikającego z obecności tego czynnika i podjęciu niezbędnych działań zapobiegawczych.



Ryzyko zawodowe wynikające z pracy z czynnikiem chemicznym stwarzającym zagrożenie

Ryzyko zawodowe wynikające z pracy z czynnikiem chemicznym stwarzającym zagrożenie należy eliminować lub ograniczać do minimum, zgodnie z ogólnymi przepisami bezpieczeństwa i higieny pracy, a w szczególności przez:

- 1) właściwe zaprojektowanie i organizację pracy w miejscu pracy;
- 2) dostarczenie odpowiedniego wyposażenia dla prac z czynnikami chemicznymi oraz stosowanie procedur utrzymania ruchu, które zapewniają ochronę zdrowia i bezpieczeństwo pracowników w miejscu pracy;
- 3) zmniejszanie do minimum liczby pracowników narażonych lub którzy mogą być narażeni na czynniki chemiczne w miejscu pracy;
- 4) zmniejszanie do minimum czasu i poziomu narażenia na czynnik chemiczny;
- 5) odpowiednią higienę miejsca pracy;
- 6) zmniejszanie do minimum ilości czynnika chemicznego wymaganego w procesie pracy;
- 7) stosowanie właściwych procedur pracy, w tym procedur lub instrukcji bezpiecznego obchodzenia się z czynnikiem chemicznym stwarzającym zagrożenie i odpadami zawierającymi taki czynnik oraz procedur ich przechowywania i transportu w miejscu pracy;
- 8) właściwe stosowanie urządzeń i sprzętu w pracach z czynnikiem chemicznym, zapewniające bezpieczeństwo i ochronę zdrowia pracowników.

Szkodliwe czynniki biologiczne w środowisku pracy

Kolejne istotne zagadnienie w problematyce szkodliwych czynników dla zdrowia w środowisku pracy to szkodliwe czynniki biologiczne dla zdrowia. Obowiązki pracodawcy w tej tematyce reguluje rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 kwietnia 2005 r. w sprawie szkodliwych czynników biologicznych dla zdrowia w środowisku pracy oraz ochrony zdrowia pracowników zawodowo narażonych na te czynniki (Dz. U. Nr 81, poz. 716).

Rozporządzenie określa:

- 1) klasyfikację i wykaz szkodliwych czynników biologicznych;
- 2) wykaz prac narażających pracowników na działanie czynników biologicznych;
- 3) szczegółowe warunki ochrony pracowników przed zagrożeniami spowodowanymi przez szkodliwe czynniki biologiczne, w tym rodzaje środków niezbędnych do zapewnienia ochrony zdrowia i życia pracowników narażonych na działanie tych czynników, zakres stosowania tych środków oraz warunki i sposób monitorowania stanu zdrowia narażonych pracowników;
- 4) sposób prowadzenia rejestru prac narażających pracowników na działanie szkodliwych czynników biologicznych i rejestru pracowników zatrudnionych przy tych pracach oraz sposób przechowywania i przekazywania tych rejestrów do podmiotów właściwych do rozpoznawania lub stwierdzania choroby zawodowej.



Przed wyborem środka zapobiegawczego pracodawca dokonuje oceny ryzyka zawodowego, na jakie jest lub może być narażony pracownik, uwzględniając w szczególności:

1. klasyfikację i wykaz szkodliwych czynników biologicznych;
2. rodzaj, stopień oraz czas trwania narażenia na działanie szkodliwego czynnika biologicznego;
3. informację na temat:
 - a) potencjalnego działania alergizującego lub toksycznego szkodliwego czynnika biologicznego,
 - b) choroby, która może wystąpić w następstwie wykonywanej pracy,
 - c) stwierdzonej choroby, która ma bezpośredni związek z wykonywaną pracą
4. wskazówki organów właściwej inspekcji sanitarnej, Państwowej Inspekcji Pracy oraz jednostek służby medycyny pracy.



**ZAGROŻENIE
BIOLOGICZNE**



V.

TRANSPORT WEWNĄTRZ ZAKŁADOWY

Transport wewnętrzny zakładowy

Transport wewnętrzny zakładowy zdeterminowany jest przez specyfikę działalności zakładu, a w szczególności stosowane procesy technologiczne.

Podstawowa klasyfikacja transportu, ze względu na źródło energii wykorzystywanej do transportu, wyróżnia:

- transport ręczny, 3000KG
- transport zmechanizowany.



Transport ręczny

W rozumieniu przepisów prawa pracy, ręczne prace transportowe to każdy rodzaj transportowania lub podtrzymywania przedmiotów, ładunków lub materiałów, a także ludzi i zwierząt, przez jednego lub więcej pracowników, w tym: unoszenia, podnoszenia, układania, pchania, ciągnięcia, przenoszenia, przesuwania, przetaczania lub przewożenia.

Ręczne prace transportowe wymagają dużego wysiłku fizycznego, dlatego prace te mogą stwarzać szczególnie duże zagrożenie i powodować liczne wypadki przy pracy. Najbardziej narażonymi na urazy częściami ludzkiego ciała są: przede wszystkim kręgosłup, a ponadto ramiona, nadgarstki, dłonie i stopy.



Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej

Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14.03.2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych (Dz. U. Nr 26, poz. 313, z późn. zm.) określa:

- ▶ 1) obowiązki pracodawcy dotyczące zapewnienia bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych,
- ▶ 2) wymagania dotyczące organizacji i sposobów wykonywania ręcznych prac transportowych, z uwzględnieniem wymagań energii,
- ▶ 3) dopuszczalne wartości sił niezbędne do przemieszczenia przedmiotów,
- ▶ 4) dopuszczalne masy przemieszczanych przedmiotów ładunków lub materiałów.

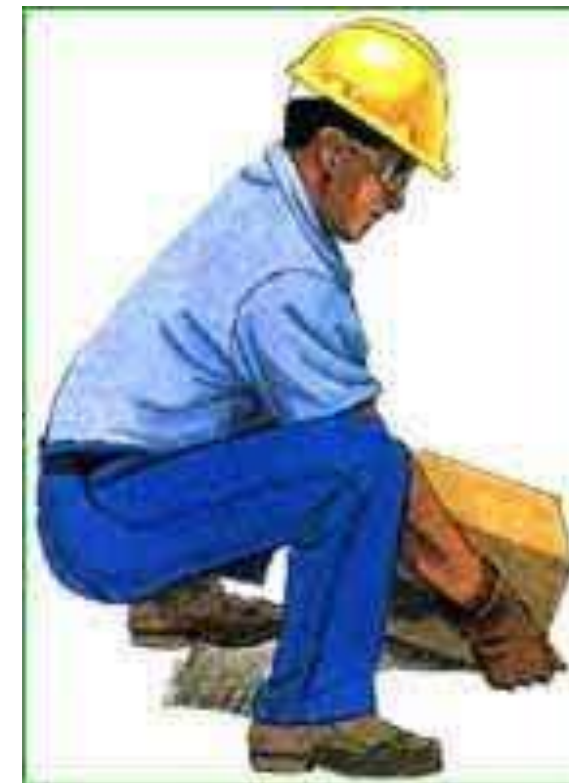


Obowiązujące normy dźwigania ręcznego

Prace dorywcze określone są jako prace ręczne przemieszczania przedmiotów, ładunków lub materiałów nie częściej niż 4 razy na godzinę, jeżeli łączny czas wykonywania tych prac nie przekracza 4 godzin na dobę.

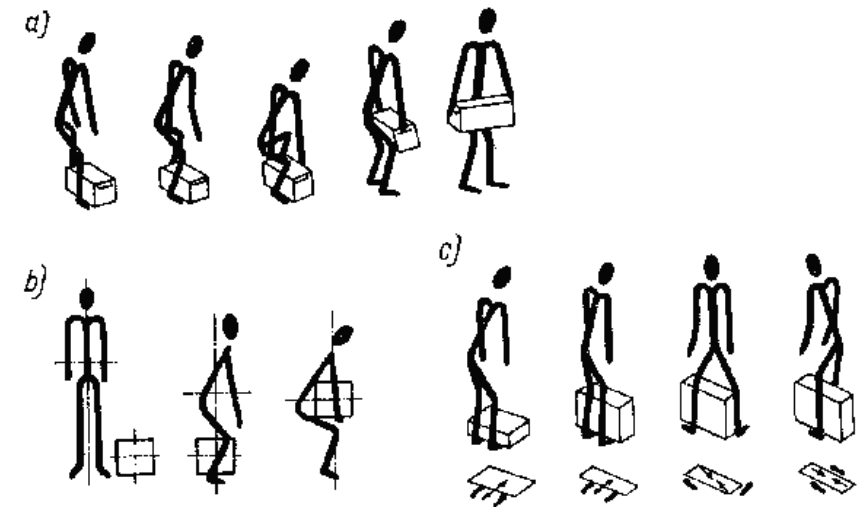
Obowiązujące normy dźwigania ręcznego:

- 1) masa przedmiotów do 30kg przy pracy stałej i do 50kg przy pracy dorywczej - dla mężczyzn
- 2) masa przedmiotów do 12 kg przy pracy stałej i 20 kg przy pracy dorywczej - dla kobiet
- 3) zespołowe przenoszenie przedmiotów: do 25kg przy pracy stałej, do 42kg przy pracy dorywczej,
- 4) nie wolno przenosić jednemu pracownikowi przedmiotów o długości przekraczającej 4m i masie ponad 30kg,
- 5) niedopuszczalne jest przenoszenie ręczne(zespołowe) przedmiotów o masie ponad 500kg,
- 6) odstępy pomiędzy niosącymi powinny wynosić co najmniej 0,75m.



