

Transports un uzglabāšana

(mācību palīgmateriāls)

Mācību palīgmateriāls ir vērsts uz nodarbināto drošības un veselības aizsardzības uzlabošanu un darba vides sakārtošanu atbilstoši darba aizsardzības un darba tiesību prasībām. Dotajā palīgmateriālā ir ietverta informācija par:

1. Nozarē notikušo nelaimes gadījumu darbā un arodslimību statistiskie dati;
2. Nelaimes gadījumi darbā un arodslimības, to galvenie cēloņi;
3. Praktiski piemēri par nozares uzņēmumos notikušo nelaimes gadījumu izmeklēšanas kārtību un specifiku;
4. Nozarē izmantotās tehnoloģijas, specifiskie darbi, t.sk. izmantojamās bīstamās iekārtas un darba aprīkojums, drošības prasības aprīkojumam;
5. Darba aizsardzības sistēmas organizācija nozares uzņēmumā;
6. Darba vides riski nozarē, to samazināšanas un novēršanas organizatoriskie un tehniskie pasākumi;
7. Darba vides risku novērtēšana nozarē. Darba aizsardzības pasākuma plāna izstrāde, darba vides laboratoriskie mērījumi nozarē un nepieciešamo darba vides faktoru laboratorisko mērījumu noteikšanas metodika;
8. Individuālie aizsardzības līdzekļi nozarē, to veidi un raksturlielumi, izvēle, lietošana, uzglabāšana un pārbaude;
9. Drošības zīmes un to lietošana;
10. Obligātās veselības pārbaudes un to organizēšanas kārtība, kaitīgo darba vides faktoru noteikšana;
11. Apmācības prasības nozarē;
12. Specifiskās ugunsdrošības prasības un praktiskie piemēri;
13. Rīcība ārkārtas situācijā un tās organizēšana nozarē.

Teorijas noslēgumā ir iespēja novērtēt darba aizsardzības situāciju un iespējamos riskus konkrētajā nozarē ar praktiskiem darba uzdevumiem un testiem, kā arī informatīvi plakāti saistošajā nozarē.





Specializēto darba aizsardzības apmācību programmu mācību metodiskais palīgmateriāls

RISKI UN TO NOVĒRŠANA



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA



Valsts darba inspekcija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANAS NOZARĒ PASTĀVOŠIE DARBA VIDES RISKI, TO NOVĒRŠANAS UN SAMAZINĀŠANAS PASĀKUMI





NOZARI REGULĒJOŠIE TIESĪBU AKTI

- 20.06.2001. likums “Darba aizsardzības likums”
- 20.06.2001. likums “Darba likums”
- 24.09.1998. likums “Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību”
- 19.06.2008. likums “Valsts darba inspekcijas likums”
- 10.08.2010. MK not. Nr. 749 “Apmācības kārtība darba aizsardzības jautājumos”
- 02.10.2007. MK not. Nr. 660 “Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība”
- 10.03.2009. MK not. Nr. 219 “Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude”
- 20.08.2002. MK not. Nr. 372 “Darba aizsardzības prasības lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus”
- 28.04.2009. MK not. Nr. 359 “Darba aizsardzības prasības darba vietās”
- 28.05.2002. MK not. Nr. 206 “Noteikumi par darbiem, kuros aizliegts nodarbināt pusaudžus, un izņēmumi, kad nodarbināšana šajos darbos atļauta saistībā ar pusaudža profesionālo apmācību”
- 15.05.2007. MK not. Nr. 325 “Darba aizsardzības prasības saskarē ar ķīmiskajām vielām darba vietās”
- 13.04.2004. MK not. Nr. 284 “Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret vibrācijas radīto risku darba vidē”
- 04.02.2003. MK not. Nr. 66 “Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret darba vides trokšņa radīto risku”
- 09.12.2002. MK not. Nr. 526 “Darba aizsardzības prasības, lietojot darba aprīkojumu”
- 06.08.2002. MK not. Nr. 344 “Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagus”
- 03.09.2002. MK not. Nr. 400 “Darba aizsardzības prasības drošības zīmju lietošanā”



NOZARI REGULĒJOŠIE TIESĪBU AKTI

- 06.11.2006. MK not. Nr. 908 "Arodslimību izmeklēšanas un uzskaites kārtība"
- 25.08.2009. MK not. Nr. 950 "Nelaimes gadījumu darbā izmeklēšanas un uzskaites kārtība"
- 14.08.2012. MK not. Nr. 557 "Noteikumi par apmācību pirmās palīdzības sniegšanā"
- 29.09.2008. MK not. Nr. 803 "Darba aizsardzības prasības, saskaroties ar kancerogēnām vielām darba vietās"
- 08.09.2008. MK not. Nr. 723 "Noteikumi par prasībām kompetentām institūcijām un kompetentiem speciālistiem darba aizsardzības jautājumos un kompetences novērtēšanas kārtību"
- 14.07.2008. MK not. Nr. 535 "Bīstamo iekārtu avāriju izmeklēšanas kārtība"
- 03.08.2010. MK not. Nr. 713 "Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptiecināšanas medicīnisko materiālu minimumu"
- 08.02.2005. MK not. Nr. 99 "Noteikumi par komercdarbības veidiem, kuros darba devējs iesaista kompetentu institūciju"
- 10.06.2003. MK not. Nr. 300 "Darba aizsardzības prasības darbā sprādzienbīstamā vidē"
- 17.09.2002. MK not. Nr. 427 "Uzticības personu ievēlēšanas un darbības kārtība"
- 21.05.2002. MK not. Nr. 189 "Darba aizsardzības prasības, saskaroties ar bioloģiskajām vielām"
- 06.08.2002. MK not. Nr. 343 "Darba aizsardzības prasības, strādājot ar displeju"
- 30.06.2009. MK Not. Nr.731 "Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret mākslīgā optiskā starojuma radīto risku darba vidē"
- 18.03.2014. MK Not. Nr.143 „Darba aizsardzības prasības, strādājot augstumā"
- 02.06.2015. MK 279 «Ceļu satiksmes noteikumi»
- 11.05.1999. MK not.Nr.166 «Noteikumi par gabalkravu izvietošanu un nostiprināšanu autopārvadājumos»
- 25.03.2008. MK not. Nr. 195 «Mašīnu drošības noteikumi»



