

# DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS TEKSTILIZSTRĀDĀJUMU RAŽOŠANĀ

## PAPILDU INFORMĀCIJA

### LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA DEPARTAMENTĀ

Skolas ielā 28, Rīgā, LV-1010  
Tālrunis 67021526  
[www.lm.gov.lv](http://www.lm.gov.lv)

### VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

K. Valdemāra ielā 38, k-1, Rīgā, LV-1010  
Tālrunis 67186522, 67186523  
[www.vdi.gov.lv](http://www.vdi.gov.lv)

### LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001  
Tālrunis 67270351, 67035960  
[www.lbas.lv](http://www.lbas.lv)

### RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV-1007  
Tālrunis 67409139  
[www.rsu.lv/ddvvi](http://www.rsu.lv/ddvvi)

Informāciju par darba aizsardzības jautājumiem  
meklējiet mājas lapā [www.osha.lv](http://www.osha.lv)



Dažādu tekstila izstrādājumu ražošana ieņem būtisku vietu Latvijas apstrādes rūpniecībā, nodrošinot gan darba vietas Latvijas iedzīvotājiem, gan arī eksportējamo produkciju. Tekstilrūpniecība Latvijā ir augsti attīstīta nozare ar komplicētu struktūru, modernām tehnoloģijām un dažādām darba organizācijas formām, taču arī šajā nozarē atsevišķās ražotnēs joprojām ir sastopamas darba vietas ar novecojušām tehnoloģijām un drošības prasībām neatbilstošiem darba apstākļiem.

*Šis atgādnis mērķis ir informēt par svarīgākajām darba drošības un veselības aizsardzības prasībām un būtiskākajiem darba vides riska faktoriem, strādājot tekstilizstrādājumu un apģērbu ražošanas nozarē.*

## **KAS IR TEKSTILIZSTRĀDĀJUMU UN APĢĒRBU RAŽOŠANAS NOZARE?**

Tekstilizstrādājumu un apģērbu ražošanas nozare (turpmāk – tekstilizstrādājumu ražošanas nozare) aptver ļoti dažādus ražošanas procesus, sākot no tekstilšķiedru sagatavošanas un vēršanas, adīšanas, audumu aušanas, krāsošanas, apdares darbiem un beidzot ar gatavo apģērbu šūšanu un gatavo tekstilizstrādājumu ražošanu. Katrā no šīs nozares procesiem ir iespējama dažādu darba vides riska faktoru iedarbība uz Tavu veselību.

## **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, darbā cietīsi nelaimes gadījumā 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 jau ir dzirdes problēmas, tad darbs trokšņainā vidē dzirdi vēl vairāk pasliktinās).

Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev apmācību par darba aizsardzības jautājumiem – gan ievadapmācība jeb tā saucamā ievadinstrukstāža, gan darba aizsardzības instrukstāža konkrētā darba veikšanai.

**Ievadapmācības (ievadinstrukstāžas)** 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 pārstāvēniecību, kā arī rīcību ārkārtas situācijās.

**Darba aizsardzības instrukstāžas** laikā Tevi jāiepazīstina ar veicamo darbu, darba devēja apstiprinātajām instrukcijām un darba aizsardzības prasībām atbilstoši konkrētā darba veidam vai profesijai attiecīgajā darba vietā, praktiski parādot drošus darba paņēmienus un metodes, un, ja nepieciešams, izmantojot uzskates līdzekļus.

Šis materiāls ir tikai viens no informācijas avotiem par drošu un veselībai nekaitīgu darbu, tas neaizstāj darba aizsardzības instrukciju konkrēto darbu drošai veikšanai!

