

DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS ZVEJNIECĪBĀ



Latvijā jau simtiem gadu cilvēki nodarbojas ar zvejniecību, un tā ir viena no mūsu valsts tradicionālākajām tautsaimniecības nozarēm. Latvijā zvejas darbi notiek gan jūrā, gan saldūdeņos, un izmantotie kuģi (laivas) ir ļoti atšķirīgi. Lai gan pēdējo gadu laikā kopējais zvejniecībā iesaistītais nodarbināto skaits dažādu iemeslu dēļ pakāpeniski ir samazinājies, tā joprojām uzskatāma par Latvijai ļoti būtisku nozari.

Tomēr darbs zvejniecībā nav viegls, nodarbinātajiem ikdienu saistās ar daudziem darba vides riskiem – gan nelabvēlīgiem apkārtējas vides apstākļiem, gan augstu nelaimes gadījumu, tostarp noslīkšanas, risku, kā arī daudziem citiem darba vides riskiem, kas var būtiski apdraudēt strādājošo veselību.

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

KAS IR DARBS ZVEJNICĪBĀ?

Vienkāršības labad šajā materiālā ar terminu “*darbs zvejniecībā*” apzīmēsim visus tos daudzus darbus, kuri ir iekļauti ekonomiskās darbības klasifikatora A sadaļā “Lauksaimniecība, mežsaimniecība un zivsaimniecība”, atsevišķi izdalītā nozarē ar kopējo apzīmējumu “03 *Zivsaimniecība*”, un tā ietver gan zvejniecību, gan darbu ar dažādām akvakultūrām. Tajā ietilpst jebkuri darbi, kuri saistīti ar zvejniecības procesa nodrošināšanu, tātad gan, piemēram, zvejas tīklu izlikšanu un izvilkšanu, gan nozvejas nogādāšanu saldētavā, kā arī virkni citu darbu. Šajā materiālā pieminēsim galvenokārt tos darba veidus, kuri saistīti ar nozvejas nodrošināšanu komerciāliem nolūkiem, nepieminot darbu ar dažādām akvakultūrām.

Darot jebkuru darbu šajā nozarē, strādājošie var saskarties ar ļoti dažādiem darba vides riska faktoriem, kas var radīt risku veselībai un drošībai.

PIRMS SĀKT DARBU...

Pirms sākt 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 jau ir bojāts mugurkauls, tad darbs aukstumā, saistīts ar smagumu pārvietošanu apstākļos, kur ne vienmēr iespējams to veikt ergonomiski pareizi, Tavu veselības stāvokli var vēl vairāk pasliktināt).

Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev apmācība darba aizsardzības jautājumos – 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 (apmācībām, veselības pārbaudēm u. c.), Taviem pienākumiem un tiesībām, nodarbināto pārstāvniecību, kā arī rīcību ārkārtas situācijās.

Darba aizsardzības instrukstāžas laikā Tevi jāiepazīstina ar veicamo darbu, darba devēja apstiprinātām instrukcijām un darba aizsardzības prasībām atbilstoši konkrētam darbam 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 drošai konkrēto darbu veikšanai!

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

Ja kaut ko neesi sapratis – pajautā!

KĀDAS SEKAS VAR RASTIES, NEIEVĒROJOT DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS?

Zvejniecība ir viena no bīstamākajām profesijām gan Eiropā, gan pasaulē. Pēc Starptautiskās darba organizācijas datiem, šajā nozarē letāli nelaimes gadījumi notiek vidēji vismaz 40 reizes biežāk nekā citās nozarēs, arī kopējais nelaimes gadījumu skaits ir ievērojami augstāks – Eiropas Savienībā tas ir 2,4 reizes augstāks nekā vidēji visā Eiropas Savienības rūpniecības nozarē. Arī Latvijā šajā nozarē nodarbinātie bieži cieš nelaimes gadījumos darbā vai saskrims ar arodslimībām.