DARBA VIDES RISKS

Darba vides risks – varbūtība, ka nodarbināto drošībai vai veselībai darba vidē var rasties kaitējums, un šā kaitējuma iespējamā smaguma pakāpe.

Darba vides risku novērtēšana ir process, kura ietvaros regulāri pārbauda darba vietas, nosaka tajās riska faktorus, izlemj, kādi riska faktori rada vai var radīt risku nodarbināto drošībai un veselībai, izvērtē riska iestāšanās varbūtību, tā iespējamo seku smaguma pakāpi un riska līmeni.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 20.06.2001. «Darba aizsardzības likums»



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



DARBA VIDES RISKU NOVĒRTĒŠANĀ VAR PIEDALĪTIES:

- Darba devējs
- **Darba aizsardzības vecākais speciālists**
- Darba devēja piesaistīts speciālists
- **Kompetenta institūcija**
- Uzticības persona/nodarbināto pārstāvis
- Nodarbinātais

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 02.10.2007. MK not. Nr. 660 "Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība"



DARBA VIDES RISKU NOVĒRTĒŠANAS PROCESS

1.

Darba aizsardzības sistēmas audits, kurā novērtē esošo sistēmu un nosaka faktorus, kuriem veicama novērtēšana, kā arī nosaka, kādi darba vides riska faktoru mērījumi jāveic. (Svarīgas riska novērtēšanas sastāvdaļa ir darba vietu apsekošana)

2.

Darba vides risku novērtēšana

3.

Darba vides risku mazināšana vai novēršana

4.

Darba vides risku pārraudzība/uzraudzība



DARBA VIDES RISKU NOVĒRTĒŠANA

Nem vērā:

- riska iestāšanās varbūtību un riska seku smaguma pakāpi
- esošo mijiedarbību starp nodarbinātajiem un viņu veicamo darbu uzņēmumā
- vai darba vietā uzturas arī citi cilvēki
- darbā notikušos nelaimes gadījumus un konstatētās arodslimības
- darba vietās, kurās ir nemainīgi darba apstākļi – specifiskos un ierastos darba apstākļus
- darba vietās, kurās ir mainīgi darba apstākļi – arī paredzētās darba apstākļu izmaiņas



PAPILDUS DARBA VIDES RISKU NOVĒRTĒŠANA

- Uzsākot citu darbības veidu
- Būtiskas pārmaiņas darba vidē
- Darba vides apstākļu pasliktināšanās
- Konstatēti veselības traucējumi
- Nelaiemes gadījums darbā



DARBA VIDES RISKĀ FAKTORU NOVĒRTĒŠANAS METODES

- Aptaujas anketas
- Pārrunas
- Nelaiemes gadījumu rašanās iespējamības un seku smaguma prognozes
- Kvantitatīvās novērtēšanas metodes
- Puskvantitatīvās novērtēšanas metodes
- Kvalitatīvās novērtēšanas metodes

Novērtējot katru no riska faktoriem, jāizvēlas tam piemērota un atbilstoša novērtēšanas metode.



GALVENIE NOZARĒ PASTĀVOŠIE RISKA FAKTORI UN TO NOVĒRŠANA

- Fizikālie faktori
- Ergonomiskie/fiziskie faktori
- Ķīmiskie faktori
- Putekļi
- Bioloģiskie faktori
- Psihosociālie faktori
- Mehāniskie/traumatisma faktori
- Elektrodrošība, ugunsdrošība un sprādzienbīstamība

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 02.10.2007. MK not. Nr. 660 «Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība» 1.pielikums



FIZIKĀLIE FAKTORI

! Riski

Troksnis

(piemēram, paaugstināts troksnis strādājot kravas automašīnu kabīnēs)

Visa ķermeņa vibrācija un rokas/plaukstu vibrācija

(piemēram, vadot transportlīdzekli (sēžot, turoties pie stūres), braucot pa grantētu ceļa segumu)



Novēršana/Samazināšana

- Aprīkojuma, iekārtu remonts, apkopes
- Dzirdes aizsardzības līdzekļi
- Durvju, logu aizvēršana, strādājot transportlīdzekļu kabīnēs
- Trokšņa sienu/vairogu uzstādīšana, absorbējošu materiālu izmantošanu sienām, griestiem un starpsienām
Brīvajā laikā izvairīties no trokšņa pastiprinātas vides (piem., skaļa mūzika)
- Vibrāciju slāpējoši cimdi, amortizējošu elementu izmantošana (vibrāciju slāpējošie paklāji (rokturi ar vibrāciju slāpējošu materiālu apdari), vibrāciju slāpējoši krēsli)
- Regulāras iekārtu un instrumentu apkopes un remonts
- Pareiza un droša aprīkojuma izvēle un lietošana
- Vingrojumu veikšana
- Atpūtas pauzes organizēšana bez vibrācijas ietekmes