Przed podniesieniem ładunku powinno się:

- ▶ Przykłąknąć na jedno kolano w taki sposób, ażeby jak najściślej przylegało ono do ładunku, przy czym stopa drugiej nogi powinna znajdować się ok. 30cm od ładunku,
- ▶ Uchwycić z obu stron ładunek w taki sposób ażeby nie wysunął się z rąk i nie upadł na ziemię, gdyż mógłby spowodować urazy stóp, wyprostować grzbiet tak, aby stworzył on linię prostą,
- ▶ Podnosić ładunek przez prostowanie nóg, przy czym grzbiet musi być cały czas wyprostowany.



W Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Socjalnej

Z dniem 01 05. 2017r. wprowadzono zmiany w Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 14 marca 2000r w sprawie bhp przy ręcznych pracach transportowych. Istota tych zmian polegała na korekcie niektórych norm dźwigania ręcznego. W przypadku podnoszenia przedmiotów na wysokość powyżej barku podane powyżej normy dźwigania dla kobiet i mężczyzn zostały obniżone o 30%.





VII.

OCHRONA PRZECIWPÓŻAROWA

Ochrona przeciwpożarowa

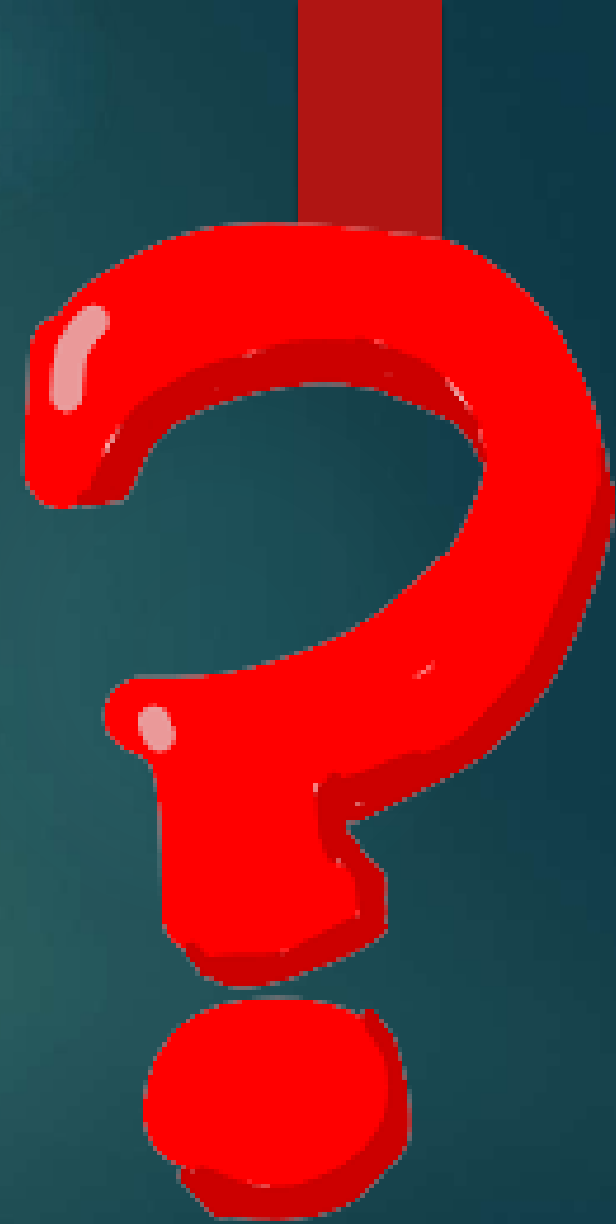


Ochrona przeciwpożarowa - jest bardzo szerokim pojęciem związanym z zapobieganiem i zwalczaniem pożarów. Polega na realizacji przedsięwzięć mających na celu ochronę życia, zdrowia i mienia lub środowiska przed pożarem, klęską żywiołową lub innym miejscowym zagrożeniem poprzez:

- zapobieganie powstaniu i rozprzestrzenianiu się pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia,
- zapewnienie sił i środków do zwalczania pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia,
- prowadzenie działań ratowniczych.

Podstawowe pojęcia z zakresu ochrony przeciwpożarowej

- ▶ **zagrożenie** - stan, jaki ze względu na wewnętrzną właściwość substancji niebezpiecznej lub sytuację fizyczną, może prowadzić do naruszenia zdrowia ludzkiego i/lub zniszczenia środowiska (definicja UE),
- ▶ **pożar** jest to niekontrolowany w czasie i przestrzeni proces wydzielania ciepła połączony z przenoszeniem masy (potocznie - niekontrolowany proces palenia w miejscu do tego nie przeznaczonym),
- ▶ **zagrożeniem pożarowym** nazywamy zespół czynników mających wpływ na powstanie oraz rozprzestrzenianie się pożaru, a przez to mających również wpływ na bezpieczeństwo życia ludzi i zwierząt oraz mienia,
- ▶ **bezpieczeństwo pożarowe** - rozumie się przez stan eliminujący zagrożenie dla życia lub zdrowia ludzi, systemu norm prawnych i technicznych środków zabezpieczenia przeciwpożarowego oraz prowadzonych działań zapobiegających przed pożarem,



- **inne miejscowe zagrożenie** - jest to inne niż pożar i klęska żywiołowa zdarzenie wynikające z rozwoju cywilizacyjnego i naturalnych praw przyrody (katastrofy techniczne, chemiczne, ekologiczne) stanowiące zagrożenie dla życia, zdrowia, mienia lub środowiska,
- **materiał niebezpieczny pożarowo** - rozumie się przez to gazy palne, ciecze palne o temperaturze zapłonu do 55°C, ciała stałe zapalające się samorzutnie w powietrzu, materiały palne utleniające o temperaturze rozkładu poniżej 21°C, ciała stałe jednorodne o temperaturze samo zapalenia 200°C oraz materiały mające skłonność do samo zapalenia,
- **temperatura zapłonu** - jest to najniższa temperatura, przy której ciecz palna ogrzana w określonych warunkach wydziela taką ilość gazów palnych, która nad jej powierzchnią wytworzy mieszaninę zdolną po raz pierwszy zapalić się od płomienia lub promieniowania cieplnego określonego natężenia,
- **prace niebezpieczne pożarowo** - są to prace, których prowadzenie może powodować bezpośrednio niebezpieczeństwo powstania pożaru lub wybuchu,
- **ewakuacja**- należy przez to rozumieć całokształt czynności związanych z ewakuowaniem, sprzętu, materiałów (wartości) z terenu zagrożonego pożarem,

- **warunki ewakuacji** - zespół przedsięwzięć oraz środki organizacyjne i techniczne zapewniające szybkie i bezpieczne opuszczenie strefy zagrożonej lub objętej pożarem,
- **podręczny sprzęt gaśniczy** - gaśnice proszkowe, śniegowe, pianowe, koce gaśnicze, hydranty wewnętrzne,
- **gaśnica** - podręczny sprzęt gaśniczy uruchamiany ręcznie o masie nie przekraczającej 20kg (dla gaśnic śniegowych do 23kg), gotowy do natychmiastowego użycia,
- **środek gaśniczy** - to substancja, mieszanina lub związek chemiczny w postaci gazu, cieczy lub ciała stałego, przeznaczony do gaszenia pożaru,
- **zagrożenie wybuchem** - rozumie się przez to możliwość tworzenia przez palne gazy, pary palnych cieczy, pyły lub włókna palnych ciał stałych w różnych warunkach mieszanin z powietrzem, które pod wpływem czynnika inicjującego zapłon (iskra, łuk elektryczny lub przekroczenie temperatury samozapalenia) wybuchają, czyli ulegają gwałtownemu spalaniu połączonemu ze wzrostem ciśnienia,
- **techniczne środki zabezpieczeń przeciwpożarowych** - rozumie się przez to techniczne urządzenia, sprzęt, instalacje, a także rozwiązania budowlane służące zapobieganiu powstawania i rozprzestrzeniania się pożarów,
- **instalacja sygnalizacyjno - alarmowa** - rozumie się przez to instalację automatycznego wykrywania i przekazywania informacji o pożarze,
- **przeciwpożarowy wyłącznik prądu** - rozumie się przez to wyłącznik odcinający dopływ prądu do wszystkich obwodów, z wyjątkiem obwodów zasilających instalacje i urządzenia, których funkcjonowanie jest niezbędne podczas pożaru.