Starptautiskā darba organizācija min, ka zvejniecība ir uzskatāma par vienu no četriem bīstamākajiem arodiem pasaulē (līdzās būvniecībai, lauksaimniecībai un darbam raktuvēs). Strādājot nelabvēlīgā vidē, kur ir ilgstošs darbs maiņās vai bez pārtraukumiem, nodarbinātajiem ir arī augstāks arodslimību un vispārējo saslimšanu risks. Turklāt darba aizsardzības prasību neievērošana var radīt ekonomiskus zaudējumus.

Strādājot zvejniecības nozarē, visbiežāk nodarbināto veselība var tikt bojāta:

- **nelaimes gadījumu** rezultātā gūstot dažādus veselības traucējumus (traumas), piemēram, spēcīgos viļņos pakļūpot uz klāja u. tml.;
- dažādu darba vides risku rezultātā gūstot **akūtus vai hroniskus veselības traucējumus** (t. s. arodslimības), piemēram, apdegot saulē vai sastiepjot muguru u. tml.

Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un biežākajiem nelaimes gadījumiem, strādājot zvejniecībā, kuri var sabojāt Tavu veselību.

Latvijā vispārējās prasības drošai un veselīgai darba veikšanai uz zvejas kuģiem nosaka MK noteikumi Nr. 61 “Noteikumi par drošības un veselības aizsardzības prasībām darbā uz zvejas kuģiem” (pieņemti 04.02.2003.), tomēr šie noteikumi ir samērā vispārēji, tāpēc darba devējiem jāievēro arī daudz citu vispārējo darba aizsardzības prasību.

SVARĪGĀKIE NELAIMES GADĪJUMU RISKI ZVEJNICĪBĀ

Darbā uz jebkura izmēra jūras un saldūdens zvejas kuģiem var notikt ļoti dažādi nelaimes gadījumi – gan tāpēc, ka zvejas laivu un kuģu iekārtojums ir potenciāli bīstams (dažādi līmeņi, asas malas, izciļņi, slidenas – slapjas, zvīņainas u. tml. – virsmas u. c.), gan arī tāpēc, ka kuģu klājs atrodas nepārtrauktā un ne vienmēr paredzamā kustībā. Līdz ar to jebkurā brīdī pastāv kāds nelaimes gadījuma risks, tomēr neatkarīgi no kuģa tipa un izmēra ir atsevišķi tipiski nelaimes gadījumu iemesli.

Jāatceras, ka jānodala nelaimes gadījumi darbā (tie ir nelaimes gadījumi, kas notiek, veicot darba pienākumus) no tā saucamajiem nelaimes gadījumiem vai negadījumiem jūrā – tādi, piemēram, ir kuģu sadursme vai kuģa uzskriešana uz sēkļa.

Visbiežākie un bīstamākie nelaimes gadījumi darbā ir saistīti ar noslikšanas risku, iekrītot ūdenī – jūrā vai citās ūdens tilpnēs. Šādi negadījumi parasti notiek tīklu vai citu zvejas rīku izmešanas laikā, tie bieži ir saistīti arī ar nepareizu (vai neveiksmīgu) uzkāpšanu uz laivas vai kuģa malas, kā arī kāpšanu uz citu klāja līmeni, mastu vai vinču. Sekas šādai iekrišanai jūrā var būt ļoti smagas, jo gadījumos, ja krītot gūta kāda trauma (piemēram, galvas trauma, atsitoties

pret kuģa vai laivas malu) vai arī ir nelabvēlīgi laika apstākļi (vētra, zema ūdens temperatūra u. tml.) un tumsa, izredzes izglābt cietušo nav lielas.

Iekrišana jūrā var būt saistīta arī ar tīklu vai citu zvejas tīklu kustību pār klāju (piemēram, izceļot tīklu) un nodarbināto aizķeršanu un iemešanu jūrā. Tāpat iespējama kuģa vai laivas apgāšanas vai cita veida nelaimes gadījumi.

Visus šos nelaimes gadījumus bīstamākus dara piemērota drošības aprīkojuma trūkums, savukārt glābšanas vestes, glābšanas laivas, glābšanas riņķi, plosti un līdzīgas ierīces var izglābt cilvēka dzīvību, tāpēc tiem vienmēr jābūt pieejamiem.