FIZIKĀLIE FAKTORI

! Riski

Nepietiekošs apgaismojums (pārāk spilgts vai pārāk vājš apgaismojuma līmenis, apžilbināšana nakts stundās, nevienmērīgi sadalīts apgaismojums telpā)

Nepiemērots mikroklimats (piemēram, neatbilstoša gaisa temperatūra darba telpās, ārpus tām, caurvējš)

Ultravioletais starojums (saule, piem., veicot darbus ārpus telpām, atrodoties transportlīdzekļa kabīnē pie atvērta loga, nogādājot pastu)

✓ Novēršana/Samazināšana

- Apgaismojuma uzlabošana
- Mobilās un stacionārās apgaismes ierīces, korekts to izvietojums
- Atbilstoši izvietoti gaismas ķermeņi
Acs aizsardzības līdzekļi
- Piemērots apģērbs un apavi
- Šķidruma uzņemšana
- Gaisa ventilācijas iekārtu un kondicionēšanas iekārtu ierīkošana, apkopju veikšana
- Caurvēja samazināšanas pasākumi iekštelpās
- Pārdomāta darba organizācija, ietverot atpūtas pauzes
- Darba aizsardzības pasākumu ievērošana
- Izglītošana par UV starojuma kaitīgo ietekmi
- Paradumu maiņa (rokas neturēšana uz transportlīdzekļa kabīnes loga)
- Ķermeni nosedzošs apģērbs, galvas segas, saulesbrilles ar aizsardzību pret UV starojumu
- Ādas aizsardzības līdzekļi
- Darba laika organizācijas plānošana
- Drošības zīmes



ERGONOMISKIE/FIZISKIE FAKTORI



Riski

Smags darbs

(piemēram, smagumu celšana, pārvietošana, smagumu pārvietošana pa kāpnēm)

Piespiedu darba pozas

(piemēram, ilgstošs atrašanās sēdus, vadot transportlīdzekli, stāvus, noliecoties šķirojot, piegādājot pasta sūtījumus)

Darbs, kas saistīts ar lokālu muskuļu sasprindzinājumu un biežas atkārtotas roku kustības
(piemēram, slīpēšana un detaļu apstrāde ar rokām, virsbūves špaktelēšana)



Novēršana/Samazināšana

- Apmācība pareizā smagumu celšanā un pārvietošanā un apmācība pareizu darba metožu pielietošanā
- Tehnisko palīgīdzekļu pielietošana
- Laika menedžments (atpūtas pauzes)
- Regulāras atpūtas pauzes
- Ergonomisks darba vides iekārtojums – ērtai un pareizai sēdēšanas pozai, priekšmetu aizsniegšanai, novietošanai)
- Atslodzes vingrinājumu organizēšana
- Atbilstošu darba palīgīdzekļu un instrumentu nodrošināšana



ERGONOMISKIE/FIZISKIE FAKTORI



Riski

Neatbilstošs darba vietas iekārtojums
(piemēram, darba galda virsma nav
piemērotā augstumā šķirojot pasta
sūtījumus)

Redzes sasprindzinājums
(piemēram, braucot transportlīdzeklī,
piegādes dokumentu skatīšanās, pasta
sūtījumu apstrādē)



Novēršana/Samazināšana

- Ergonomisks darba vietas iekārtojums (optimāls priekšmetu aizsniegšanas attālums, atbilstošs darba virsmas augstums,
- Darba vietu iekārtošana un pielāgošana, ņemot vērā darbinieku antropometriskās īpašības (augums, darba zonas rādiuss)
- Pareiza apgaismojuma nodrošināšana
- Redzes aizsardzības līdzekļu pielietošana



KĪMISKIE FAKTORI



Riski

Dažādi šķīdinātāji (akrilāti, acetāti, ogļūdeņraži, esteri, ketoni, spirti u.c)

Metināšanas aerosoli

Krāsvielas un krāsošanas procesā iesaistītie maisījumi (izocianāti)

Dezinfekcijas līdzekļi

Sintētiskie mazgāšanas līdzekļi

Degviela, eļļas, eļļas aerosoli, smērvielas, auto ķīmijā

Degvielas sadegšanas produkti (izplūdes gāzes) ir kancerogēni



Novēršana /Samazināšana

- Pienācīga uzglabāšana un lietošana
- Bīstamo ķīmisko vielu aizstāšana ar mazāk bīstamām
- Lokālās, mobilās ventilācijas sistēmas
- Atbilstošo individuālo aizsardzības līdzekļu nodrošināšana un lietošanas uzraudzība
- Drošības datu lapu informācijas ievērošana
- IAL lietošana
- Organizatoriskie pasākumi (piem.,DDL nodrošināšana, iepazīstināšana ar tām, apmācība ķīmisko vielu un maisījumu atbilstošā lietošanā un glabāšanā, ķīmisko vielu marķēšana)
- Tehnoloģiskie pasākumi drošai ķīmisko vielu lietošanai (piem., atbilstošs darba aprīkojums)
- Nestāvēt darbojošos dzinēju tuvumā
- Iekšējās neizmantojot dīzeļdegvielas dzinējus, lietot lokālās ventilācijas sistēmas



ATKRITUMU APSAIMNIEKOŠANAS PRASĪBAS ĶĪMISKĀM VIELĀM

- Aizliegts jaukt ķīmiskos līdzekļus un to iepakojumus ar sadzīves atkritumiem
- Bīstamo ķīmisko vielu iepakojumi ir jāattīra, pirms izmest (ja to nav iespējams izdarīt, tad šie atkritumi jānogādā uz savākšanas punktu)
- Aizliegts izliet bīstamās ķīmiskās vielas sadzīves notekūdeņu kanalizācijā
- Ķīmiskās vielas drīkst utilizēt tikai saskaņā ar drošības datu lapas 13. iedaļu