Podstawowe obowiązki w zakresie ochrony przeciwpożarowej

Zgodnie z art. 4 ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. Nr 81, poz.351) każdy właściciel, zarządca lub użytkownik obiektu zapewniając jego ochronę przeciwpożarową, obowiązany jest w szczególności:

- przestrzegać przeciwpożarowych wymagań budowlanych, instalacyjnych i technologicznych,
- wyposażyć budynek, obiekt budowlany lub teren w sprzęt pożarniczy ratowniczy oraz środki gaśnicze zgodne z zasadami określonymi w odrębnych przepisach,
- zapewnić konserwację oraz naprawy sprzętu oraz urządzeń przeciwpożarowych i gaśnic w sposób gwarantujący ich sprawne i niezawodne funkcjonowanie,
- zapewnić osobom przebywającym w budynku, obiekcie lub na terenie bezpieczeństwo i możliwość ewakuacji,
- przygotować budynek, obiekt lub teren do prowadzenia akcji ratowniczej,
- zaznajomić pracowników z przepisami przeciwpożarowymi,
- ustalić sposoby postępowania na wypadek pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia.



Istnienie potencjalnego niebezpieczeństwa powstania pożaru w zakładzie

Istnienie potencjalnego niebezpieczeństwa powstania pożaru w zakładzie nakłada szczególne obowiązki w zakresie przestrzegania przeciwpożarowych wymagań budowlanych, instalacyjnych i technologicznych, a największą uwagę należy skierować na stosowanie w codziennej praktyce podstawowych zasad bezpieczeństwa pożarowego, wynikających z postanowień ustawy o ochronie przeciwpożarowej i art. 62 ustawy o prawie budowlanym oraz przepisów wykonawczych, wydanych na ich podstawie, w tym w szczególności zawartych w:

- dziale X rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz. U. z 2002 r. Nr 75, poz. 690 z późniejszymi zmianami),
- rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 109, poz. 719) w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów, w tym:
 - rozdział 2. Czynności zabronione i obowiązki w zakresie ochrony przeciwpożarowej.
 - rozdział 3. Materiały niebezpieczne.
 - Zapewnić prawidłowe warunki magazynowania materiałów niebezpiecznych pożarowo.
 - rozdział 7. Instalacje i urządzenia techniczne.
 - rozdział 8. Prace niebezpieczne pod względem pożarowym oraz ocena zagrożenia wybuchem.

Określając rodzaj i typ podręcznego sprzętu gaśniczego należy pamiętać:

- ▶ **do gaszenia pożarów grupy A** (w których występuje zjawisko spalania żarowego np. drewna, papieru, tkanin) stosuje się zamiennie gaśnice płynowe, pianowe lub proszkowe (wypełnione proszkiem fosforanowym),
- ▶ **do gaszenia pożarów grupy B** (cieczy palnych i substancji stałych topiących się) stosuje się zamiennie gaśnice płynowe, śniegowe lub proszkowe,
- ▶ **do gaszenia pożarów grupy C** (gazów palnych) stosuje się zamiennie gaśnice płynowe, pianowe, śniegowe lub proszkowe (specjalne proszkowe także do grupy „D”),
- ▶ **do gaszenia pożarów grupy F** (tłuszczu i oleju w urządzeniach kuchennych) stosuje się gaśnice AF ze środkiem gaśniczym fettexem,
- ▶ do gaszenia pożarów urządzeń elektrycznych pod napięciem lub materiałów znajdujących się w pobliżu tych urządzeń stosuje się zamiennie gaśnice proszkowe lub śniegowe, a do gaszenia elektroniki gaśnice umożliwiające uniknięcia „szoku termicznego” (gaśnice GSE).



Przy rozmieszczaniu podręcznego sprzętu gaśniczego należy przestrzegać, aby:

- ▶ umieszczony był w miejscach łatwo dostępnych, przy wejściach i klatkach schodowych, przy przejściach i korytarzach, przy wyjściach na zewnątrz pomieszczeń oraz w obrębie urządzeń istotnych dla funkcjonowania obiektu lub posiadających znaczną wartość finansową,
- ▶ miejsca usytuowania sprzętu oznakowane były zgodnie z Polską Normą - PN - 92/N - 012256/01,
- ▶ do sprzętu zapewniony był dostęp o szerokości co najmniej 1 m,
- ▶ sprzęt umieszczony został w miejscach nie narażających go na uszkodzenie mechaniczne lub działanie źródeł ciepła (piece, grzejniki itp.),
- ▶ odległość dojścia do sprzętu z dowolnego miejsca w którym może przebywać człowiek była mniejsza niż 30m.



Rozporządzenie MSW i A

Zgodnie z § 28 rozporządzenia MSW i A z dnia 7 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 109, poz. 719) w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów liczba gaśnic zależy od kategorii budynku ze względu na jego przeznaczenie oraz powierzchni i obciążenia ogniowego, czyli wartości cieplnej średniej ilości materiałów palnych zgromadzonych na 1 m² powierzchni.

Podstawą obliczenia jest masa (lub objętość) zawartego w nich środka gaśniczego zgromadzonego na chronionej powierzchni, a liczba gaśnic uzależniona jest także od warunków dostępu do nich, przede wszystkim maksymalnej drogi dojścia do sprzętu.

Na każde 100m² powierzchni strefy pożarowej niechronionej stałym urządzeniem gaśniczym w budynku (lub jego części) zakwalifikowanym do kategorii zagrożenia ludzi ZL I, II, III i V oraz w obiektach produkcyjnych, magazynowych i usługowych o średnim obciążeniu ogniowym powyżej 500 MJ/m² powinna przypadać jedna „jednostka środka gaśniczego” o masie 2 kg w stanie sypkim (lub 3 dm³ w stanie ciekłym) zawartego w gaśnicach. Gaśnicami, które spełniają wymagania Polskich Norm, są wszystkie posiadające aktualny, wystawiony w miejscach nie narażających ich na uszkodzenie mechaniczne oraz działanie źródeł ciepła (piece, grzejniki, miejsca silnie nastłonecznione). W obiektach wielokondygnacyjnych - jeśli pozwalają na to warunki techniczne - gaśnice należy umieszczać w tych samych miejscach na każdej kondygnacji.

Rozporządzenie MSW i A

Zgodnie z § 3 ust. 2 i 3 rozporządzenia MSW i A z dnia 7 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 109, poz. 719) w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów urządzenia przeciwpożarowe i gaśnice powinny być poddawane przeglądom technicznym i czynnościom konserwacyjnym zgodnie z zasadami określonymi w Polskich Normach dotyczących urządzeń przeciwpożarowych i gaśnic, w odnośnej dokumentacji technicznej oraz instrukcjach obsługi.

Przeglądy te powinny być przeprowadzane w okresach i w sposób zgodny z instrukcją ustaloną przez producenta, nie rzadziej jednak niż raz w roku.

Obowiązkowym przeglądom podlegają gaśnice, instalacje gaśnicze, urządzenia i elementy wchodzące w skład systemów sygnalizacji pożarowej oraz dźwiękowych systemów ostrzegawczych umożliwiających rozgłaszanie sygnałów ostrzegawczych i komunikatów głosowych dla potrzeb bezpieczeństwa, instalacje i elementy oświetlenia ewakuacyjnego, urządzenia oddymiające lub zapobiegające rozprzestrzenianiu się dymu, drzwi i bramy przeciwpożarowe oraz urządzenia nimi sterujące, oraz hydranty wewnętrzne i związane z nimi elementy instalacji.

Ponadto raz na 5 lat węże, stanowiące wyposażenie hydrantów wewnętrznych, powinny być poddane badaniom ciśnieniowym.