Lielu bīstamību darbā uz zvejas kuģiem rada arī kritieni no mastiem, vinčām, komandtiltiņiem un tamlīdzīgām vietām. Jau minētā kuģa nestabilitāte un kustību neprognozējamība ir faktori, kas parasti veicina šādus nelaimes gadījumus.

Ja arī šādi kritieni nebeidzas ar iekrišanu jūrā, tie vienalga beidzas ar smagām sekām, jo nodarbinātie parasti nokrīt uz metāla klāja vai uz klāja esošām ierīcēm. Kritieni iespējami ne tikai no paugstinātām vietām, tikpat bīstama var būt iekrišana tilpnēs, nokrišana uz piestātnes vai kuģa kāpnēm (piemēram, kas ved uz kajītēm vai mašīntelpām). Pati bīstamākā ir iekrišana ūdenī starp kuģa malu un piestātņi.

Potenciāli bīstamas situācijas zvejniecībā ir arī:

- **vinču, pacelāju, virvju un citu celšanas mehānismu lietošana** – īpaši bīstama ir vaļēju vinčas spoļu lietošana virvju uztišanai, kā arī bojātu pacelšanas ierīču lietošana, kas var beigties ar pirkstu un roku ievilkšanu (spolē vai mehānismā) un noraušanu, pirkstu lūzumiem un sadragājumiem;
- **tīklu, traļu, murdu un cita zvejai paredzētā aprīkojuma izmantošana** (izmešana, izvilksana u. tml.) – īpaši bīstama ir nokļūšana, piemēram, starp nospriegotu tīklu vai trosi un kādu kuģa korpusa daļu;

- **slikta darba organizācija un nesaskaņota rīcību uz klāja** (piemēram, nepietiekami apmācīta personāla dēļ);
- **paslīdēšanas un pakļupšanas riski, īpaši uz mitras un sliedenas klāja virsmas** (piemēram, zivju zvīņu vai ledus dēļ), kā arī tādēļ, ka zvejas kuģu klāji parasti ir šauri, piekrauti un nelidzeni (iestrādātas skrūves, āķi, stiprinājumu vietas u. tml.), kas pastiprina šādu traumu seku smagumu;
- **nepietiekams apgaismojums un redzamība** darba zonās, kas veicina nelaimes gadījumu riskus.

Bez jau minētajiem nelaimes gadījumu riskiem jāmin arī sīkāku traumu – visbiežāk roku savainošanas – iespējas. Lai gan šādas traumas parasti nav smagas, tās ir ļoti plaši izplatītas. Visbiežāk tās saistītas ar nobrāzumiem (piemēram, saskaroties ar plīsušām tērauda trošu stieplēm), apdegumiem (no kustībā esošām virvēm un tauvām) un saduršanās (ar zivju spurām, āķiem, nažiem un citiem



Kuģu mašintelpas parasti ir ļoti šauras, tāpēc motoru apkalpošana rada augstu nelaimes gadījumu risku

zivju apstrādes instrumentiem). Arī šādi, reizēm pat ļoti sīki, ievainojumi var būt potenciāli bīstami, jo tiem var pievienoties infekcijas, kas apgrūtina brūču dzišanu un var izraisīt smagu saindēšanos.

Daudz nelaimes gadījumu notiek, veicot kuģa dzinēju vai vinčas / pacēlājus darbinošo motoru apkalpošanu, tie var būt saistīti ar dažādu sīku remonta darbu veikšanu, piemēram, var notikt apdedzināšanās. Arī kuģu motortelpas parasti ir ļoti šauras un izvietotas dažādos līmeņos, tāpēc traumas bieži saistītas ar aizķeršanos, pakļupšanu, kritieniem un atsišanos.

Vēl pie biežākajiem nelaimes gadījumu iemesliem jāmin arī elektriskās strāvas radītie riski. Ņemot vērā mitruma un slapjuma nepārtraukto klātbūtni, elektriskās instalācijas ļoti bieži bojājas, radot strāvas noplūdes un elektriskās strāvas trieciena risku – gan no mobila darba aprīkojuma, gan no stacionāriem strāvas avotiem. Uz vienkāršākiem kuģiem nav pārāk daudz elektrisko ierīču, tomēr arī tās var būt potenciāli bīstamas, turklāt daudziem kuģiem ir arī rezerves strāvas ģeneratori un akumulatori.