KĪMISKO VIELU MARĶĒŠANAS UN UZGLABĀŠANAS PRASĪBAS

Saistošās regulas:

- Eiropas Parlamenta un Padomes Regula Nr. 1907/2006 - REACH (ķīmisko vielu reģistrācija, novērtēšana, atļauju sistēma un ierobežojumi) (pieņemta 18.12.2006.)
- Eiropas Parlamenta un Padomes Regula Nr. 1272/2008 – par vielu un maisījumu klasificēšanu, marķēšanu un iepakojšanu ar ko groza un atceļ Direktīvas 67/548/EEK un 1999/45/EK un groza Regulu (EK) Nr. 1907/2006 (CLP regula) (pieņemta 16.12.2008.)



KĪMISKO VIELU MARĶĒŠANAS UN UZGLABĀŠANAS PRASĪBAS

- Kīmisko vielu vai maisījumu ražotājam vai importētājam jānodrošina bīstamo kīmisko vielu vai maisījumu iepakojuma izturība un drošums;
- Kīmisko vielu vai maisījumu ražotājs, importētājs vai izplatītājs nodrošina, lai valstī tālākai izplatīšanai paredzētais bīstamo kīmisko vielu vai maisījumu iepakojums būtu marķēts latviešu valodā;
- Ražotāja, importētāja vai izplatītāja pienākums ir bīstamās kīmiskās vielas iepakojumu apzīmēt tās bīstamību raksturojošām zīmēm (piktogrammām) (*norādītas prezentācijā par drošības zīmēm*), papildinot tās ar tā saucamajām H (bīstamības apzīmējums) un P (drošības un drošas uzglabāšanas prasību apzīmējums) frāzēm.
- Kīmiskās vielas un maisījumus marķē un iepako saskaņā ar regulu 1272/2008



KĪMISKO VIELU MARĶĒŠANAS UN UZGLABĀŠANAS PRASĪBAS

- Iepakojot un uzglabājot ķīmiskās vielas un ķīmiskos produktus, ievēro šādus ķīmiskās savietojamības principus:
- Skābēm un bāzēm jābūt novietotām atsevišķi;
- Visiem ķīmiskiem produktiem, kuri satur spēcīgus oksidētājus, jābūt novietotiem atsevišķi no ķīmiskajiem produktiem, kuri satur viegli uzliesmojošas vielas;
- Ķīmiskās vielas, kuru reakcijās var veidoties toksiski savienojumi, jāuzglabā atsevišķi;
- Citi savietojamības principi.



PUTEKĻI



Riski

Organiskas izcelsmes putekļi

(piemēram, atkarīgs kāda veida materiāls tiek transportēts - koksnes, graudu putekļi)

Metālu un to sakausējumu putekļi

(piemēram, metinot, veicot remontdarbus)

Abrazīvie putekļi

(piemēram, veicot remontdarbus, metāla slīpēšanas, pulēšanas laikā - alumīnija oksīds, karborunds, smiltis un bora karbīds)

Oglekli un tā neorganiskos savienojumus saturoši putekļi, kaļķa, krīta putekļi

(piemēram, kvēpu putekļi no dīzeļdegvielas dūmiem)

Silīcija dioksīdu, silikātus saturoši putekļi

(piemēram, smiltis)



Novēršana/Samazināšana

- Saskaņot laiku ar putekļiem ierobežošanu
- Atbilstošo individuālo aizsardzības līdzekļu nodrošināšana un lietošanas uzraudzība
- Regulāra darba telpu uzkopšana
- Atbilstošas ventilācijas ierīkošana, uzturēšana
- Kolektīvie pasākumi putekļu riska samazināšanai un novēršanai (piemēram, lokālas atsūces ventilācijas ierīkošana, optimāla relatīvā gaisa mitruma uzturēšana)
- Laboratorisko mērījumu veikšana
- Pirmās palīdzības aptieciņas nodrošināšana
- Visu veidu putekļu identificēšana



BIOLOĢISKIE FAKTORI



Riski

Dzīvnieku pārnēsātās slimības

- Insektu pārnēsātās slimības (piegādājot, izkraujot kravu zaļajā zonā, garā zālē, mežā utml., piem., ērcu encefalīts, Laima boreliozes, lapseņu, bišu kodumi, suņu kodumi)

Asinis vai citi bioloģiskie šķidrumi
(piemēram, veicot pasažieru autobusu atkritumu, tualetes telpu tīrīšanu)



Novēršana/Samazināšana

- Personīgās higiēnas ievērošana
- Dezinfekcijas un uzkopšanas darbu veikšana
- Individuālie aizsardzības līdzekļi
- Informēšana par iespējamajiem bioloģiskajiem riskiem un veselības traucējumiem
- Vakcinācijas
- Saskaņā ar jebkuru dzīvnieku (kaķiem, suņiem u. c.) ievēro piesardzību
- Pretinsektu līdzekļi



PSIHOSOCIĀLIE FAKTORI



Riski

Monotons darbs, garas darba stundas, darbs nakts laikā, darbs agrās rīta stundās, brīvdienās, darbs tālu no mājām

Nemainīgs darba raksturs/apjoms

Nepietiekamas līdzdalības iespējas darba plānošanā (grafika sastādīšanā)

Saspīlētas attiecības (ar kolēģiem vai darba devēju, sazināšanās svešvalodās)

Saspringti darba termiņi (laika trūkums)