Rozporządzenie MSW i A

Gaśnice proszkowe o masie środka gaśniczego 6 kg i większe powinny być poddawane co 5 lat badaniom i legalizacji przez Urząd Dozoru Technicznego (wyjątkiem są gaśnice śniegowe, w których termin ważności wynosić może nawet 10 lat), a datę ważności ostatniego badania UDT odczytać można z cechy wybitej bezpośrednio na górnej części butli. Niezależnie od obowiązujących okresowych przeglądów, poddaniu czynnościom konserwacyjnym wymagają też gaśnice wyposażone w manometr, kiedy jego strzałka znajduje się poniżej zaznaczonego na zielono obszaru skali oraz gaśnice, które były w jakikolwiek sposób uruchamiane - nawet „na próbę” lub w które wbito zbijak, uruchomiono dźwignię lub odkręcono umieszczony na zewnątrz zawór wyzwalający gazowy środek napędzający. Konserwacji należy też poddać gaśnice, w których zerwano plombę umieszczoną przez producenta lub konserwatora na dźwigni uruchamiającej, na zaworze butli lub na zaworze bezpieczeństwa, gaśnice, które mają ślady uszkodzenia mechanicznego (skrzywiony zawór, rozbity manometr, przecięty lub przedziurawiony wąż, brak pokrętła na zaworze, ogniska korozji itp.) oraz nie posiadają czytelnej kontrolki z terminem ważności badań. Rozporządzenie MSW i A z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów nakłada obowiązek wykonania instrukcji bezpieczeństwa pożarowego (§ 6), która podlega okresowej aktualizacji, przeprowadzanej nie rzadziej niż co dwa lata i każdorazowo w przypadku zmiany wykorzystania obiektu lub jego części, albo w przypadku zmiany warunków zabezpieczenia przeciwpożarowego obiektu.

Instrukcja przeciwpożarowa

- ▶ Do zapoznania się z instrukcją przeciwpożarową lub technologiczno-ruchową w części dotyczącej ochrony przeciwpożarowej zakładu i przestrzegania ich ustaleń należy zobowiązać wszystkich pracowników, bez względu na rodzaj wykonywanej pracy i zajmowane stanowisko.
- ▶ W celu zapewnienia bezpiecznej eksploatacji obiektów, do obowiązków administrujących nimi należy zapewnić prawidłowe warunki ewakuacji ludzi tj. :
 - oznakować zgodnie z PN-92/N-01256/02 drogi i wyjścia ewakuacyjne,
 - utrzymywać drożność poziomych i pionowych dróg ewakuacyjnych.

INSTRUKCJA przeciwpożarowa ogólna

- Właściciel, zarządca lub użytkownik budynku, obiektu lub terenu, a także osoby fizyczne, prawne, organizacje i instytucje obowiązane są zabezpieczyć użytkowane środowisko, budynek, obiekt lub teren przed zagrożeniami pożarowymi i ponoszą odpowiedzialność za naruszenie przepisów przeciwpożarowych.
- Osoby i podmioty wymienione w pkt.1 obowiązane są zaznajomić pracowników z przepisami przeciwpożarowymi, a w szczególności z:
 - instrukcją bezpieczeństwa pożarowego,
 - instrukcją technologiczno-ruchową,
 - sposobami alarmowania na wypadek pożaru,
 - z rozmieszczeniem i obsługą urządzeń przeciwpożarowych i gaśnic,
 - przewidzianymi sposobami ewakuacji ludzi i mienia na wypadek powstania pożaru oraz postępowania do czasu przybycia jednostek ratowniczo-gaśniczych.
- Na terenie obiektu każda osoba obowiązana jest przestrzegać przepisy przeciwpożarowe, co w szczególności wiąże się z **zakazem**:
 - używania otwartego ognia i palenia tytoniu w miejscach gdzie jest to zabronione, np. w strefie zagrożenia wybuchem,
 - garażowania pojazdów silnikowych w obiektach i pomieszczeniach nie przeznaczonych do tego celu, jeżeli nie opróżniono zbiornika paliwa pojazdu i nie odłączono na stałe zasilania akumulatorowego pojazdu,
 - rozpalania ognisk lub wysypywania gorącego popiołu i żużla, w miejscu umożliwiającym zapalenie się materiałów palnych albo sąsiednich obiektów oraz w mniejszej odległości od tych obiektów niż 10 m,
 - przechowywania materiałów palnych oraz stosowania elementów wystroju i wyposażenia wewnątrz z materiałów palnych w odległości mniejszej niż 50 cm od:
 - urządzeń i instalacji, których powierzchnie zewnętrzne mogą nagrzewać się do temperatury przekraczającej 100°C,
 - linii kablowych o napięciu powyżej 1 kV, przewodów uziemiających oraz przewodów odprowadzających instalacji piorunochronnej, oraz czynnych rozdzielnic prądu elektrycznego przewodów elektrycznych siłowych i gniazd wtykowych siłowych o napięciu powyżej 400 V,
 - użytkowania elektrycznych urządzeń ogrzewczych (piecyki, kuchenki, podgrzewacze) ustawionych bezpośrednio na podłożu palnym, z wyjątkiem urządzeń eksploatowanych zgodnie z warunkami określonymi przez producenta,
 - stosowania na osłony punktów świetlnych materiałów palnych, z wyjątkiem materiałów trudno zapalnych i niezapalnych, jeżeli zostaną umieszczone w odległości co najmniej 5 cm od żarówki,
 - instalowania opraw oświetleniowych oraz osprzętu instalacji elektrycznych jak: wyłączniki, przelączniki, gniazda wtykowe, bezpośrednio na podłożu palnym, jeżeli ich konstrukcja nie zabezpiecza podłoża przed zapaleniem,
 - naprawy bezpieczników energii elektrycznej,
 - użytkowania instalacji, urządzeń i narzędzi niesprawnych technicznie lub w sposób niezgodny z przeznaczeniem albo warunkami określonymi przez producenta, jeżeli może się to przyczynić do powstania pożaru, wybuchu lub rozprzestrzenienia ognia,
 - składowania materiałów palnych na drogach komunikacji ogólnej służących ewakuacji lub umieszczenia przedmiotów na tych drogach w sposób zmniejszający ich szerokość albo wysokość poniżej wymaganych wartości,
 - zamykania drzwi ewakuacyjnych w sposób uniemożliwiający ich natychmiastowe użycie,
 - ograniczenia dostępu do:
 - gaśnic i urządzeń przeciwpożarowych takich jak: stałe i półstałe urządzenia gaśnicze i zabezpieczające, urządzenia wchodzące w skład systemu sygnalizacji oświetlenia ewakuacyjnego, hydranty, zawory hydrantowe, urządzenia oddymiające oraz drzwi i bramy przeciwpożarowe, o ile są wyposażone w systemy sterowania,
 - przewodów i urządzeń przeciwpożarowych,
 - źródeł wody do celów przeciwpożarowych,
 - urządzeń uruchamiających i sterujących instalacjami gaśniczymi,
 - wyjść ewakuacyjnych,
 - wyłączników i tablic rozdzielczych prądu elektrycznego oraz kurków głównych instalacji gazowej,
 - gaśnic.
 - składowania na stanowisku pracy materiałów w ilości przekraczającej dobowe zapotrzebowanie lub produkcję,
 - przechowywania w pomieszczeniach piwnicznych, na poddaszach i strychach, w obrębie klatek schodowych i korytarzy oraz w innych pomieszczeniach ogólnie dostępnych, jak również na tarasach, balkonach i loggiach, materiałów niebezpiecznych pożarowo, takich jak: gazy palne o temperaturze zapłonu poniżej 55°C, materiały wydzielające w zetknięciu z wodą gazy palne, materiały zapalające się samorzutnie na powietrzu, materiały wybuchowe i pirotechniczne, materiały ulegające samorzutnemu rozkładowi lub polimeryzacji oraz materiały mające skłonność do samozapalenia.
 - używania gaśnic i urządzeń przeciwpożarowych niezgodnie z ich przeznaczeniem.
- W przypadku stwierdzenia jakichkolwiek nieprawidłowości bądź zagrożenia pożarem powiadomić przełożonych i służby interwencyjne.

Telefon alarmowy Państwowej Straży Pożarnej 998

Sankcje karne: osoby i pracownicy nie przestrzegający przepisów przeciwpożarowych podlegają sankcjom kodeksu karnego i kodeksu wykroczeń.

Niniejsza instrukcja jest zgodna z wymaganiami ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2009 r. Nr 178, poz. 1380 oraz z 2010 r. Nr 57, poz. 353) oraz z § 4.2 pkt.3 rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz.U. z 2010 r. Nr 108, poz. 719).

Zabrania się:

- składowania materiałów palnych na drogach komunikacji ogólnej służących celom ewakuacji,
- ustawiania na schodach, korytarzach i w przejściach jakichkolwiek przedmiotów utrudniających ewakuację,
- zamykania drzwi ewakuacyjnych w sposób uniemożliwiający natychmiastowe ich użycie,
- ograniczania dostępu do wyjść ewakuacyjnych,
- ograniczania dostępu do gaśnic, hydrantów i urządzeń przeciwpożarowych oraz wyłączników i tablic rozdzielczych prądu elektrycznego.