Vēl viena problēma, par kuru jāatceras, ir saistīta ar ugunsgrēku izcelšanos. Lai arī varētu šķist, ka darbā uz ūdens ugunsgrēki nav bīstami, prakse rāda, ka tie izceļas diezgan bieži un to sekas var būt smagas. Biežākie ugunsgrēka izcelsmes avoti ir darbībā esoši motori, elektriski iessavienojumi vai pārkaršanas izraisīta aizdegšanās, bet bīstamākās sekas rada spēcīgs sadūmojums tilpnēs un uz klāja, kā arī ugunsdzēsšanas aprīkojuma trūkums.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- kuģa klāja slidenuma samazināšana (piemēram, izmantojot speciālas krāsas vai iejaucot krāsā nedaudz smilšu, kā arī izmantojot speciālus neslīdošus pārklājumus), kā arī regulāra un periodiska klāja mazgāšana, lai noskalotu slidenās zivju atliekas;
- piemērotu darba apavu izvēle – ar neslīdošām zolēm un cieto purngalu;

- piekaru vai drošības virvju lietošana situācijās, kad pastāv bīstamība pārkrist pār kuģa malu vai ir nelabvēlīgi laika apstākļi;
- tilpņu noslēgšana ar vākiem vienmēr, kad tās netiek lietotas;
- tāda darbu plānošana, ka nodarbinātie pastāvīgi atrastos cits cita redzeslokā un lai būtu iespējams nekavējoties sniegt palīdzību;
- pārvietojamo virvju kāpņu nodrošināšana ūdenī iekritušo kolēģu izcelšanai;
- pietiekamu margu nodrošināšana mastiem, kāpnēm un līdzīgās vietās;
- savlaicīga trošu un virvju nomaiņa, pacelšanas iekārtu uzturēšana kārtībā;
- elektrisko instalāciju uzturēšana darba kārtībā un regulāru pārbaūžu veikšana;
- ugunsdrošības inventāra uzturēšana kārtībā un regulāru pārbaūžu veikšana;
- izmantoto rokas darbarīku uzturēšana kārtībā;
- nodarbināto apmācība ūdenī iekritušu kolēģu glābšanai un izcelšanai, ievērojot noteikums par kuģa kustības apturēšanu.

Vēl viens būtisks riska faktors, kas var pastiprināt nelaimes gadījumu seku smagumu, ir dublētu saziņas sistēmu pieejamība, lai nodrošinātu uzticamus sakarus ar krasta dienestiem. To trūkums var novest pie novēlotas pirmās palīdzības sniegšanas. Tāpat liela uzmanība jāpievērš tam, lai vienmēr būtu pieejama pilnībā nokomplektēta pirmās palīdzības aptieciņa un visi nodarbinātie būtu apmācīti pirmās palīdzības sniegšanā.

Jebkurā gadījumā – sekojiet līdzi, lai uz kuģa tiktu nodrošināts piemērots drošības aprīkojums (glābšanas vestes, riņķi, laivas, signāltraķetes u. tml.)! Ja tas netiek nodrošināts – prasiet to savam darba devējam!

CITI SVARĪGĀKIE DARBA VIDES RISKĀ FAKTORI

Troksnis un vibrācija

Troksņa līmenis uz zvejas kuģiem parasti nav pārāk augsts, izņemot kuģa motortelpu. Tomēr arī pārējos gadījumos, pat ja troksņa līmenis nepārsniedz pieļaujamās robežvērtības, troksņa ietekme var būt nelabvēlīga, jo tā ir gandrīz nepārtraukta – gan atrodoties kajītē atpūtas laikā, gan uz kuģa klāja, veicot dažādus darbus. Reizēm summārais troksņa līmenis var būt pietiekami augsts, lai izraisītu tā saucamo aroda vājdzirdību – dzirdes neatgriezenisku un neārstējamu pasliktināšanos abās ausīs (kurlumu). Visbīstamākais ir troksņa līmenis, kas augstāks par 87 dB(A) (decibelēm), tomēr jau troksņa līmenis virs 80 dB(A) var radīt izmaiņas dzirdē. Izmaiņas var izraisīt arī zemāks troksņa līmenis, ja tas ir ilgstošs. Troksņa līmenis ir atkarīgs gan no kuģa motora tehniskā stāvokļa un motortelpas izolācijas, gan arī no tā, cik tuvu tam ikdienā ir jāatrodas.