Paaugstināta atbildība (par kravu, pasažieriem, par iekļaušanos termiņos)

Paaugstināta bīstamība (CSN, uzbrukumu riski, vardarbības riski)



Novēršana/Samazināšana

- Savlaicīga darbu plānošana, maršrutu plānošana, iekļaujot atpūtas un miega pauzes
- Regulāras īslaicīgas pauzes
- Darbinieku iesaistīšana darba plānošanā
- Darba veida maiņa, rotācija
- Kolektīvi pasākumi, sapulces
- Problēmu izrunāšana
- Izglītošana par nogurumu cēloņiem un pazīmēm, rīcību ārkārtas situācijās



MEHĀNISKIE/TRAUMATISMA FAKTORI



Riski

Darba telpas, darba vietas apkārtne
(piemēram, vai tiek ievērota kārtība darba vietā, tiek norobežotas remontbedres)

Priekšmetu uzkrišana
(nepareizi nostiprināta krava, rokas instrumenti)

Iekārtas
(piemēram, veicot nelielus remontdarbus, urbjī, atslēgas – sasitumi, saspiedumi, nobrāzumi)

Rokas darbarīki
(piemēram, leņķa slīpmašīna, šķēres, atslēgas)



Novēršana/Samazināšana

- Brīdinājuma zīmes, norādes
- Instruēšana darba aizsardzībā
- Bīstamo faktoru novēršana
- Piemērota apģērba un apavu lietošana
- Instruēšana par pareizām darba metodēm
- Darba organizācija – tīrības un kārtības nodrošināšana
- Instruēšana saskaņā ar ražotāja norādījumiem
- Izmantošana saskaņā ar ražotāja norādījumiem
- Drošības aizsegi
- Apkopes, remonts
- Instruēšana saskaņā ar ražotāja norādījumiem (lietošanas instrukcijas)
- Drošības aizsegi
- Apkopes, remonts
- Izmantošana saskaņā ar ražotāja norādījumiem



MEHĀNISKIE/TRAUMATISMA FAKTORI



Riski

Pakrišana no augstuma

(pakāpjoties uz kāpnēm, kravas kastēm, plauktiem)

Paklupšana, pakrišana

(aizķeršanās aiz darba materiāliem, iekārtām, pārvietojoties pa nelīdzenu, slidenu virsmu, kāpjot no transportlīdzekļiem)

Apdedzināšanās, applaucēšanās

(pieskaroties karstām virsmām, nepareizi atverot dzesēšanas sistēmas vāku)



Novēršana/Samazināšana

- Instruēšana darba aizsardzībā
- Atbilstoša aprīkojuma izmantošana, piemēram, atbilstošu pakāpienu izmantošana, pareiza materiālu novietošana, atbilstošas kravnesības plauktu kravnesības nodrošināšana
- Pieturēšanās pie atbalsta rokturiem, visu pakāpienu izmantošana
- Aizsardzības līdzekļu lietošana
- Norādes, brīdinājuma zīmes
- Instruēšana par darba aizsardzības prasībām (novietojot materiālus, apzīmējot bīstamās vietas)
- Piemēroti apavi
- Kārtības uzturēšana, seguma apstrāde ar pretslīdes līdzekļiem ziemas periodā
- Pieturēšanās pie atbalsta rokturiem, visu pakāpienu izmantošana
- Norādes, brīdinājuma zīmes
- Instruēšana darbā ar atklātu liesmu, karstiem šķidrumiem un karstām virsmām
- Piemēroti individuālie aizsardzības līdzekļi
- Ugunsdzēsības aparātu nodrošināšana



MEHĀNISKIE/TRAUMATISMA FAKTORI



Riski

Iekšējais transports, satiksme
(iekrāvēja izmantošana kravas pārvietošanai, šauri pārvietošanas ceļi, ātruma pārsniegšana, slikta redzamība, palešu ratu lietošana)

Transportlīdzekļa vadīšana
(smagās tehnikas vadīšana, specifiskās, liegabarītu kravas pārvadāšana, CSN neievērošana, bīstamu manevru veikšana)

Darbs uz/pie ceļa braucamās daļas, blakus transportlīdzekļiem, tehnikai
(notriekšana, sabraukšana, saspiešana)



Novēršana/Samazināšana

- Norādes, brīdinājuma zīmes
- Instruēšana par darba aizsardzības prasībām pārvietojoties uz satiksmes ceļiem
- Signālapgārbis
- Satiksmes ceļu norobežošana, apzīmēšana
- Brīdinošo signālu ieslēgšana (skaņa, gaisma)
- Atbilstoša izglītība, izglītošana, t.sk., specifiskās transporta un kravas prasību pārziņāšana
- Laika plānojums un tā ievērošana
- CSN ievērošana
- Norādes, brīdinājuma zīmes, aizliegumi ('piem., nestrādāt zem transportieriem, zem birstošas kravas)
- Instruēšana par darba aizsardzības prasībām, atrodoties uz vai pie ceļa braucamās daļas
- IAL lietošana – signālapgārbis, apavi u.c
- Brīdinošo signālu ieslēgšana (skaņa, gaisma)
- Drošu attālumu ievērošana



ELEKTRODROŠĪBA, UGUNSDROŠĪBA UN SPRĀDZIENBĪSTAMĪBA



Riski

Elektriskās instalācijas, ierīču stāvoklis (elektroinstalācijas izolācijas pretestības mērījumu neveikšana, neatbilstošas klases/jaudas darba aprīkojums, bojātas ierīces, bojāti elektrovadi, atkailināti elektrovadi)