Na widocznym miejscu należy wywiesić instrukcję postępowania na wypadek powstania pożaru oraz wykaz telefonów alarmowych.



Zgodnie z Polską Normą PN-92/N-01256/01 oznakować:

- ▶ miejsce ustawienia sprzętu gaśniczego,
- ▶ lokalizację przeciwpożarowych wyłączników prądu elektrycznego,
- ▶ lokalizację miejsc składowania materiałów niebezpiecznych pożarowo.



hydrant zewnętrzny

Do podstawowych obowiązków wszystkich pracowników oraz osób prowadzących jakąkolwiek działalność na terenie obiektów należy zapobieganie możliwości powstania pożaru.

W tym celu konieczne jest przestrzeganie przepisów przeciwpożarowych, a w szczególności rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 109, poz. 719) w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów

(Dz. U. Nr 80, poz. 563).

Powstanie pożaru



W przypadku powstania pożaru do czasu przybycia jednostek straży pożarnej kierownictwo akcją obejmuje dyrektor/kierownik (właściciel/zarządzający obiektem), a wszystkie osoby biorące udział w akcji ratowniczo-gaśniczej obowiązane są podporządkować się bezwzględnie rozkazom kierującego akcją i dokładnie wykonywać przydzielone zadania.

Z chwilą przybycia jednostek straży pożarnych na miejsce, dotychczasowy kierownik akcji ratowniczo-gaśniczej wspólnie z dowódcą przybyłych sił pożarniczych decyduje o dalszych działaniach, zmierzających do opanowania i likwidacji zaistniałego pożaru.

Nadrzędnym zadaniem, któremu muszą być podporządkowane wszystkie inne jest ratowanie życia ludzkiego, a w następnej kolejności mienia.

Decyzja o zarządzaniu ewakuacji musi uwzględniać informacje o zakresie ewakuacji, liczbie osób przewidzianych do ewakuacji, sposobach i kolejności opuszczania szkoły, a także musi określać drogi i kierunki ewakuacji. W przypadku przybycia jednostek Państwowej Straży Pożarnej w trakcie akcji ewakuacyjnej, kierujący ewakuacją zobowiązany jest do złożenia krótkiej informacji o przebiegu akcji, a następnie do podporządkowania się poleceniom dowódcy przybyłej jednostki taktycznej straży pożarnej.

ZASADY ZABEZPIECZANIA PRAC NIEBEZPIECZNYCH POŻAROWO

Prace niebezpieczne pożarowo, nie przewidziane instrukcją odrębną, jak np. prace remontowo-budowlane związane z użyciem otwartego ognia (spawanie, cięcie metali) prowadzone wewnątrz budynku lub bezpośrednio przy budynku, należy prowadzić w sposób uniemożliwiający powstanie pożaru lub wybuchu.

Przed rozpoczęciem prac pożarowo niebezpiecznych dyrektor/kierownik/ (właściciel/zarządzający obiektem) lub wyznaczony przez niego pracownik wspólnie z wykonawcą prac jest obowiązany:

- 1) ocenić zagrożenie pożarowe w rejonie, w którym prace będą wykonane,
- 2) ustalić rodzaj przedsięwzięć mających na celu niedopuszczenie do powstania i rozprzestrzeniania się pożaru,
- 3) wskazać osoby odpowiedzialne za zabezpieczenie miejsca pracy, za przebieg oraz zabezpieczenie miejsca po zakończeniu pracy.
- 4) Szczegółne zasady zabezpieczania przeciwpożarowego prac pożarowo niebezpiecznych określa się w wydanym dla wykonawcy zezwoleniu.



Przy wykonywaniu prac należy przestrzegać następujących zasad :

- a) wszelkie materiały palne występujące w miejscu wykonywania prac oraz w rejonach przyległych, w tym również elementy konstrukcji budynku i znajdujących się w nim instalacji technicznych należy zabezpieczyć przed zapaleniem,
- b) prace niebezpieczne pożarowo w pomieszczeniach (urządzeniach), w których wcześniej wykonano inne prace związane z użyciem łatwo zapalnych cieczy lub palnych gazów, mogą być prowadzone wyłącznie wtedy, gdy stężenie par cieczy lub gazów w mieszaninie z powietrzem w miejscu wykonywania prac nie przekracza 10 % ich dolnej granicy wybuchowości,
- c) w miejscu wykonywania prac powinien znajdować się sprzęt umożliwiający likwidację wszelkich źródeł pożaru,
- d) po zakończeniu prac należy poddać kontroli miejsce, w którym prace były wykonywane oraz rejon przyległy,
- e) prace niebezpieczne pożarowo mogą być wykonywane wyłącznie przez osoby do tego upoważnione, posiadające kwalifikacje,
- f) dyrektor/ kierownik/ (właściciel/zarządzający obiektem) bądź wyznaczony przez niego pracownik jest obowiązany przed rozpoczęciem prac zapoznać wykonawców z zagrożeniami pożarowymi występującymi w rejonie wykonywania prac oraz z rodzajem przewidzianych zabezpieczeń przed pożarem,
- g) sprzęt używany do wykonywania prac powinien być technicznie sprawny i zabezpieczony przed możliwością wywołania pożaru

Podstawy prawne ochrony przeciwpożarowej i ochrony środowiska naturalnego :

- Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 r. o ochronie przeciwpożarowej / j. t. Dz. U. Nr 147, poz.1229, z późn. zm., z 2003 r. Nr 52, poz. 452, z 2004 r. Nr 96, poz. 959, z 2005 r. Nr 100, poz. 835 i 836, z 2006 r. Nr 191, poz. 1410, z 2007 r. Nr 89, poz. 590, z 2008 r. Nr 163, poz. 1015 i z 2009 r. Nr 11, poz. 59 /,
- Kodeks Pracy
- Rozporządzenie Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie / Dz. U. z 2002 r. Nr 75, poz. 690 z późniejszymi zmianami- z 2003 r. Dz. U. Nr 33, poz. 270, z 2009 r. Dz. U. Nr 56, poz. 461 /,
- Ustawa z dnia 27 kwietnia 2001 r. Prawo ochrony środowiska (Dz. U. 2001 r. Nr 62, poz. 627 z późniejszymi zmianami) oraz problemowe rozporządzenia Ministra Środowiska,
- Ustawa z dnia 7 maja 2009 r. o zmianie ustawy - Kodeks Pracy (Dz. U. z dnia 21 lipca 2009 r. Nr 115, poz. 958) (dot. wyznaczania pracowników do wykonywania działań w zakresie zwalczania pożarów i ewakuacji pracowników),
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. Nr 109, poz. 719) - (swoiste vademecum bezpieczeństwa pożarowego w budynkach),
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 24 lipca 2009 r. w sprawie przeciwpożarowego zaopatrzenia w wodę oraz dróg pożarowych /Dz. U. 2009 r. Nr 124, poz. 1030 /
- Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 22 marca 2006r. w sprawie szczegółowych zasad zabezpieczenia pożarowego lasów.