**Tavs pienākums ir iepazīties ar darba aizsardzības instrukcijās un citos dokumentos noteiktajām prasībām!**

**Ja ko neesi sapratis – pārjautā!**

## **KĀDAS SEKAS VAR RASTIES, NEIEVĒROJOT DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS?**

Dažādu darba vides riska faktoru iedarbības rezultātā var tikt apdraudēta nodarbināto drošība un veselība. Visbiežāk nodarbināto veselība var tikt ietekmēta:

- **nelaimes gadījumu** rezultātā gūstot dažādus veselības traucējumus (traumas), piemēram, paslīdot, apdedzinot roku, savainojoties ar adatām vai nažiem u. tml.;
- dažādu darba vides riska faktoru iedarbības rezultātā gūstot **akūtus vai hroniskus veselības traucējumus** (t. s. arodslimības), piemēram, trokšņa iedarbības rezultātā sabojājot dzirdi vai nepareizi pacelta smaguma dēļ sastiepjot muguru.

*Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un biežākajiem nelaimes gadījumu cēloņiem tekstilizstrādājumu ražošanā, kuri var sabojāt Tavu veselību.*

## **KĀDI IR TEKSTILIZSTRĀDĀJUMU RAŽOŠANAS NOZARĒ SASTOPAMIE RISKA FAKTORI UN TO RADĪTIE VESELĪBAS TRAUCĒJUMI?**

Nozīmīgākie darba vides riska faktori, kas ietekmē vai var ietekmēt tekstilizstrādājumu un apģērbu ražošanas nozarē nodarbināto veselības stāvokli, ir:

- troksnis;
- vibrācija;
- ķīmiskie riska faktori (t. sk. putekļi);
- apgaismojums;
- ergonomiskie faktori;
- nepiemērots mikroklimats;
- nelaimes gadījumu risks.

Tekstilizstrādājumu ražošanas nozarei ir raksturīga darba vide, kurā uz nodarbinātajiem iedarbojas **vairāki riska faktori vienlaicīgi**, tādējādi ietekmējot un apdraudot vairākas organisma sistēmas – sākot no dzirdes, redzes, elpošanas sistēmas un beidzot ar balsta un kustību sistēmu. Neraugoties uz pēdējo gadu laikā notikušajām pārmaiņām jaunu tehnoloģiju ieviešanā un uzņēmumu modernizācijā, nodarbināto veselība un drošība joprojām var tikt būtiski apdraudēta.



Darba videi tekstilizstrādājumu ražošanā raksturīga dažādu riska faktoru kombinēta iedarbība (piemēram, piespiedu darba pozas, troksnis, nepietiekams apgaismojums u. c.)

## Troksnis

Troksnis tekstilizstrādājumu ražošanā ir ļoti izplatīts darba vides riska faktors, kuru rada izmantotās iekārtas. Katra no iekārtām strādājot rada troksni, kurš var ievērojami pārsniegt pieļaujamo (drošo) līmeni. Bieži darba telpās vienlaicīgi darbojas vairākas troksni radošas iekārtas.

Ilgstošs troksnis var radīt tā saucamo aroda vājdzirdību – dzirdes neatgriezenisku un neārstējamu pasliktināšanos abās ausīs, kas var attīstīties dažu gadu laikā. Īpaši kaitīgs ir trokšņa līmenis, kas augstāks par 87 dB(A) (decibeliem), tomēr jau trokšņa līmenis virs 80 dB(A) var radīt dzirdes izmaiņas.

## Cik skaļas ir iekārtas tekstilizstrādājumu ražošanā?

Tekstilrūpniecībā radītais troksnis ir ļoti atkarīgs no iekārtu veida un vecuma – jo tehnika lielāka un vecāka, jo tā var būt skaļāka. Spolēšanas / vērpšanas iekārtu radītais troksnis svārstās robežās no 80 dB(A) līdz 91 dB(A), bet steļļu radītais troksnis audējas darba vietā sasniedz 92 dB(A). Ievērojamo trokšņa līmeni rada arī adāmās iekārtas (līdz 90 dB(A)) un šujmašīnas (līdz 92 dB(A)), bet jaunāko modeļu tehniski labi regulētu šujmašīnu apkopes zonā darbiniece pakļauta zemam trokšņa ekspozīcijas līmenim (< 80 dB(A)).