Neatbilstošas klases vai jaudas darba aprīkojuma lietošana



Novēršana/Samazināšana

- Regulāras pārbaudes, t.sk., vizuāla pārbaude pirms lietošanas
- Lietošana saskaņā ar ražotāja rekomendācijām
- Instruēšana elektrodrošībā
- Aizsardzības pasākumi pret tiešiem un netiešiem elektriskiem kontaktiem
- Individuālie aizsardzības līdzekļi
- Reglamentu strikta ievērošana
- Piemērotu, drošu un nebojātu elektrovadu un sadales iekārtu lietošana
- Piemērotu, drošu un nebojātu elektrovadu un sadales iekārtu lietošana
- Personāla apmācība elektrodrošības jautājumos



ELEKTRODROŠĪBA, UGUNSDROŠĪBA UN SPRĀDZIENBĪSTAMĪBA



Riski

**Sprāgstvielu/viegli
uzliesmojošu vielu krājumi**
(ķīmiskās vielas, degviela)

Sprādzienbīstamība
(putekļu uzkrāšanās uz nenoslēgtiem
gaismas ķermeņiem)

Ugunsnedroši materiāli
(eļļainu lupatu atrašanās blakus
metināšanas iekārtai)



Novēršana/Samazināšana

- Ķīmisko vielu drošības datu lapu prasību ievērošana
- Instruk tāža par darba aizsardzības prasībām darbā ar sprādzienbīstamām un uzliesmojošām vielām
- Ugundrošīnas instrutāža
- Regulāras pārbaudes
- Ugunsdzēsības aparātu nodrošināšana
- Individuālie aizsardzības līdzekļi
- Ventilācijas nodrošināšana
- Ventilācijas iekārtu esība
- Ventilācijas iekārtu tīrīšana
- Uzkopšana
- Izvairīšanās no dzirkstelēm un atklātas liesmas
- Instruēšana ugunsdrošībā
- Sprādziendroša darba aprīkojuma lietošana
- Instruēšana ugunsdrošībā
- Drošības zīmes
- Uzglabāšanas īpatnības



DARBA VIDES RISKA NOVĒRTĒŠANAS KRITĒRIJI



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



TROKSNIS

- **Līmenis** (cik liels ir troksnis – ekspozīcijas robežvērtība (87 dB(A))
- **Veids** (pastāvīgs vai īslaicīgs)
- **Ilgums** (cik ilgu laiku ir trokšņa iedarbība uz nodarbināto – robežvērtība (87 dB(A)) pie 8 stundām
- Trokšņa mērījumos izmantotās metodes un mēraparatūru pielāgo konkrētajiem apstākļiem, it īpaši mērāmā trokšņa raksturam, tā ekspozīcijas ilgumam un darba vides faktoriem.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 04.02.2003. MK not. Nr. 66 “Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret darba vides trokšņa radīto risku”



TROKSNIS

- Lai noteiktu trokšņa līmeni un novērtētu risku, ir jāveic trokšņa līmeņa mērījumi
- Ja tie uzrāda trokšņa līmeni, kas ir tuvu paaugstinātam, vai mērījumu rezultāti ir mainīgi un neskaidri, lai noteiktu precīzu trokšņa līmeni, nepieciešams piesaistīt akreditētu laboratoriju. (Trokšņa līmenis, kuram nedrīkst tikt pakļauta nodarbināto dzirde, ir 87 dB(A) un augstāks, bet trokšņa līmenis, no kura jābūt pieejamiem dzirdes aizsardzības līdzekļiem un nodarbinātajiem jāveic obligātās veselības pārbaudes, ir 80 dB(A), savukārt no trokšņa līmeņa 85 dB(A) dzirdes aizsardzības līdzekļi jālieto obligāti.)

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 04.02.2003. MK not. Nr. 66 “Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret darba vides trokšņa radīto risku”



TROKSNIS

Piemērs:

Uzņēmums, kurš nodarbojās ar dažādu sūtījumu savākšanu, šķirošanu, pārvadāšanu un piegādi, darbu organizē lielā ēkā, kurā vienkopus tiek veiktas galvenās papilddarbības pakalpojumu nodrošināšanai.

Nodarbinātais, kurš strādā ar sūtījumu šķirošanu sūdzas, ka, strādājot tik lielā darba telpā, ir grūtības koncentrēties, ātri nogurst un kā arī izjūt džinkstoņu ausīs.

Darba devējs, lai pārliecinātos par trokšņa līmeņa atbilstību, veica mērījumus pie nodarbinātā darba zonas un konstatēja, ka ikdienas darbu veikšanas laikā tiek radīts paaugstināts troksnis – 82 dB (augstākais pieļaujamais trokšņa līmenis, kas neprasa veikt pasākumus ir 80 dB). Ņemot vērā esošo situāciju darba devējs nolēma ierīkot visās darba vietās, kur tiek veikti līdzīga rakstura darba uzdevumi trokšņu mazinošas starpsienas, izsniedza nodarbinātājiem dzirdes aizsardzības līdzekļus (ausu ieliktnus, kas samazina troksni par 20 dB). Pēc iepriekšminēto pasākumu realizēšanas darba devējs atkārtoti veica trokšņa mērījumus, rezultāti parādīja, ka nodarbinātā darba vietā trokšņa līmenis ir mazinājies par 6 dB. Kā papildus darba aizsardzības pasākums tika noorganizēta apmācība par iespējamo trokšņa ietekmi uz veselību un pareizu individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu un precizēja darba aizsardzības instrukciju, nosakot pārtraukumu līdz 20 minūtēm ik pēc 2 stundu darba veikšanas.