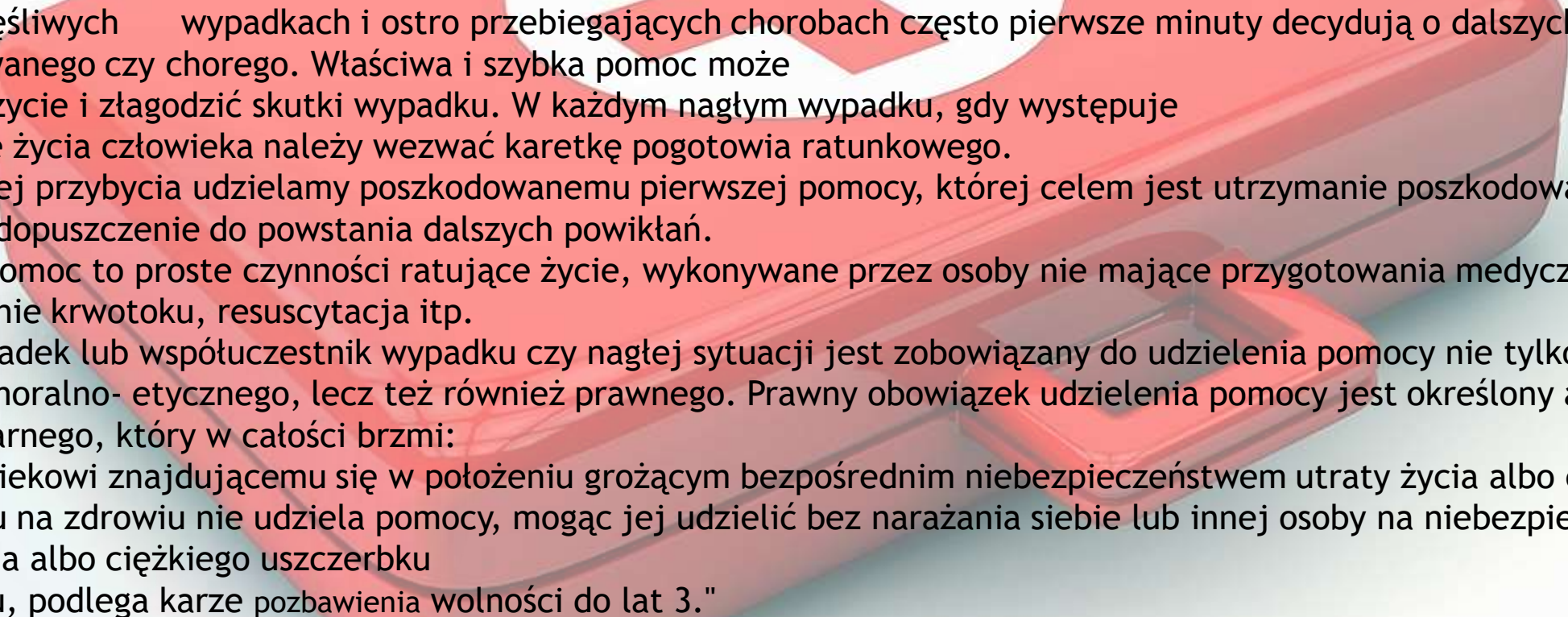




VIII.

ZASADY UDZIELANIA
PIERWSZEJ POMOCY
W NAGŁYCH WYPADKACH

Ogólne zasady postępowania



W nieszczęśliwych wypadkach i ostro przebiegających chorobach często pierwsze minuty decydują o dalszych losach poszkodowanego czy chorego. Właściwa i szybka pomoc może uratować życie i złagodzić skutki wypadku. W każdym nagłym wypadku, gdy występuje zagrożenie życia człowieka należy wezwać karetkę pogotowia ratunkowego. Do czasu jej przybycia udzielamy poszkodowanemu pierwszej pomocy, której celem jest utrzymanie poszkodowanego przy życiu i niedopuszczenie do powstania dalszych powikłań. Pierwsza pomoc to proste czynności ratujące życie, wykonywane przez osoby nie mające przygotowania medycznego np. zatamowanie krwotoku, resuscytacja itp. Każdy świadek lub współuczestnik wypadku czy nagłej sytuacji jest zobowiązany do udzielenia pomocy nie tylko z punktu widzenia moralno-etycznego, lecz też również prawnego. Prawny obowiązek udzielenia pomocy jest określony art. 162 kodeksu karnego, który w całości brzmi: "Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażania siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3."

Pierwsza pomoc obejmuje:

- wezwanie służb ratunkowych

numery ratunkowe :

999 – pogotowie ratunkowe

998 – straż pożarna

997 – policja

112 – europejski numer ratunkowy

- zabezpieczenie miejsca zdarzenia
(zawsze pamiętamy o własnym bezpieczeństwie)

- ewakuację poszkodowanego z miejsca zdarzenia
(w razie konieczności)

- resuscytację krążeniowo – oddechową

- zatamowanie krwotoku

- ułożenie poszkodowanego na boku

- walkę ze wstrząsem



Co powinna zawierać apteczka pierwszej pomocy:

Co powinna zawierać apteczka pierwszej pomocy:

- gumowe rękawiczki;
- maseczki do sztucznego oddychania;
- koc ratunkowy;
- agrafki;
- skalpel lub nożyczki;
- bandaże;
- bandaż elastyczny;
- kompresiki gazowe (sterylne - dużo);
- gaza;
- plaster;
- plaster z opatrunkiem;
- chusta trójkątna.



Zasady udzielania pierwszej pomocy w wybranych przypadkach

Omdlenie

Omdlenie jest krótkotrwałą utratą przytomności na skutek chwilowego niedoboru tlenu w mózgu. Najczęściej do omdleń dochodzi w dużych zbiorowiskach ludzi, gdy obecni stoją przez dłuższy czas w dusznej atmosferze. Często omdlenie jest poprzedzone zawrotami głowy, złym samopoczuciem i mroczkami przed oczyma. Osoba omdlała osuwa się na ziemię. Twarz ma bladą, nie można nawiązać z nią kontaktu słownego

Pierwsza pomoc w omdleniu:

- rozluźnić uciskające części odzieży (krawat, kołnierzyk)
- sprawdzić funkcje życiowe, udrożnić drogi oddechowe
- ułożyć z kończynami uniesionymi do góry
- jeśli po upływie 2 min. nie powróci przytomność , ułożyć w pozycji na boku i wezwać pogotowie ratunkowe.

Utrata przytomności

Utrata przytomności jest stanem, do którego dochodzi najczęściej z następujących przyczyn:

- urazy głowy
- niedostatek tlenu w mózgu
- zaburzenia przemiany materii
- zatrucia
- napady skurczowe pochodzenia mózgowego (np. padaczka)
- porażenie prądem elektrycznym
- udar mózgu
- nadmierne ochłodzenie
- działanie wysokiej temperatury

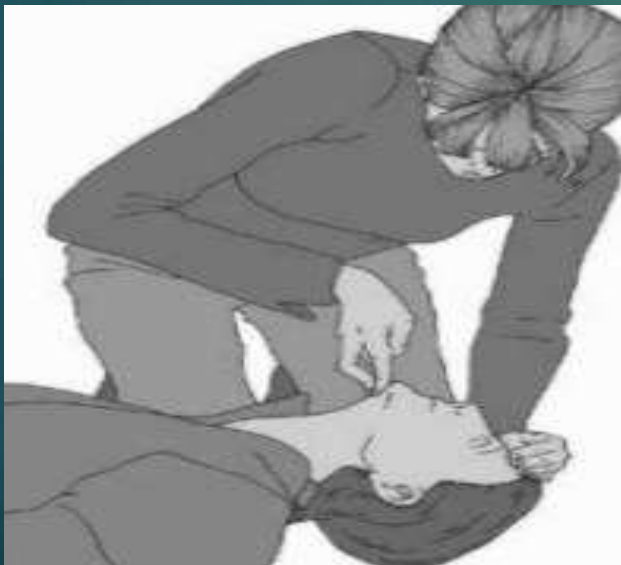
Objawami utraty przytomności są:

- nieprzytomny nie odpowiada na pytania ani na głośne wołanie. Określa się ten stan jako „ brak możliwości nawiązania kontaktu słownego”
- nie reaguje na bodźce zewnętrzne - mechaniczne, akustyczne, świetlne
- mięśnie ma zazwyczaj wiotkie, uniesiona kończyna opada bezwładnie w dół

Pierwsza pomoc w przypadku utraty przytomności:

Polega na utrzymaniu lub przywróceniu oddechu nieprzytomnemu.

Należy udrożnić drogi oddechowe delikatnie odchyłając głowę do tyłu:



Następnie:

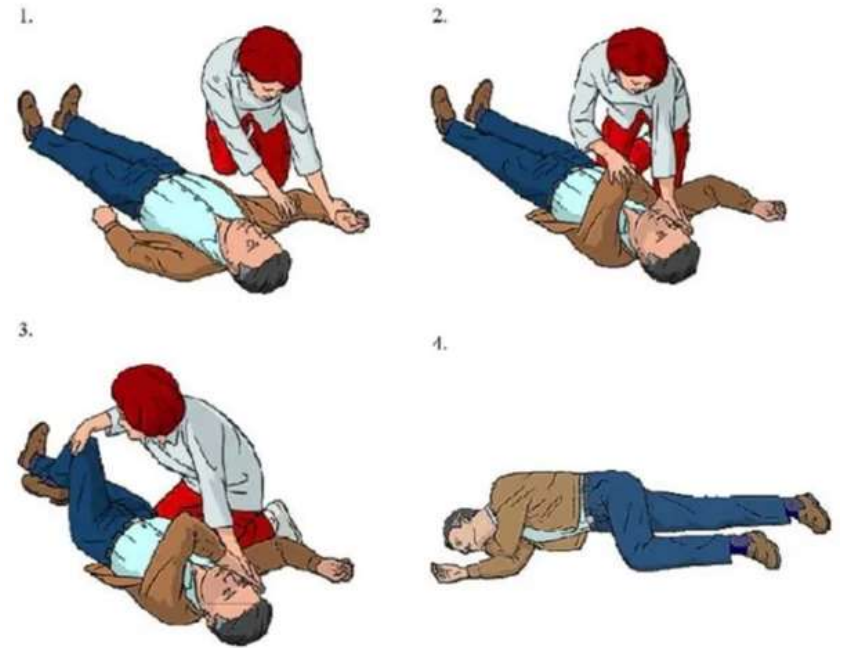
wzrokiem, słuchem i dotykiem sprawdzamy oddech przez minimum 10 sekund.