Troksni uz kuģa vienmēr pavada arī vibrācija, tomēr tās līmenis parasti nav tik augsts, lai atstātu paliekošas sekas. Taču jāatceras, ka ilgstoša visa ķermeņa vibrācijas iedarbība kombinācijā ar fiziski smagu darbu un nelabvēlīgiem laika apstākļiem (mitrumu, aukstumu) var ietekmēt veselības stāvokli (visbiežākās sekas ir saistītas ar mugurkaula slimībām). Strādājot uz kuģiem, nav iespējams izvairīties no visa ķermeņa vibrācijas, tomēr parasti iespējams to nedaudz samazināt (piemēram, izmantojot vibrāciju slāpējošus paklājus, stāvot iespējami tālu no dzinēja u. tml.).

Atcerieties, ka gadījumos, kad jāstrādā tiešā motora tuvumā, var būt nepieciešams lietot dzirdes aizsardzības līdzekļus. Var arī palūgt darba devējam uzstādīt klusinātājus uz motora izplūdes gāzu caurulēm vai ierīkot kāda cita veida troksņa aizsegus.

Ja troksņa līmenis ir augsts un ilgstošs, darba devējam jānodrošina regulāras obligātās veselības pārbaudes.

Ķīmiskās vielas

Arī uz zvejas kuģiem nodarbinātajiem var būt saskare ar dažādām ķīmiskām vielām, parasti ar tīrīšanai un dezinficēšanai lietotajiem līdzekļiem, kuri satur aktīvo hloru, kas ir spēcīgs kairinātājs un var izraisīt acu un ādas iekaisumus.

Būtisku risku veselībai var radīt arī:

- degvielas sadegšanas produkti jeb izplūdes gāzes (CO, CO₂, NO_x, SO₂, ogļūdeņraži, kvēpi, benzopirēns u. c.);
- degviela un eļļas (eļļas aerosoli) un smērvielas, kas uzsūcas arī caur nebojātu ādu.

Jāatceras, ka kuģu dzinējos bieži vien tiek izmantota sliktas kvalitātes degviela, jo kuģu dzinējiem nav noteiktas tādas izmešu normas kā parastām automašīnām.

Šīs ķīmiskās vielas var ļoti nelabvēlīgi ietekmēt nervu sistēmu un aknas, izraisot to bojājumus.

Vēl pie potenciāliem ķīmiskiem riskiem jāpieskaita saskare ar saldēšanas iekārtās esošajiem ķīmiskajiem aģentiem (tie ir toksiski nervu sistēmai un aknām), kā arī ar vielām, kuras izdalās, piemēram, bojājoties zivīm.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- darba aizsardzības prasību ievērošana, veicot darbus ar dezinfekcijas līdzekļiem (ievērojot to drošības datu lapās minētās prasības, piemēram, lietojot piemērotus, ķīmiski izturīgus cimdus un aizsargbrilles);
- saistībā ar izplūdes gāzēm svarīgākais ir iespēju robežās nodrošināt ventilāciju motortelpās vai izvēdināt tās pirms ilgstošu darbu veikšanas.

Ar ķīmisko vielu radīto risku saistīta arī uzturēšanās slēgtās telpās (piemēram, tilpnēs, motortelpās u. tml.) un iespējamie nosmakšanas (ja tajā nav pietiekama skābekļa koncentrācija) vai saindēšanās gadījumi (ja tās piepildītas ar, piemēram, izplūdes gāzēm,

saldēšanas iekārtās esošām vielām vai pūstošu zivju sadalīšanās produktiem). Jāatceras, ka iekļūšana šādās slēgtās tilpnēs atļauta tikai tad, ja tiek nodrošināta svaiga gaisa padeve un ja ir iespējas operatīvi glābt nodarbināto situācijās, kad tam kļūst slikti. Tāpat jālieto speciālas drošības sistēmas.

