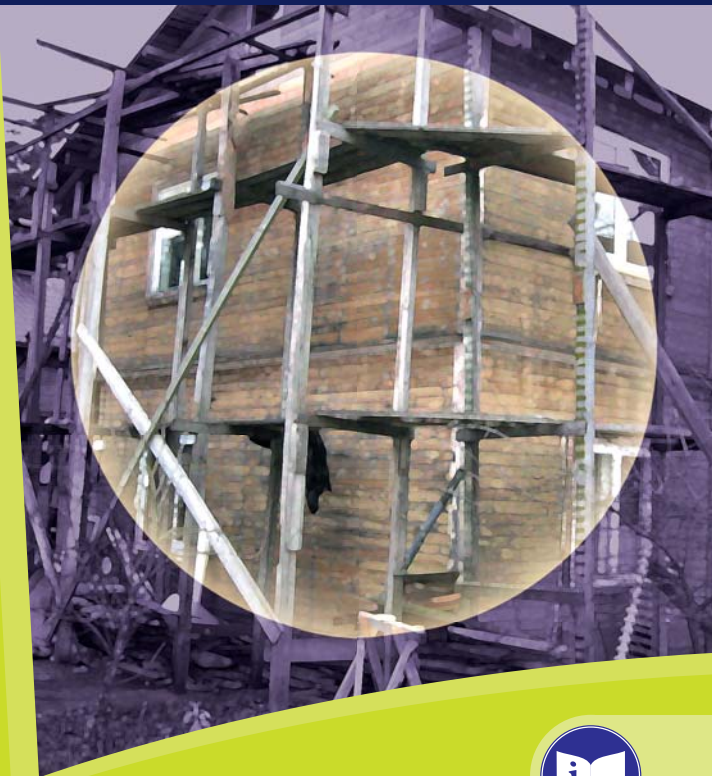


ATGĀDNE NODARBINĀTAJIEM, KURI VEIC DARBU AUGSTUMĀ



Darbs augstumā ir uzskatāms par vienu no pašiem bīstamākajiem darbiem – katru gadu notiek daudz nelaimes gadījumu, kuru cēlonis ir kritiens no augstuma. Gandrīz vienmēr šie nelaimes gadījumi beidzas ar ļoti smagām sekām, nereti pat ar cietušā nāvi.

Darbs augstumā visbiežāk nepieciešams dažādos ar būvniecību saistītos darbos, tomēr arī citās nozarēs ir ļoti daudz situāciju, kur atsevišķi darba posmi jāveic, strādājot augstumā, piemēram, veicot ēku apsaimniekošanu (lampu maiņa, ventilācijas sistēmu un kondicionētāju tīrīšana u. c.) vai autotransporta apkopes darbus (uz smagās tehnikas vai autobusiem u. tml.). Bieži darbs augstumā tiek veikts nelabvēlīgos laika apstākļos, kas vēl vairāk palielina kritiena risku (piemēram, lietus laikā u. tml.).

Darba devēja pienākums ir nodrošināt saviem nodarbinātajiem drošu darba vidi – t. sk. visu nepieciešamo, lai droši varētu strādāt augstumā. Savukārt nodarbinātajiem jābūt pietiekami zinošiem, lai varētu norādīt uz situācijām, kad, strādājot augstumā, netiek ievērotas kādas drošības prasības. Diemžēl statistika rāda, ka arī tad, kad ir nodrošinātas visas darba drošības prasības, daudzi kritieni no augstuma Latvijā notiek nodarbināto nepietiekamas uzmanības un noteikto darba aizsardzības prasību neievērošanas dēļ.

Šis atgādnis mērķis ir informēt par svarīgākajām darba aizsardzības prasībām, strādājot augstumā, kā arī iepazīstināt ar iespējamo rīcību, lai mazinātu kritienu risku.

KAS IR DARBS AUGSTUMĀ?

Praksē pastāv dažādi uzskati par to, kas ir darbs augstumā. Saskaņā ar Latvijā pieņemtajām normatīvajām prasībām par darbu augstumā tiek uzskatīts jebkurš **darbs, kurš tiek veikts 1,5 m un lielākā attālumā no drošas, stabilas virsmas** (grunts, pārseguma,

platformas u. tml.), ja šīm konstrukcijām nav aizsargnožogojuma vai nepieciešams iziet ārpus tā un ja nevar izslēgt kritiena iespēju no 1,5 m vai lielāka augstuma.