Jebkura no tekstilrūpniecības iekārtām strādājot rada troksni

## Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot līdzi, lai savlaicīgi tiktu veiktas iekārtu tehniskās apkopes – tās neveicot, iekārtas kļūst skaļākas;
- ja nepieciešams, lietot dzirdes aizsardzības līdzekļus;
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes;
- ievērot pietiekamas atpūtas pauzes un saudzēt dzirdi brīvajā laikā (piemēram, pārāk skaļi neklausīties mūziku u. tml.).

## Vibrācija

Vibrācija, līdzīgi kā troksnis, ir tekstilizstrādājumu ražošanā izplatīts darba vides riska faktors, kuru rada vairums lietoto iekārtu. Tomēr, atšķirībā no trokšņa, šajā nozarē vibrācijas ietekme ir mazāk apzināta. Paaugstinātas vibrācijas pamatā parasti ir dažādās iekārtās nepietiekami nobalansētas rotācijas vai virzes kustībā esošas detaļas. Jāatceras, ka ir divu veidu vibrācija – tā saucamā “plauksta-rokas” vibrācija (iedarbojas uz rokas locītavu) un “visa ķermeņa” vibrācija (iedarbojas uz mugurkaulu).

Plauksta-rokas vibrācija var radīt karpālā kanāla sindromu jeb saistaudu saaugumu plauksta locītavā, kurš nospiež nervus un asinsvadus, radot tirpšanas un sāpju sajūtu rokās. Savukārt visa ķermeņa vibrācija radīs dažādus traucējumus mugurkaulā. Vibrācijas līmenim darba vidē ir noteiktas normas, lai noteiktu, kad tas ir uzskatāms par kaitīgu:

- plauksta-rokas vibrācijai maksimāli pieļaujamais līmenis (ekspozīcijas robežvērtība) ir  $5 \text{ m/s}^2$ ;
- visa ķermeņa vibrācijai maksimāli pieļaujamais līmenis (ekspozīcijas robežvērtība) ir  $1,15 \text{ m/s}^2$ .

### Cik lielu vibrāciju rada iekārtas tekstilizstrādājumu ražošanā?

Tekstilizstrādājumu ražošanas iekārtu radītā vibrācija ir ļoti atkarīga gan no to tehniskā stāvokļa, veida un vecuma (jo sliktāk uzturēta, lielāka un vecāka ir iekārta – jo augstāks būs vibrācijas līmenis), gan arī no grīdas seguma, uz kuras tiek izvietotas un nostiprinātas iekārtas (piemēram, stelles, adāmmašīnas un šujmašīnas u. c.). Tomēr daudzas no praksē izmantotajām iekārtām nerada tādu vibrācijas līmeni, kurš pārsniedz dienas ekspozīcijas robežvērtību. Jāatceras, ka daļa iekārtu rada gan vispārējo vibrāciju (stelles), gan arī plauksta-rokas vibrāciju (šujmašīnas, adāmmašīnas, piegriešanas ierīces u. c.).

Visa ķermeņa vibrācijas līmenis šuvējas darba vietā ir neliels ( $0,08\text{--}0,11 \text{ m/s}^2$ ), bet rokas plauksta vibrācija svārstās robežās no  $0,3 \text{ m/s}^2$  līdz pat  $4,4 \text{ m/s}^2$ . Turot piegriešanas ierīces, tās rada izteiktu rokas un plauksta vibrāciju – līdz pat  $3,7 \text{ m/s}^2$ .



Veicot materiālu piegriešanu, nodarbinātie tiek pakļauti plauksta-rokas vibrācijas ietekmei

### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot līdzi iekārtu tehniskajam stāvoklim un tam, lai savlaicīgi tiktu veiktas to apkopes;
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes;
- lietot noteiktus individuālas aizsardzības līdzekļus (piemēram, vibrāciju samazinošus darba cimdus darbam ar piegriezējierīcēm) un piemērotus apavus (piemēram, austuvēs).