Pierwsza pomoc w przypadku utraty przytomności:

Gdy nieprzytomny oddycha prawidłowo, układamy go w pozycji na boku (bezpiecznej).

Dzięki ułożeniu bocznemu unikamy zatkania dróg oddechowych przez zapadający się język na tylną ścianę gardła i zachłyśnięcia w przypadku wymiotów. Nieprzytomny wymaga ciągłej obserwacji.



Nagłe zatrzymanie krążenia

Nagłe zatrzymanie krążenia jest to stan, w którym niezależnie od przyczyny następuje zatrzymanie efektywnej pracy serca, co powoduje ustanie krążenia krwi i niedotlenienie narządów oraz tkanek. Najbardziej wrażliwe na niedotlenienie są komórki mózgowe, które obumierają już po 3 - 5 minutach. Niepodjęcie w tym czasie resuscytacji krążeniowo - oddechowej powoduje śmierć mózgu.

Objawami nagłego zatrzymania krążenia jest - brak oznak życia, tj.: oddychania, poruszania się, kaszlu, mowy, reakcji na nasze potrząsanie i głos .

Takie objawy są wskazaniem do podjęcia czynności resuscytacyjnych.

Przyczyny nagłego zatrzymania krążenia:

- choroba wieńcowa (w tym zawał serca) - zdecydowanie najczęstsza przyczyna
- zaburzenia rytmu serca, także w wyniku przedawkowania leków
- niektóre wady serca
- urazy, zwłaszcza klatki piersiowej i głowy
- porażenie prądem
- bardzo silne reakcje alergiczne
- uduszenie
- utonięcie
- końcowy okres nieuleczalnych chorób, np. złośliwych nowotworów.

Pierwsza pomoc w nagłym zatrzymaniu krążenia:

Algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u dorosłych (BLS - BASIC LIFE SUPPORT).

1. Sprawdź reakcje poszkodowanego
2. Jeżeli nie reaguje - głośno zawołaj o pomoc
3. Udrożnij drogi oddechowe - oceń oddech
4. Jeżeli oddech jest nieprawidłowy - zadzwoń po pomoc
5. Uciskaj klatkę piersiową 30 razy



Powtarzaj uciśnięcia z częstotliwością 100/min na głębokość 4 - 5 cm.
6. Po wykonaniu 30 uciśnień klatki piersiowej, udrożnij drogi oddechowe i wykonaj 2 oddechy ratownicze metodą usta - usta lub ust - nos.



Pierwsza pomoc w nagłym zatrzymaniu krążenia:

7. Powtarzaj 30 uciśnień klatki piersiowej na zmianę z 2 oddechami ratowniczymi.

Kontynuuj resuscytację krążeniowo - oddechową do czasu gdy:

- przybędą wykwalifikowane służby medyczne
- uszkodzowany zacznie prawidłowo oddychać
- ulegniesz wyczerpaniu.

Jeśli w twoim otoczeniu znajduje się urządzenie o nazwie DEFIBRYLATOR (obecnie coraz częściej znajduje się on na wyposażeniu dużych firm, fabryk itp.), poproś o jego pilne dostarczenie, a następnie postępuj zgodnie z instrukcją znajdującą się na każdym takim aparacie.

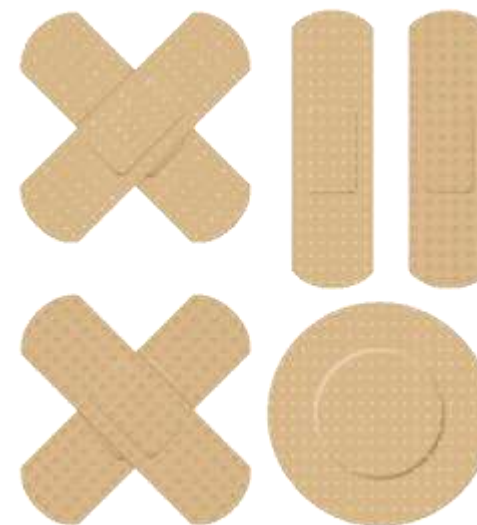


Zranienia

Rana jest to przerwanie ciągłości skóry lub błon śluzowych np. jamy ustnej. Często uszkodzone zostają również głębiej położone tkanki, mięśnie, naczynia krwionośne, nerwy. Rozległość i głębokość ran zależy od rodzaju urazu, jego siły i miejsca na które zadziała.

Rany powstają na skutek działania:

- czynników mechanicznych, które powodują rany cięte, kłute, rąbane, postrzałowe, tłuczone;
- czynników termicznych, które powodują powstanie oparzeń i od mrożeń
- czynników chemicznych, które powodują martwicę i rozpuszczenie tkanek
- czynników elektrycznych, które powodują oparzenia i zwęglenia tkanek



Pierwsza pomoc przy zranieniach:

- W czasie opatrywania i tamowania krwawienia ranny powinien leżeć - możliwość omdlenia.
- Każdą ranę możliwie szybko przykrywamy wyjąłowanym materiałem opatrunkowym. Rodzaj i wielkość opatrunku zależy od rozmiaru rany i związanego z nią krwawieniem.
- Na krwawiącą ranę zakładamy opatrunek uciskowy, składający się z jałowej gazy nałożonej bezpośrednio na ranę, poduszczonej uciskowej i opaski przytrzymującej obie warstwy.
- W wyjątkowych przypadkach, gdzie nie można założyć opatrunku uciskowego (krwotok z rozległej rany, duże ciało obce w ranie, złamanie otwarte z silnym krwawieniem...) zakładamy opaskę uciskową. Opaskę uciskową zakładamy na ramię lub udo. Opaska musi być szeroka np. złożona chusta trójkątna, pasek od spodni. Nie wolno stosować cienkich opasek, jak sznurek, tasiemka. Zawsze należy zanotować godzinę założenia opaski uciskowej.
- Rany nie należy dotykać ani przemywać. Wyjątek stanowią oparzenia termiczne lub chemiczne. Te rany przemywamy zimną bieżącą wodą przez okres 20 - 30 minut. Takie postępowanie zmniejsza uszkodzenie tkanek oraz spłukuje substancję chemiczną.
- Nie należy usuwać z rany tkwiących tam ciał obcych. Ciało obce tkwiące w ranie działa jak tampon i zapobiega krwawieniu. Należy je zabezpieczyć opatrunkiem przed przesuwaniem i wypadnięciem.

Wstrząs

Wstrząs jest to zespół zaburzeń całego organizmu powstałych z niedotlenienia tkanek ważnych dla życia narządów wskutek niedostatecznego przepływu krwi. Aby temu zapobiec organizm reaguje zwiększoną pracą serca i przyśpieszeniem oddechu.

Najczęstsze przyczyny wywołujące wstrząs to:

- silne krwawienie
- zawał mięśnia sercowego
- silna reakcja uczuleniowa
- rozległy uraz
- oparzenia
- zatrucia

Do rozwoju wstrząsu przyczyniają się :

- ból, lęk, dalsza utrata krwi i ciepła.

Pierwsza pomoc we wstrząsie obejmuje:

- usunąć przyczynę wstrząsu np. zatamować krwotok
- ułożyć poszkodowanego w pozycji przeciwwstrząsowej z uniesionymi kończynami dolnymi (nie stosujemy tej pozycji u osób nieprzytomnych oraz z urazem kręgosłupa)
- zapewnić komfort termiczny i psychiczny
- kontrolować czynności życiowe
- nie podawać nic do picia.



Zatrucie

Zatruciem nazywamy wniknięcie do organizmu substancji w szkodliwej dla niego dawce.

Pierwsza pomoc w zatruciach – ogólne zasady:

- zabezpieczyć miejsce zdarzenia
- odizolować poszkodowanego od trucizny (pamiętając o swoim bezpieczeństwie)
- sprawdzić czynności życiowe
- zebrać informacje: co?, ile?, kiedy ?
- wezwać pogotowie
- wdrożyć postępowanie przeciwwstrząsowe (podanie odtrutek, ewent. spowodowanie wymiotów, odpowiednie ułożenie, okrycie, wsparcie psychiczne)
- zabezpieczenie resztek pokarmu, opakowań po lekach, wymiocin.



Pogryzienie przez zwierzęta

Pogryzienie jest niebezpieczne ze względu na ryzyko zakażeń wścieklizną i bakteriami z pyska zwierzęcia, przenikającymi do rany w momencie ugryzienia.