Noteikti aizliegts doties glābt citu nodarbināto, ja tas apdraud paša veselību un drošību. Šī noteikuma pārkāpšana var izraisīt smagus un pat letālus nelaimes gadījumus ar vairākiem cietušajiem.

ERGONOMISKIE RISKI

Darbs uz zvejas kuģiem vai laivām gandrīz vienmēr ir saistīts ar smagu fizisku darbu neērtās pozās vai ilgstošu atrašanos piespiedu stāvoklī. Pats būtiskākais no nozares ergonomiskajiem riskiem ir saistīts ar smagumu pārvietošanu – gan izvietojot tīklus, murdus un citus zvejas līdzekļus, gan arī tos izceļot, pārkraujot zivis (ja pārkraušana nav mehanizēta), izkraujot zivis piestātnē, pārvietojot kastes un citus piederumus. Turklāt smagumu pārvietošana bieži notiek, atrodoties ilgstošās piespiedu pozās (visbiežāk stāvus). Nepārtraukts muskuļu sasprindzinājums ir saistīts ar kuģa šūpošanos un ķermeņa noturēšanu stabilā stāvoklī. Pārvietojot smagumus un ilgstoši atrodoties piespiedu pozā, var rasties dažādi muguras, locītavu, kā arī saišu un muskuļu darbības traucējumi (muguras sāpes, stīvums, tirpšana, salšana u. tml.).

Šo risku mazināšanai gandrīz nav iespējami efektīvi preventīvie pasākumi, izņemot visu iespējamo palīgīdzekļu lietošanu, smagumu celšanai piemērotu kastu nodrošināšanu (piemēram, ar ērtiem rokturiem), kā arī nodarbināto apmācību par pareiziem darba paņēmieniem (kā pareizi celt smagus, kā iesildīties pirms smagāku priekšmetu vai kravu pārvietošanas u. tml.).

Apgaismojums

Neatbilstošs apgaismojums rada gan palielinātu redzes sasprindzinājumu, gan paaugstina nelaiemes gadījumu risku un veicina darbu nepiemērotās pozās. Nepietiekams apgaismojums ir bieža problēma uz zvejas kuģiem, un tā ievērojami palielina nelaiemes gadījumu risku.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- kuģu apgaismojuma modernizācija, izmantojot jaunās tehnoloģijas (piemēram, LED apgaismojumu);
- atsevišķos gadījumos – lokālā papildu apgaismojuma nodrošināšana kādas konkrētas zonas izgaismošanai (piemēram, prožektoru izvietošana). Tas palīdzēs novērst vai samazināt nelaiemes gadījumu skaitu – tikai jāatceras, ka šāds papildu apgaismojums ir vienmēr jāieslēdz!

Mikroklimats

Strādājot zvejniecības nozarē, ļoti būtiski ir mikroklimatu raksturojošie lielumi (temperatūra, gaisa mitrums, gaisa plūsmas ātrums, siltuma starojums u. c.). Zveja parasti notiek aukstumā, mitrumā un vējainos apstākļos. Šie vides apstākļi palielina arī savainojumu un veselības traucējumu risku. Darbs lietū, sniegā, vējā (īpaši mitrā apgērbā) var izraisīt saaukstēšanos, kā arī veicināt muguras sāpju attīstību. Tāpēc ļoti svarīga ir aizsardzība pret vēju un lietu.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- 1) sezonai piemērota un laikam atbilstoša apgērba lietošana;
- 2) iespējas nodrošināt apgērba izžāvēšanu (piemēram, speciālu veļas žāvētāju nodrošināšana);
- 3) pietiekams daudzums rezerves apgērba.

Atceries!

Ja darba devējs nenodrošina pienācīgu un atbilstošu apģērbu, Tev ir tiesības to prasīt, jo tas ir darba devēja pienākums!