### Ķīmiskās vielas un putekļi

Tekstilizstrādājumu ražošanas nozarē ķīmiskās vielas un putekļi ir ikdienišķa parādība. Tie rodas no apstrādājamām izejvielām un materiāliem (piemēram, no vilnas, kokvilnas, sintētiskiem materiāliem, apdarē lietotām ķīmiskām vielām u. c.). Ķīmiskās vielas un putekļus var iedalīt divās lielās grupās:

- putekļi, kas rodas dažādu materiālu apstrādes rezultātā (gan augu un dzīvnieku valsts izcelsmes (kokvilna, lins u. c.), gan sintētiski);
- apdares procesos izmantotās ķīmiskās vielas (skābes, sārmī, krāsvielas u. c.).

Tomēr tekstilizstrādājumu ražošanas nozarē, ja tiek ievēroti tehnoloģiskie procesi un darba aizsardzības prasības, gan putekļu, gan ķīmisko vielu līmenis parasti nepārsniedz pieļaujamo koncentrāciju. Ķīmiskās vielas un putekļi var radīt ļoti daudzveidīgus un bīstamus veselības traucējumus – visbiežāk tie var būt saistīti ar plaušu bojājumiem (piemēram, var izraisīt elpošanas mazspēju) vai ietekmi uz nervu sistēmu (piemēram, var radīt atmiņas pasliktināšanos un uzmanības samazināšanos vai radīt dažādus nervu iekaisumus, kas rada kustību traucējumus, tirpšanu u. c.), aknām vai nierēm.

#### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- pareizi organizēt darbu (piemēram, nestāvēt blakus, kad tiek veikti griešanas darbi vai krāsošana) un ievērot noteiktos drošības pasākumus (piemēram, ventilācijas sistēmas ieslēgšana u. c.);



Iekārtu aprīkošana ar atsūces ventilāciju, lai samazinātu putekļu izplatību darba vides gaisā

- sekot lai iekārtām, kurās izmanto ķīmiskās vielas, būtu aizvērti vāki, noslēgta ķīmisko vielu padeves sistēma u. tml., lai ķīmiskās vielas nenokļūtu gaisā;
- nodrošināt ķīmisko vielu pareizu glabāšanu (tikai slēgtos, ķīmisko vielu glabāšanai piemērotos un marķētos traukos);
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes;
- lietot noteiktos un pareizi izvēlētos individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, elpošanas sistēmas aizsardzības līdzekļus (respiratorus) vai cimdus u. c.);
- neēst, nedzert un nesmēķēt darba vietās, kur strādā ar ķīmiskām vielām.

#### Ergonomiskie riska faktori

Ergonomiskie riska faktori ir vieni no visbūtiskākajiem riska faktoriem tekstilizstrādājumu ražošanas nozarē, jo tie sastopami, veicot gandrīz jebkuru darbu.

Viens no biežāk sastopamajiem ergonomiskajiem darba vides riska faktoriem tekstilizstrādājumu ražošanā ir **smagumu pārvietošana** – gan tieša (piemēram, nesot vai ceļot), gan ar dažādu palīgierīču palīdzību (ceļot ar kādu celšanas ierīci, pārvietojot ar ratiņiem). Smaguma pārvietošana bieži vien ir saistīta arī ar tā noturēšanu, piemēram, veicot tekstilmateriālu piegriešanu.

Otrs šajā nozarē biežāk sastopamais ergonomiskais risks ir saistīts ar atrašanos t. s. **piespiedu pozās**, ar to saprotot ķermeņa vai to daļu atrašanos ilgstoši nemainīgā stāvoklī. Visbiežāk tās ir saistītas ar ilgstošu stāvēšanu (piemēram, audējai, spolētājai, kārsējai) vai ar ilgstošu sēdēšanu (piemēram, šuvējai, adītājai un kvalitātes kontrolierei).

Tekstilizstrādājumu ražošanā daudzos darba procesos ir sastopamas arī **biežas un atkārtotas kustības** (piemēram, šūšana, piegriešana, aušana u. c.).