VIBRĀCIJA

- **Vibrācijas frekvences spektrs** – (iedarbojas uz plaukstām un rokām vai visu ķermeni)
- **Iedarbības ilgums** – 8 stundas
- **Stiprums/intensitāte** – robežvērtība: plaukstas un rokas 5m/s^2 , viss ķermenis $1,15\text{m/s}^2$

Lai noteiktu vibrācijas radīto risku nodarbinātā veselībai, darba devējam ir jāveic vibrācijas līmeņa mērījumus!

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 13.04.2004. MK not. Nr. 284 "Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret vibrācijas radīto risku darba vidē"



VIBRĀCIJA

Piemērs:

Nodarbinātais sūdzas par sāpēm muguras jostas daļā ikru muskuļos, kā arī tirpšanas sajūtu, strādājot 1990.gada krāvas automašīnu Mercedes-benz. Tā kā pastāv varbūtība, ka transportlīdzekļa vadīšana rada pastiprinātu vibrāciju uz nodarbinātā ķermeni, tika veikti mērījumi. Rezultāti parādīja: visa ķermeņa vibrācija ir no $1,13 - 2,6 \text{ m/s}^2$ (vid.1,36) (pieļaujamais visa ķermeņa vibrācijas ekspozīcijas ilgums, pārsniedzot standartizēto astoņu stundu atskaites perioda dienas ekspozīcijas robežvērtību $1,15 \text{ m/s}^2$).

Darba devējs savu finanšu iespēju robežās nolēma nomainīt transportlīdzekļa krēslu, iegādājoties vibrāciju slāpējošu krēslu un nodarbināto, kurš pakļauts visa ķermeņa vibrācijai, nosūtīja uz obligātajām veselības pārbaudēm. Veicot atkārtotus mērījumus – rezultāti uzrādīja, ka vibrācijas ietekme uz ķermeni ir mazinājusies, vidēji uzrādot $1,12 \text{ m/s}^2$ ekspozīcijas robežvērtību.

Kā papildus darba aizsardzības pasākumus darba devējs nolēma noorganizēt praktiskas apmācības fizioterapeita vadībā vingrojumu kompleksu apguvei, lai mazinātu vibrāciju un piespiedu darba pozas radītās sekas.



ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI

- Darba devējs nosaka darba vietas un darba procesus, kuros ķīmiskās vielas un maisījumi rada vai var radīt risku nodarbināto drošībai un veselībai, un novērtē to risku
- Lai noteiktu ķīmisko vielu koncentrāciju un novērtētu risku, ir jāveic ķīmisko vielu mērījumi

Plānojot ķīmisko vielu mērījumus un izvēloties iespējamās mērījuma vietas:

- jāanalizē procesi un jāņem vērā drošības datu lapās (DDL) sniegtā informācija
- jāpievērš uzmanība darbinieku sūdzībām, kas var norādīt uz to, kur varētu būt augstākā ķīmisko vielu koncentrācija

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 15.05.2007. MK not. Nr. 325 "Darba aizsardzības prasības saskarē ar ķīmiskajām vielām darba vietās"



NEPIECIEŠAMO ĶĪMISKO VIELU MĒRĪJUMU VEIKŠANAS IZVĒLE

- Darba procesā izmantojamo **bīstamo ķīmisko vielu apzināšana**
↓
- Bīstamo ķīmisko vielu **sastāva izpēte**, atbilstoši drošības datu lapās norādītajai informācijai
↓
- **Laboratorisko mērījumu veikšana** atbilstoši sastāvā un 15.05.2007. MK not. Nr. 325 "Darba aizsardzības prasības saskarē ar ķīmiskajām vielām darba vietās" norādītajām bīstamajām ķīmiskajām vielām



ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI

Ķīmisko vielu atbilstību normatīviem izvērtē pēc noteiktām aroda ekspozīcijas robežvērtībām (AER).

Ķīmiskās vielas koncentrācijas mērījumu periodiskumu nosaka atbilstoši ķīmiskās vielas ekspozīcijas indeksam, ko iegūst, dalot noteikto ķīmiskās vielas koncentrāciju darba vides gaisā ar AER:

$$EI = C / AER, \text{ kur}$$

EI – ķīmiskās vielas ekspozīcijas indekss;

C – ķīmiskās vielas koncentrācija (aroda ekspozīcijas koncentrācija) darba vides gaisā

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 15.05.2007. MK not. Nr. 325 "Darba aizsardzības prasības saskarē ar ķīmiskajām vielām darba vietās"



ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI

Piemērs:

Autobusa šoferis pirms došanās reisā vēlējās pārliecināties par autobusa tehnisko stāvokli, t.sk., par logu šķidrumu, dzesēšanas šķidrumu un eļļas līmeni. Konstatējot, ka ir nepietiekams dzesēšanas šķidrums, nolēma to pievienot. Dzesēšanas šķidrumam bija uzskrūvēts papildus uzgalis, lai samazinātu šķidruma noliešanu, tomēr tas atlicās un esošais šķidrums iešļakstījās šoferim acīs.

Darba devējs visus autobusa parka šoferus bija nodrošinājis ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem aizsardzībai pret ķīmiskām vielām – cimdiem, brillēm, bet ne vienmēr šoferi tos izmantoja.

Tāpēc darba devējs veica atkārtotu apmācību un instruktāžu darba aizsardzībā un par individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanas nepieciešamību.