Tomēr praksē uz šo definīciju būtu jāskatās plašāk – kritot arī no mazāka augstuma, ir iespējams gūt smagas traumas vai pat aiziet bojā. Līdz ar to šāds dalījums, nosakot tieši 1,5 m augstumu kā robežu darbam augstumā, ir nosacīts, jo jebkura kritiena iznākums ir atkarīgs no daudziem apstākļiem, ne tikai kritiena augstuma.

Jāatceras, ka par darbu augstumā jārunā ne tikai tad, kad darbs tiek veikts no kāpnēm vai uz jumtiem; pie šādiem darbiem pieskaitāmi arī tie **darbi, kas saistīti ar risku noslikt vai nosmakt dažādos šķidrums** (piemēram, ūdenī, degvielā u. tml.) **vai birstošās vielās** (piemēram, graudos, smiltīs u. tml.), jo, arī veicot darbu virs šķidruma vai birstošas vielas, nevar runāt par drošu un stabilu virsmu. Līdz ar to arī šādu darbu veikšanai nepieciešams nodrošināt visas tās pašas drošības prasības, kā veicot darbu augstumā.

Neatkarīgi no tā, kā un kur tiek veikts darbs augstumā, ir svarīgi atcerēties, ka ir daži būtiski vispārīgie principi, ko vienmēr vajadzētu atcerēties un ievērot, veicot jebkuru darbu augstumā.

PIRMS SĀKT DARBU...

Pirms sāk darbu, atceries, ka jebkuras darba attiecības sākas ar darba līguma parakstīšanu. Tajā jābūt aprakstītiem Taviem pienākumiem, minētai darba samaksai un noteiktam darba laikam. Tikai rakstisks darba līgums nodrošinās Tev juridiskās un sociālās garantijas gadījumā, ja Tu saslimsi, tiks nepamatoti atlaists, cietīsi nelaimes gadījumā darbā vai saslimsi ar arodslimību.

Pirms darba līguma parakstīšanas Tavam nākamajam darba devējam jānosūta Tevi uz obligāto veselības pārbaudi. Tās mērķis ir pārliecināties, vai Tavs veselības stāvoklis atbilst veicamajam

darbam (piemēram, ja Tev ir tādas veselības problēmas, kuru dēļ darbs augstumā ir īpaši bīstams, svarīgi to uzzināt pirms darba sākšanas).

Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev apmācība par darba aizsardzības jautājumiem – gan ievadapmācība jeb tā saucamā “ievadinstruktāža”, gan darba aizsardzības instruktāža konkrētā darba veikšanai.

Ievadapmācības (ievadinstruktāžas) laikā Tev jāsaņem vispārēja informācija par uzņēmumu un tā darbību, svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un to ietekmi uz veselību, darba kārtības noteikumiem, darba aizsardzības organizāciju uzņēmumā, svarīgākajiem darba aizsardzības pasākumiem (drošības zīmēm, veselības pārbaudēm u. c.), Taviem pienākumiem un tiesībām, nodarbināto pārstāvniecību, kā arī rīcību ārkārtas situācijās.

Darba aizsardzības instruktāžas laikā darba devējam Tevi jāiepazīstina ar veicamo darbu, darba devēja apstiprinātām instrukcijām un darba aizsardzības prasībām atbilstoši konkrētā darba veidam (piemēram, darbam augstumā) vai profesijai attiecīgajā darba vietā, praktiski parādot drošus darba paņēmienus un metodes, un, ja nepieciešams, izmantojot uzskates līdzekļus. **Darbiem augstumā šī apmācība ir īpaši būtiska, jo tā var izglābt Tavu dzīvību.** Īpaši svarīgi ir pievērst uzmanību dažādu drošības ierīču un individuālo aizsardzības līdzekļu pareizai lietošanai.

Šis materiāls ir tikai viens no informācijas avotiem par drošu darbu, strādājot augstumā. Tas neaizstāj darba aizsardzības instrukciju konkrēto darbu drošai veikšanai!