Ergonomiskie darba vides riska faktori var radīt dažādas veselības traucējumus gan mugurai, gan citām locītavām, kā arī saitēm un muskuļiem.



Veicot dažādu materiālu gludināšanu, darbs bieži saistīts ar noliekšanos un citām piespiedu pozām

### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot savas darba vietas ergonomiski optimālam iekārtojuma (piemēram, lai darba virsmas būtu piemērotā augstumā, lai būtu nodrošināti optimāli kustību maršruti, būtu pietiekams apgaismojums u. c.);
- nepieciešamības gadījumā lietot smagumu pārvietošanas palīglīdzekļus un prasīt darba devējam to nodrošinājumu;
- ievērot regulāras atpūtas pauzes un veikt atslodzes vingrinājumus;
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes.

### Nelaiemes gadījumu risks

Tekstilizstrādājumu ražošanas nozarei ir raksturīgi vairāku veidu tipiski nelaimes gadījumi. Visbiežāk nelaimes gadījumi notiek, lietojot dažādus rokas instrumentus, piemēram, nažus vai piegriešanas mašīnas, kā arī veicot šūšanas darbus. Tāpat nelaimes gadījumi var

notikt pārvietošanās laikā ražotnes telpās vai palīgtelpās (piemēram, pakļūpot, aizķeroties u. tml.). Augstu nelaimes gadījumu risku rada arī dažādu transportlīdzekļu kustība izejmateriālu un gatavās produkcijas pārvietošanas laikā.

### Piemēri Latvijā notikušiem nelaimes gadījumiem tekstilizstrādājumu ražošanas nozarē

Preses operators Jānis B. darba procesa laikā ieraudzīja, ka uz presēšanas iekārtas siksna ir palikuši linšķiedras atlikumi. Darbinieks, neapsturot presēšanas iekārtu, ar labo roku mēģināja tos noņemt. Tajā brīdī darbinieka cimdus iekārās presē, kura savainoja operatora rokas pirkstus.

Šuvēja Laine K. ar pincetes palīdzību šujmašīnai mainīja diegus. Darba procesa laikā pincete nejauši izkrita no darbinieces rokām. Paceļot to no grīdas, šuvēja netišām nospieda šujmašīnas pedāli. Par cik darbinieces labā roka atradās darba zonā, iekšis tika traumēts ar vienu no šujmašīnas detaļām – nazi.

Darbinieks Kārlis K. ar pacēlāja palīdzību uzstādīja augšējās diegu pamatnes spoles uz adīšanas mašīnas. Lai nostiprinātu spoļu veltņa stiprinājuma mezglu ar savilkšanas bultskrūvēm, darbinieks uzkāpa uz iekārtas pamatnes, lai ar atslēgu pievilktu bultskrūves. Pievilkšanas laikā viena no bultskrūvēm pārlūza un darbinieks zaudēja līdzsvaru, kā rezultātā nokrita un salauza vairākas ribas.

### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- pārlicināties, vai ir veiktas regulārās darba aprīkojuma pārbaudes, īpaši attiecībā uz tā drošības sistēmām (piemēram, pārlicināties, vai darbojas avārijas apturēšanas pogas un drošības slēdži, vai iekārtu drošības vāki ir stingri nostiprināti u.c.);
- veikt iekārtu regulēšanu un remonta tikai pēc to izslēgšanas un nobloķēšanas;
- nodrošināt pietiekamu apgaismojumu darba vietās, kur tā nepietiekamība var radīt risku (tīrīt gaismas ķermeņus, nomainīt izdegušās spuldzes);
- pārvietojoties ievērot uzmanību un pārvietoties tikai pa tam paredzētām vietām;
- veikt darba telpu regulāru tīrīšanu un nodrošināt kārtību.