Ultravioletais starojums

Ultravioletais starojums darbā uz zvejas kuģiem ir viens no būtiskākajiem riskiem, par kuriem nodarbinātie bieži neiedomājas. Darbā uz kuģiem ultravioletā starojuma iedarbību pastiprina tas, ka nodarbinātie ir pakļauti ne tikai tiešajiem saules stariem, bet arī no ūdens atstarotajam starojumam, turklāt nereti viņi gandrīz nepārtraukti atrodas saules staros uz klāja. Īpaši bīstami tas ir vasarā, kad saules radītā UV starojuma iedarbība ir visaugstākā. UV starojums var radīt dažādus ādas bojājumus, pat apdegumus un ādas vēzi (melanomu).

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- darbu plānošana tā (kad vien iespējams), lai tie nenotiktu dienas karstākajā laikā;
- pareiza darba apģērba lietošana (jālieto galvassegas, krekli ar garām piedurknēm, garās bikses, saulesbrilles ar aizsardzību pret UV starojumu);
- lietot saules aizsargkrēmus ar saules aizsardzības faktoru, ne mazāku par 30 (SPF 30), atkārtoti uzklājot tos ne retāk kā reizi divās stundās.

Psihoemocionālie riska faktori

Visbiežāk psihoemocionālie riska faktori zvejniecībā ir saistīti ar garām (un bieži neprognozējamām) darba stundām, laika trūkumu, darbu naktīs, paaugstināta noguruma apstākļos, bez brīvdienām, tālu no ģimenes un tuviem cilvēkiem. Šādās situācijās paaugstinātā stresa līmeņa dēļ bieži veidojas konflikta situācijas un nodarbinātie,

meklējot vieglāko izeju, var sākt lietot kādas stimulējošas vielas (piemēram, alkoholu vai medikamentus, lai paliktu nomodā) vai nomierinošus līdzekļus (lai noņemtu trauksmi), kas savukārt var novest pie smagiem nelaimes gadījumiem. Šos riskus var paaugstināt arī slikti sadzīves apstākļi, grūtības izgulēties un ilgstoša atrašanās kopā ar darba biedriem.

Pie svarīgākajiem preventīvajiem pasākumiem jāmin regulāra komunikācija starp darbiniekiem un darba devēju, kā arī atpūtas pārtraukumu ievērošana pat aktīvākajā darba laikā. Tāpat ieteicams atrast piemērotu veidu, kā izklaidēties un atpūsties (piemēram, lasīt, spēlēt galda spēles u. tml.).

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 darba veikšanai izmantojams aprīkojums (iekārtas u. c.) neatbilst darba aizsardzības vai to ražotāju noteiktajām prasībām, kā arī gadījumos, ja šis aprīkojums nav pārbaudīts;
- atteikties veikt darba uzdevumus, ja to izpilde neatbilst Tavai profesionālajai sagatavotībai;
- pieprasīt atbilstošus individuālās 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 darbā, **Tavs pienākums** ir, tikko iespējams, par to ziņot kuģa kapteinim un darba aizsardzības speciālistam, kā arī sniegt pirmo palīdzību un izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

Darba devēja pienākums ir izmeklēt nelaimes gadījumu darbā un reģistrēt to Valsts darba inspekcijā 30 dienu laikā pēc nelaimes gadījuma. Cietušajam jāsaņem viens akta eksemplārs no nelaimes gadījuma izmeklēšanas 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.

Tāpat kuģa īpašniekam vai kapteinim ir pienākums informēt “Latvijas Jūras administrācijas” Kuģošanas drošības inspekciju. Visi šādi gadījumi ir jāreģistrē arī kuģa žurnālā.

JA TAVA VESELĪBA IR PASLIKTINĀJUSIES

Atsevišķos gadījumos darba apstākļi var radīt veselības traucējumus vai pat var izraisīt arodslimību. Ja Tu 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.

Vienmēr 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 nelaimes gadījuma darbā
vai konstatētas arodslimības Tu varēsi saņemt
tikai tad, ja strādāsi 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 darbspēju zudumu.



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

Nr. 251-2015

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA ATTIECĪBU UN DARBA AIZSARDZĪBAS POLITIKAS 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, 2015.
Bezmaksas izdevums.