**Tavs pienākums ir iepazīties ar darba aizsardzības instrukcijās un citos dokumentos noteiktajām prasībām!
Ja kaut ko neesi sapratis – pajautā!**

KĀPĒC DARBS AUGSTUMĀ IR BĪSTAMS UN KĀPĒC NELAIMES GADĪJUMU SEKAS IR TIK SMAGAS?

Atbilde ir vienkārša – tāpēc, ka pastāv iespēja nokrist! Cilvēki krīt no augstuma, jo pastāv gravitācija (Zemes pievilkšanas spēks), kas iedarbojas uz jebkuru ķermeni, kurš krīt no augstuma – vai tas būtu cilvēks, vai betona bloks.

Kritieni no augstuma ir tik bīstami tāpēc, ka cilvēkam ir nepieciešams zināms reakcijas laiks no brīža, kad viņš apzinās, ka krīt, līdz brīdim, kad ķermenis var uz to reaģēt. Ja sākas kritiens, cilvēkam vispirms tas ir jākonstatē, bet tam vien ir nepieciešama apmēram piektdaļa sekundes, savukārt apzinātu kustību, lai situāciju koriģētu, cilvēks uzsāk apmēram pēc 0,7 sekundēm. Taču 0,7 sekunžu laikā cilvēks būs nokritis jau aptuveni 2,4 m un viņa krišanas ātrums būs sasniedzis apmēram 7 m/s (pārsniedzot 25 km ātrumu stundā). Pēc 1 sekundes cilvēks būs nokritis jau 4,9 m un krišanas ātrums būs sasniedzis gandrīz 36 km stundā.

Šie fakti arī izskaidro to, kāpēc tieši kritieni no salīdzinoši neliela augstuma (līdz 3 m) nereti beidzas ar nāvi – kritiena laiks ir tik īss, ka nav laika uz to noreāģēt. Turklāt paši nodarbinātie (un arī darba devēji) darbu šādā salīdzinoši mazā augstumā uzskata par “drošu”, kur nav nepieciešami speciāli darba aizsardzības pasākumi. Bet vairums darbu augstumā notiek tieši šādā nelielā augstumā un tos veic salīdzinoši liels skaits nodarbināto.

Savukārt, ja darbu paredzēts veikt par 5 m lielākā augstumā, kad kritiena risks ir “acīmredzams”, parasti tiek domāts par to, kādi aizsardzības pasākumi nepieciešami.

Tomēr nevajadzētu paļauties uz to, ka, krītot no 3 m vai lielāka augstuma, cilvēks spēs sagatavoties nokrišanai un varēs ieņemt nosacīti izdevīgāku ķermeņa stāvokli sadursmes brīdim. Pat ja tas izdodas, kritiena ātrums sadursmes brīdī jau ir pārāk liels (krītot no 3,5 m augstuma, sadursmes brīdī cilvēka relatīvais ātrums attiecībā pret pamatni sasniedz gandrīz 30 km stundā), lai šāds

kritiens beigtos bez traumām. Kritiena rezultātā uzņemtā ātruma (enerģijas) spēja samazināšana rada dažādus organisma bojājumus (iekšējo orgānu plīsumus, kaulu lūzumus, locītavu bojājumus u. c.).

Krišana no neliela augstuma ir bīstama tāpēc, ka kritiena laiks ir ļoti neliels – krītot no augstuma līdz 5 m, tas ir mazāks vai vienāds ar vidējo reakcijas laiku. Līdz ar to negaidīta kritiena gadījumā cilvēks nespēj ieņemt tādu ķermeņa stāvokli, kas amortizētu kritienu ar vismazāko kaitējumu.

Savukārt, krītot no augstuma, kas lielāks par 5 m, strauji palielinās enerģija, kas sadursmē ar cietu virsmu noved pie smagiem ievainojumiem, kas izraisa invaliditāti vai pat nāvi.

KĀDI NELAIMES GADĪJUMI VAI CITAS SEKAS VISBIEŽĀK RODAS, KRĪTOT NO AUGSTUMA VAI VEICOT DARBUS AUGSTUMĀ?