Darbam ar dažādām iekārtām vai rokas instrumentiem (piegriešanas ierīcēm, nažiem) ir raksturīgs augsts nelaimes gadījumu risks

### Mikroklimats

Mikroklimata raksturlielumu (temperatūras, gaisa mitruma, gaisa plūsmas ātruma, siltuma starojuma u. c.) neatbilstība ieteicamajiem lielumiem var radīt diskomfortu darba vietās. Nepiemērots mikroklimats parasti nerada tiešus veselības traucējumus, bet parasti veicina citu slimību (piemēram, elpošanas ceļu slimību u. c.) attīstību.



Darba vides mikroklimatu ietekmē iekārtu specifika (piemēram, gludināšanas iekārtas u. c.)

### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot līdzi, lai tiktu lietotas (ieslēgtas) ventilācijas un gaisa kondicionēšanas sistēmas, kā arī lai tās tiktu periodiski tīrītas;
- samazināt caurvēja iespējamību (aizvērt durvis un vārtus, sekot iekārtoto gaisa “aizkaru” darbībai vārtos u. tml.);
- lietot veicamajam darbam un mikroklimatom atbilstošu apģērbu.

### Apgaismojums

Tekstilizstrādājumu ražošanas procesos pietiekams apgaismojums ir ļoti būtisks gan izstrādājumu ražošanas kvalitātes nodrošināšanai, gan redzes sasprindzinājuma novēršanai. Jāatceras, ka katram darba veidam ir nepieciešams atšķirīgs apgaismojuma līmenis – šajā nozarē tas svārstās no 300 lx spolēšanas un vērpsšanas darba vietā līdz 750 lx šuvējas un piegriezējas darba vietā. Praksē šis nozares darba vietās apgaismojums bieži neatbilst noteiktajām normām, pie tam jāatceras, ka kaitīgs var būt gan pārāk zems, gan pārāk augsts apgaismojuma līmenis. Neatbilstošs apgaismojuma līmenis var radīt paaugstinātu redzes sasprindzinājumu un nelaimes gadījumu risku. Bieži vien tas var veicināt arī mugurkaula bojājumus, jo, ja apgaismojums ir pārāk zems, nodarbinātie liecas tuvāk darba vietai, lai labāk saredzētu, tādējādi sākot nepareizi sēdēt.





Regulējams vietējais apgaismojums var nodrošināt pietiekamu apgaismojuma līmeni tieši darba vietās

### Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- lietot viegli pārvietojamu (pielāgojamo) papildu apgaismojumu;
- veikt gaismas ķermeņu regulāru tīrīšanu un spuldžu savlaicīgu nomaiņu;
- veikt vingrinājumus acu atpūtināšanai (piemēram, nepagriežot galvu, vērst skatienu pa labi, tad skatīties taisni uz priekšu, pēc tam, nepagriežot galvu, vērst skatienu pa kreisi, pēc tam – atkal skatīties taisni uz priekšu u.c.).

### 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 tāda ir), ja darba apstākļi rada vai var radīt draudus Tev vai apkārtējo cilvēku drošībai un veselībai;
- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ja darba veikšanai izmantojamais aprīkojums (iekārtas, mašīnas, darba rīki 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 risku faktoru iedarbības.

**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 nelaimes gadījuma darbā izmeklēšanu un reģistrēšanu Valsts darba inspekcijā 15 dienu laikā pēc nelaimes gadījuma. Cietušajam jāsaņem viens nelaimes gadījuma izmeklēšanas akta eksemplārs ar Valsts darba inspekcijas reģistrācijas numuru. Nelaimes 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 individuālās aizsardzības līdzekļi) var rasties arodslimības, kuru izcelsmē galvenā nozīme ir kādam no darba vides riska faktoriem.

Ja Tu jūti, ka tava veselība darba apstākļu iedarbības rezultātā 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 tās netiek laicīgi ārstētas, daudzas no tām izraisīs paliekošas sekas un, iespējams, pat invaliditāti.

### ***Atceries:***

**sociālās garantijas pēc nelaimes gadījuma darbā  
vai konstatētas arodslimības Tu varēsi saņemt  
tikai tad, ja strādā ar darba līgumu un ziņosi  
par nelaimes gadījumu darbā!**

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