Pierwsza pomoc w pogryzieniach przez zwierzęta:

- ranę przemywać wodą z mydłem 5-10 min;
- pozwolić aby krew swobodnie wyptywała z rany 5-10 min
- nałożyć na ranę jałowy opatrunek
- zapewnić komfort termiczny i wsparcie psychiczne
- wezwać pogotowie



WŚCIEKLIZNA



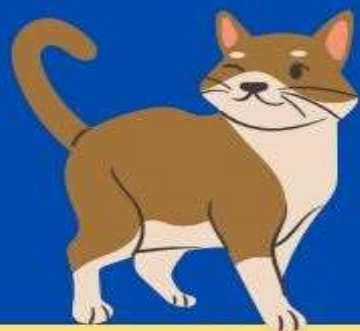
NAJGROŹNIEJSZA WIRUSOWA CHOROBA ODZWIERZĘCA

Od jakiego zwierzęcia można się zarazić?



Jak zachowuje się zakażone zwierzę?

- JEST AGRESYWNE
- NIE BOI SIĘ
- MA ŚLINOTOK
- DZIWNIE SIĘ ZACHOWUJE



Pamiętaj, zaszczep swojego pupila!

WŚCIEKLIZNA



NAJGROŹNIEJSZA WIRUSOWA CHOROBA ODZWIERZĘCA

NIE ZNASZ MNIE?

NIE KARM!

NIE GŁASZCZ!

NIE PODCHODŹ!

Użądlenia przez owady

- ▶ Niebezpieczne są użądlenia mnogie, w okolicy szyi, języka, podniebienia z uwagi na możliwość obrzęków błony śluzowej, krtani i zatkania dróg oddechowych.
- ▶ Wrażliwość poszczególnych osób na jad owadów jest zróżnicowana.

Pierwsza pomoc w użądleniach przez owady:

- usunąć żądło nie uszkodzając pęcherzyka z płynem surowicznym
- stosować zimne okłady
- w przypadku ukąszenia w obrębie jamy ustnej podać kostkę lodu do ssania
- skontaktować się z lekarzem
- nie usuwamy żądła u osób uczulonych i małych dzieci





Ukąszenie przez żmiję

- ▶ Ukąszenie, najczęściej w stopę lub łydkę.
- ▶ Żmija jest jedynym jadowitym wężem żyjącym w Polsce na wolności.

Pierwsza pomoc w ukąszeniach przez żmiję:

- uspokoić poszkodowanego i unieruchomić ukąszoną kończynę
- zapewnić komfort termiczny i wsparcie psychiczne
- kontrolować okresowo czynności życiowe
- poszkodowany nie powinien wykonywać zbędnych ruchów
- wezwać pogotowie

Urazy oka

Należy powstrzymać się od usuwania ciała obcego znajdującego się w oku, jeżeli jest ono duże i wbite w gałkę, np. stercząca drzazga, ołówek. Należy wezwać pogotowie, oko osłonić papierowym kubeczkiem, przyklejonym do twarzy plastrem.

Zdrowe oko należy osłonić jałowym opatrunkiem, aby uniemożliwić ruch gałek ocznych.

Pierwsza pomoc w urazach oka:

- umyć ręce wodą z mydłem
- ustalić przyczynę urazu, sprawdzić czy możliwe jest usunięcie zanieczyszczenia czystą chusteczką, jeśli nie, płukać oko czystą wodą 15-30 min (poszkodowany powinien ruszać gałką oczną)
- nałożyć opatrunek jałowy.

Należy niezwłocznie wezwać pogotowie ratunkowe, jeżeli:

- zachodzi podejrzenie urazu głowy
- w gałkę oczną jest wbite ciało obce;
- do oka dostała się substancja chemiczna.



IX.

WYKAZ WAŻNIEJSZYCH
PRZEPISÓW DOTYCZĄCYCH
BHP - stan na 30.01.2023 r.

1. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 roku w sprawie ogólnych przepisów bhp (tekst jednolity: Dz. U. z 2003r. Nr 169, poz. 1650, zm. Dz. U. z 2008r. nr. 108 poz. 600)
2. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 07 czerwca 2010 roku w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. Nr 109, poz. 719)
3. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 roku w sprawie bhp przy ręcznych pracach transportowych (Dz. U. Nr 26, poz. 313, zm. Dz. U. z 2009r. nr. 56 poz. 462, Dz. U. z 2017r, poz. 854)
4. Rozporządzenie Rady Ministrów z 28 maja 1996 roku w sprawie profilaktycznych posiłków i napojów (Dz. U. Nr 60, poz. 279)
5. Rozporządzenie Ministra Środowiska z 24 sierpnia 2006r. w sprawie bhp przy wykonywaniu niektórych prac z zakresu gospodarki leśnej (Dz. U. z 2006r, nr. 161. poz. 1141)

6. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 03 kwietnia 2017r w sprawie wykazu prac uciążliwych, niebezpiecznych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią (Dz. U. z 2017r, poz. 796)
7. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 24 sierpnia 2004 roku w sprawie wykazu prac wzbronionych młodocianym i warunków ich zatrudniania (Dz. U. Nr 200, poz. 2047, zm. Dz. U. z 2006r. nr. 107, poz. 724)
8. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 01 grudnia 1998 roku w sprawie bhp na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz. U. Nr 148, poz. 973)
9. Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 roku w sprawie szkolenia w dziedzinie bhp (Dz. U. Nr 180, poz. 1860, zm. Dz. U. z 2007r. nr. 196, poz. 1420)
10. Ustawa z dnia 30 października 2002 roku o ubezpieczeniu społecznym z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych (Dz. U. Nr 199, poz. 1673)

11. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 1 lipca 2009 roku w sprawie ustalenia okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy (Dz. U. Nr 105, poz 870)

12. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 lipca 2012 roku w sprawie substancji chemicznych, ich mieszanin, preparatów, czynników lub procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym w środowisku pracy (Jedn. Tekst Dz. U. z 2016r. poz. 1117)

13. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 30 grudnia 2004 roku w sprawie bhp związanej z występowaniem w miejscu pracy czynników chemicznych (Dz. U. Nr 11, poz. 86- 2005r, zm. Dz. U. z 2008r. nr. 203, poz. 1275)

14. Rozporządzenie Ministra Gospodarki z dnia 20 września 2001 roku w sprawie bhp podczas eksploatacji maszyn i innych urządzeń technicznych do robót ziemnych, budowlanych i drogowych (Dz. U. Nr 118, poz. 1263)

15. Rozporządzenie Ministra Rozwoju i Finansów z dnia 11 stycznia 2017 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie bhp podczas eksploatacji maszyn i innych urządzeń technicznych do robót ziemnych, budowlanych i drogowych (Dz. U. z 2017r, poz. 134)

16. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 lipca 2002 roku w sprawie rodzajów urządzeń technicznych podlegających dozorowi technicznemu (Dz. U. Nr 120, poz. 1021, zm. Dz. U. z 2003r., nr. 28, poz. 240)

17. Rozporządzenie Ministra Rozwoju i Finansów z 15.12.2017r. w sprawie bhp przy użytkowaniu wózków jezdniowych z napędem silnikowym (Dz. U. z 2018r. poz. 47) - obowiązuje od 10.08.2018r.

18. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 02 listopada 2004 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie służby bhp (Dz. U. Nr 246, poz. 2468)

19. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 lipca 2009 roku w sprawie chorób zawodowych (Dz. U. Nr. 105, poz. 869)

20. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z 22 kwietnia 2005 roku w sprawie szkodliwych czynników biologicznych dla zdrowia w środowisku pracy oraz ochrony zdrowia pracowników zawodowo narażonych na te czynniki (Dz. U. Nr 81, poz. 716)

21. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 19 grudnia 2002 roku w sprawie trybu uznawania zdarzenia powstałego w okresie ubezpieczenia wypadkowego za wypadek przy pracy, kwalifikacji prawnej zdarzenia, wzoru karty wypadku i terminu jej sporządzenia (Dz. U. Nr 236, poz. 199zm. Dz. U. z 2012r. poz.909).

22. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z 24 grudnia 2002 roku w sprawie szczegółowych zasad oraz trybu uznania zdarzenia za wypadek w drodze do pracy lub z pracy, sposobu jego dokumentowania, wzoru karty wypadku w drodze do pracy lub z pracy oraz terminu jego sporządzenia (Dz. U. Nr 237, poz. 2015)

23. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z 28 maja 1996r. w sprawie rodzajów prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej(Dz.U. z 1996r, nr.62, poz.287)

24. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z 01.08.2002r. w sprawie sposobu dokumentowania chorób zawodowych i skutków tych chorób (Jedn. Tekst. Dz.U. z 2013r, poz.1379)

25. Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 roku Kodeks Pracy (Dz.U. z 2020 r. poz. 1320 z późn. zm.)