Strādājot augstumā un neievērojot noteiktās darba drošības prasības, visbiežāk notiek:

- **nelaimes gadījumi, kas saistīti ar nodarbināto kritieniem.** Šādos gadījumos parasti tiek gūtas smagas traumas vai cietušais aiziet bojā. Nokrītot no augstuma, traumas var būt ļoti dažādas. Piemēram, kritieni uz kājām izraisa papēža kaulu, apakšstilba un augšstilba kaula lūzumus. Krītot no lielāka augstuma, biežāk notiek mugurkaula skriemeļu lūzumi krūšu un jostas daļā, savukārt kritieni uz galvas izraisa kakla skriemeļu bojājumus (tie bieži izraisa muguras smadzeņu bojājumus). Kritieni uz vēdera rada krūškurvja un vēdera iekšējo orgānu bojājumus. Savukārt, ja tiek izmantotas nepareizas pretkritiena sistēmas (piemēram, josta pilnas iekares vietā), kritiens var beigties ar mugurkaula lūzumu;
- **nelaimes gadījumi, kas saistīti ar dažādu priekšmetu nokrišanu.** Neuzmanīgi vai nepareizi veicot darbu augstumā, mēdz nokrist dažādi instrumenti, izejmateriāli vai apstrādājamie materiāli

(piemēram, veicot mūrēšanas darbus uz prasībām neatbilstošām sastatnēm, var nokrist java, ķieģeļi vai mūrnieka ķelle u. tml.), uzkrītot apakšā strādājošajiem vai pat garāmgājējiem;

- **cita veida veselības pasliktināšanās**, kas bieži saistīta ar to, ka, strādājot augstumā, darbs jāveic neērtās pozās (piemēram, stāvot uz kāpnēm, pastiepjoties, turot rokas virs galvas u. tml.), kuras rada pārslodzes risku nodarbinātajiem. Pie šādām situācijām pieder arī tādi gadījumi, kad, strādājot augstumā un kritot, nodarbinātie paliek karājoties drošības sistēmās ilgāk par 15 minūtēm, ja nav iespējama steidzama viņu evakuācija. Arī šādos gadījumos var rasties smagi veselības traucējumi (parasti saistīti ar asinsrites traucējumiem), kas var beigties ar cietušā nāvi.

Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par biežākajiem nelaimes gadījumu cēloņiem, strādājot augstumā, kā arī par svarīgākajām darba aizsardzības prasībām, kas jāievēro, strādājot augstumā.

BIEŽĀKIE NELAIMES GADĪJUMU IEMESLI, VEICOT DARBUS AUGSTUMĀ

Līdzīgi kā jebkurā citā darbā, arī, strādājot augstumā, nelaimes gadījumi bieži notiek nodarbināto neuzmanības un noteikto darba aizsardzības prasību neievērošanas dēļ. Līdz ar pareizu darba plānojumu un nepieciešamo drošības ierīču nodrošināšanu īpaši būtiska ir pareiza un atbilstoša nodarbināto apmācība darbam augstumā, kā arī paša nodarbinātā nepārtraukta koncentrēšanās un uzmanīšanās, veicot darbu. Diemžēl tieši šo nosacījumu neievērošana noved pie tā, ka visbiežāk nelaimes gadījumi notiek ar jauniešiem vai tikko uzņēmumā strādāt sākušiem nodarbinātajiem, kuriem ir maza darba pieredze un kuri nav pietiekami apmācīti, vai nodarbinātajiem ar attieksmi “... man 20 gadus nekas nav noticis...”.

BIEŽĀKĀS PROBLĒMAS, VEICOT DARBUS AUGSTUMĀ VAI STRĀDĀJOT DARBA VIETĀS, KUR PASTĀV UZKRIŠANAS RISKS



Pakāpšanās uz dažādiem nepiemērotiem priekšmetiem vai materiāliem (piemēram, uz izejmateriālu kaudzēm, galdiem u. tml.).



Pakāpšanās uz dažādām iekārtām vai neatbilstoša to izmantošana (piemēram, darbs no ekskavatora kausiem, iekrāvēju "dakšām" u. tml.).



Nedrošu pārvietojamo kāpņu lietošana, lai piekļūtu darba zonai vai iekārtām (piemēram, paštaisītu vai bojātu kāpņu lietošana).



Nedrošu un prasībām neatbilstošu sastatņu vai līdzīgu konstrukciju (piemēram, paštaisītu, nedroši nostiprinātu u. tml.) **izmantošana.**



Pārvietojamo kāpņu neatbilstoša un nedroša izvietošana – novietojot tās nepiemērotā vietā vai uz nedrošas / nestabilas pamatnes. Šādos gadījumos, pat izmantojot drošības prasībām atbilstošas pārvietojamās kāpnes, var notikt nelaimes gadījumi.



Nepareiza prasībām atbilstošu sastatņu vai līdzīga aprīkojuma izmantošana (piemēram, nenostiprinot vai novietojot sastatņu torņus uz nestabilas virsmas).



Atbilstošu individuālās aizsardzības līdzekļu neizmantošana

(piemēram, nelietojot iekares, kas piestiprinātas pie drošiem enkurspunktiem, strādājot uz jumtiem u. c.).



Drošības prasībām neatbilstošu individuālo aizsardzības līdzekļu

lietošana (piemēram, izmantojot prasībām neatbilstošas virves u. tml.) **vai**

to nepareiza lietošana (piemēram, nepiestiprinot iekari pie enkurspunkta

vai drošības jostu lietošana iekaru vietā).



Bīstamo vietu (dažādu atvērumu, balkonu un līdzīgu vietu) **nenorobežošana** (nenožogošana).



Dažādu priekšmetu uzkrišanas risks (kas saistīts ar drošības zonas nenorobežošanu, norobežojošo kājlietu nelietošanu vai nepareizu darba plānošanu).

CITI DARBA VIDES RISKA FAKTORI, STRĀDĀJOT AUGSTUMĀ

Bez jau minētajām darba vides problēmām ir vēl daži citi riska faktori, kas var ietekmēt Tavu drošību un veselību, strādājot augstumā.

- **Darbs ārpus telpām** (piemēram, uz sastatnēm, no pacēlāja groziem). Šādā gadījumā jāatceras par **ultravioleto starojumu**, ko rada saule, un kurš, iedarbojoties ilgtermiņā, var radīt dažādus ādas bojājumus, tai skaitā apdegumus un ādas vēzi (melanomu). Tāpēc vasaras periodā, neraugoties uz karstumu, nav ieteicams strādāt apģērbā īsām piedurknēm vai daļēji atkailinātam. Vasaras karstajā periodā nav ieteicams strādāt arī, kad saules aktivitāte ir visaugstākā, t. i., laikā no plkst. 11.00 līdz 15.00.
- **Vienmuļība, darbs vienvienā vai bīstamos apstākļos** (piemēram, no pacēlāja groza u. tml.), kas nodarbinātajiem var radīt psihoemocionālu risku (stresu).
- **Ergonomiskie riski** – piemēram, darbs stāvus, smagumu pārvietošana, vienveidīgas kustības, darbs pastiepjoties un / vai ceļot rokas virs galvas. Šie riska faktori var radīt dažādus veselības traucējumus gan mugurai, gan citām locītavām, kā arī saitēm un muskuļiem (piemēram, mugurkaula diska trūci u. tml.). Strādājot vienmēr atceries par to, kā pareizi celt smagumu (piemēram, turēt taisnu muguru, celt smagumu ar kājām, nevis muguru u. tml.).
- Nelabvēlīgi klimatiskie apstākļi – gan karstums vasarā, gan pazemināta temperatūra ziemā, lietus vai sniegs, kā arī vējš. Atceries, ka jāģērbjas atbilstoši gadalaikam un jāpārlicinās, vai atkarībā no sezonālās nepieciešamības ir nodrošinātas iespējas padzerties, atdzēsīties vai sasildīties.

SVARĪGĀKĀS DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, STRĀDĀJOT AUGSTUMĀ

Lai izvairītos no nelaimes gadījumiem, nodarbinātajiem ir svarīgi zināt iespējami vairāk par to, kā droši veikt darbu augstumā.

Svarīgākie principi, kas jāievēro, lai samazinātu kritienu risku, strādājot augstumā, ir:

- 1) NEKAD neizmanto nepiemērotus priekšmetus (piemēram, kastes, mucas u. tml.) vai aprīkojumu;**
- 2) NEKAD nelietot bojātas pārvietojamās kāpnēs vai aprīkojumu (piemēram, pacēlājus u. c.);**
- 3) darba aprīkojumu lietot TIKAI atbilstoši tā lietošanas nosacījumiem;**
- 4) lietojot pārvietojamās kāpnēs, atcerieties, ka:**
 - pārvietojamās kāpnēs nedrīkst izmantot kā pastāvīgu darba vietu – tās izmantojamas kā pieejas līdzeklis! Kā darba vietu tās pieļaujams izmantot tikai tad, ja darbs ir īslaicīgs un neprasa lielu fizisko spēku (piemēram, nomainot izdegušu spuldzi u. tml.);
 - pārvietojamām kāpnēm jābūt stabilām, novietotām uz izturīga un nekustīga pamata tā, lai pakāpieni būtu līmeniski, kā arī nodrošinātām pret izslidēšanu vai izkustēšanos;
 - pārvietojamās kāpnēs ar spraišļiem jānovieto 65–75 grādu leņķī (ar pakāpieniem 60–70 grādu leņķī);
 - ja pārvietojamās kāpnēs izmanto, lai piekļūtu augstāk esošai virsmai, tām jāsniedzas vismaz 1 metru pāri šai virsmai;
 - ja nepieciešams, arī strādājot uz pārvietojamām kāpnēm, jālieto piemēroti individuālās aizsardzības līdzekļi (ķivere, iekare u. c.);
- 5) lietojot sastatnes, tām jābūt:**
 - drošām un pareizi samontētām (to var veikt tikai speciāli apmācīti darbinieki, par to sastādot attiecīgu aktu);

- stabilām un nostiprinātām, novietotām ne tālāk par 30 cm no ēkas fasādes, vai arī margas nepieciešamas arī fasādes pusē. Ja tas nav iespējams, tad jāizmanto individuālie aizsardzības līdzekļi (iekares, kas droši jānostiprina);
- nodrošinātām ar aizsargmargām un kājlīstēm;

6) izmantojot pacēlāju (strādājot no pacēlāja groza):

- jāievēro ražotāja noteiktās prasības par maksimālo celbspēju, augstumu, lielāko pieļaujamo vēja ātrumu u. c. informāciju par tā drošu lietošanu;
- jāstrādā vismaz diviem nodarbinātajiem (lai nodrošinātu evakuācijas iespējas avārijas situācijā);
- jālieto atbilstoši individuālās aizsardzības līdzekļi – pilna ķermeņa iekare (NAV pieļaujama tikai drošības jostu un virvju lietošana);

7) izmantojot virvju sistēmas, jāatceras, ka noteikti jābūt nodrošinātām divām virvēm – t. s. darba virvei, kuru izmanto, lai mainītu augstumu, izmantojot piemērotu aprīkojumu, kā arī t. s. drošināšanas virvei, pa kuru darbiniekam līdzī pārvietošanas piemērots līdzslīdošais apturis (blokators);

8) jāpārlicinās, vai nepieciešamais darba aprīkojums ir droši nostiprināts (lai izslēgtu tā nokrišanu) un ērti pieejams (lai nodrošinātu ērtu darba pozu).

Daudzos gadījumos, strādājot augstumā, jālieto arī **atbilstoši individuālie aizsardzības līdzekļi**. Lai sevi droši pasargātu no kritiena un tā sekām, jālieto **pretkritiena sistēmas** (tās sastāv no iekares vai t. s. ķermeņa aprīkojuma, kā arī no savienojošiem elementiem).

Atceries!

Pat vislabākā pretkritiena sistēma nepasargās Tevi no kritiena sekām, ja tā nebūs droši nostiprināta!

Strādājot augstumā, OBLIGĀTI JĀLIETO aizsargķivere. Svarīgi atcerēties, ka ieteicams lietot tādu ķiveri, kas aprīkota ar 4 punktu zoda siksnu (lai novērstu tās nokrišanu kritiena vai straujas kustības gadījumā).

KĀDAS IR TAVAS TIESĪBAS?

Atceries!

Darba devēja pienākums ir nodrošināt drošu un veselībai nekaitīgu darba vidi!

Ja uzskati, ka Tava drošība vai veselība ir apdraudēta, Tev ir tiesības:

- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ziņojot tiešajam darba vadītājam (un uzņēmuma uzticības personai), ja darba apstākļi rada vai var radīt draudus Tev vai apkārtējo cilvēku drošībai un veselībai;
- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ja izmantojamais aprīkojums (iekārtas, mašīnas, darbarīki u. c.) neatbilst darba aizsardzības vai to ražotāju noteiktajām prasībām, kā arī ja šis aprīkojums nav pārbaudīts;
- atteikties veikt darba uzdevumus, ja to izpilde neatbilst Tavai profesionālajai sagatavotībai;
- pieprasīt atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus, lai pasargātu sevi no darba vides riska faktoru iedarbības.

Atceries!

Vienmēr atceries par savām tiesībām un nebaidies tās izmantot!

JA DARBĀ NOTICIS NELAIMES GADĪJUMS

Ja ar Tevi vai kolēģi noticis nelaimes gadījums, **Tavs pienākums** ir par to nekavējoties ziņot tiešajam darba vadītājam un darba aizsardzības speciālistam, kā arī nepieciešamības gadījumā sniegt pirmo palīdzību un izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

Darba devēja pienākums ir veikt nelaiemes gadījuma darbā izmeklēšanu un reģistrēšanu Valsts darba inspekcijā 15 dienu laikā pēc nelaiemes gadījuma. Cietušajam jāsaņem viens akta eksemplārs no nelaiemes gadījuma izmeklēšanas ar Valsts darba inspekcijas reģistrācijas numuru. Nelaiemes gadījuma izmeklēšanas akts būs nepieciešams, lai saņemtu sociālo palīdzību ārstēšanas un rehabilitācijas izdevumu segšanai no Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras.

JA TAVA VESELĪBA IR PASLIKTINĀJUSIES

Atsevišķos gadījumos (ja netiek nodrošināti droši un veselībai nekaitīgi darba apstākļi, netiek ievērotas darba aizsardzības prasības vai lietoti individuālie aizsardzības līdzekļi) var rasties arodslimības, kuru izcelsmē galvenā nozīme ir kādam no darba vides riska faktoriem.

Ja jūti, ka Tava veselība darba apstākļu dēļ ir pasliktinājusies, Tev ir tiesības prasīt darba devējam norīkojumu uz darba devēja apmaksātu ārpuskārtas obligāto veselības pārbaudi, kuras laikā arodslimību ārsts varēs pārbaudīt Tavas sūdzības.

Jebkurā gadījumā ir svarīgi laicīgi vērsties pēc palīdzības pie ārsta, jo daudzas no arodslimībām ir sekmīgi ārstējamas, ja tās tiek savlaicīgi pamanītas. Savukārt, ja slimības netiek laicīgi ārstētas, tās var izraisīt paliekošas sekas un, iespējams, pat invaliditāti.

Atceries!

Sociālās garantijas pēc nelaiemes gadījuma darbā vai konstatētas arodslimības Tu varēsi saņemt tikai tad, ja strādāsi ar darba līgumu un ziņosi par nelaiemes gadījumu darbā!

Sociālās garantijas darbā notikuša nelaiemes gadījuma vai arodslimības gadījumā ietver valsts apmaksātus ārstēšanas un rehabilitācijas pakalpojumus, slimības lapas apmaksu, un gadījumā, ja radušies veselības traucējumi ir neatgriezeniski, arī kompensāciju par darbspēju zudumu.



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

Nr. 23-2011

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA DEPARTAMENTĀ

Skolas ielā 28, Rīgā, LV-1010
Tālrunis 67021526
www.lm.gov.lv

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

K. Valdemāra ielā 38, k-1, Rīgā, LV-1010
Tālrunis 67186522, 67186523
www.vdi.gov.lv

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001
Tālrunis 67270351, 67035960
www.lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV-1007
Tālrunis 67409139
www.rsu.lv/ddvvi

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM – www.osha.lv



LATVIJAS REPUBLIKAS
LABKLĀJĪBAS MINISTRIJA



VALSTS SOCIĀLĀS APDROŠINĀŠANAS AĢENTŪRA



VALSTS DARBA INSPEKCIJA

Šis materiāls ir izdots ar Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras atbalstu kā daļa no Darba aizsardzības preventīvo pasākumu plāna.

Materiālu sagatavoja: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2011.
Bezmaksas izdevums.