PUTEKĻI

Lai noteiktu putekļu koncentrāciju un novērtētu risku, ir jāveic putekļu koncentrācijas mērījumi

- Ieelpošanas risks
- Blīvums gaisā
- Daļiņu izmērs
- Sastāvs
- Ventilācijas esība, darbība
- Alerģiskās īpašības

Putekļu atbilstību normatīviem izvērtē pēc noteiktām aroda ekspozīcijas robežvērtībām (AER). Atbilstības izvērtējumu var izdarīt arī pēc vielu ekspozīcijas indeksa (EI), kas rāda vielas izmērītās koncentrācijas attiecību pret AER.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 15.05.2007. MK not. Nr. 325 "Darba aizsardzības prasības saskarē ar ķīmiskajām vielām darba vietās"



PUTEKĻI

Piemērs:

Sūtījuma šķirošanas darbinieks sūdzības, ka veikto darbu laikā, sākas stiprs klepus. Veicot darba aktivitātes tiek izmantoti cimdi. Lai noteiktu putekļu koncentrāciju darba vides gaisā tika veikti laboratoriskie mērījumi. Papīra putekļu koncentrācija darba vides gaisā (C) – $4,8 \text{ mg/m}^3$ (aroda ekspozīcijas robežvērtība (AER) – 2 mg/m^3), ekspozīcijas indekss (EI) = $C/AER = 2,4$.

Pēc veiktajiem mērījumiem darba devējs:

- sūtījumu šķirošanas darba zonā uzstādīja atbilstošas ventilācijas iekārtas;
- izsniedza nodarbinātajam individuālos aizsardzības līdzekļus – respiratorus un instruēja par tā izmantošanas nepieciešamībā
- nosūtīja nodarbinātos uz obligātajām veselības pārbaudēm.

Pēc veiktajiem pasākumiem, veica atkārtotus mērījumus, kuri uzrādīja papīra putekļu koncentrācija darba vides gaisā (C) – $3,1 \text{ mg/m}^3$ (aroda ekspozīcijas robežvērtība (AER) – 2 mg/m^3), ekspozīcijas indekss (EI) = $C/AER = 1,55$.



APGAISMOJUMS

Lai noteiktu apgaismojuma līmeni un novērtētu risku, ir jāveic apgaismojuma līmeņa mērījumi

Katrai darba vietai nepieciešams noteikts apgaismojums, kas ir atkarīgs no:

- veicamā darba (saskatāmo objektu lieluma un formas, krāsas, veicamā darba precizitātes, darba virsmas krāsas, spilgtuma, no kontrasta starp saskatāmajiem priekšmetiem un fonu u. c.)
- attāluma no nodarbinātā acīm līdz saskatāmajam objektam
- nodarbinātā individuālajām īpatnībām (piemēram, vecuma, redzes asuma un acs piemērošanās spējām u.c.)

Svarīgākais novērtēšanas kritērijs:

Nepieciešamais apgaismojuma līmenis atkarībā no darba vietas un darba veida pēc 28.04.2009. MK not. Nr 359 "Darba aizsardzības prasības darba vietās" 2. un 3. pielikuma



APGAISMOJUMS

Piemērs:

Kravas automašīnas šoferis braucot atpakaļgaitā ar nolaistu kravas nodalījuma hidraulisko pacelāja platformu nepamanīja rampu, jo bija slikts apgaismojums un nebija nodrošināts avārijas apgaismojums. Veicot apgaismojuma mērījumus tie uzrādīja 100 lx. Pēc normatīvajiem aktiem, apgaismojumam pie iekraušanas un izkraušanas rampām ir jābūt ne mazākam par 150 lx. Pēc mērījumu veikšanas darba devējam bija jāveic pasākumi apgaismojuma uzlabošanai un tika uzstādītas papildus apgaismes ierīces. Veicot atkārtotus apgaismojuma mērījumus, rezultāti uzrādīja, ka apgaismojums atbilst normatīvo aktu prasībām.



MIKROKLIMATS

Galvenie rādītāji:

- Temperatūra
- Gaisa plūsmas ātrums
- Gaisa relatīvais mitrums

Lai noteiktu, vai mikroklimats darba vidē ir piemērots veicamajam darbam, nepieciešams veikt darba vides laboratoriskos mērījumus un salīdzināt tos ar normatīviem lielumiem no 28.04.2009. MK not. Nr. 359 "Darba aizsardzības prasības darba vietās" 1. pielikuma.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 28.04.2009. MK not. Nr. 359 "Darba aizsardzības prasības darba vietās"



MIKROKLIMATS

Piemērs:

Laika periodā, kad vidējā gaisa temperatūra ārpus darba telpām ir vairāk par + 10 °C, nodarbinātais strādā noliktavas šķirošanas un pakošanas zonā, kur pastāvīgi pārvieto smagumus no 5 kg līdz 10 kg. Veicot mērījumus, tika konstatēts, ka gaisa temperatūra noliktavā ir + 29C° un gaisa kustības ātrums 0,2 m/s. Pēc normatīviem, pieļaujamā gaisa temperatūras robeža ir 16,0–27,0 C° un gaisa kustības ātruma 0,1–0,4 m/s.

Pēc veiktajiem mērījumiem, darba devējs temperatūras pazemināšanai uzstādīja kondicionieri un papildus nodarbinātājam izsniedza ar termoapģērbu.

Veicot atkārtotus mērījumus gaisa temperatūra noliktavā bija +25C°.



DARBA AIZSARDZĪBAS SISTĒMAS ORGANIZĀCIJA UZNĒMUMĀ

Darba aizsardzības speciālista darbs ir saistīts ar:

- dokumentu sakārtošanu
- darbinieku un darba vietu uzraudzību - regulāru apsekošanu
- drošības pārbaužu veikšanu
- darbinieku instruēšanu un apmācību
- riska novērtēšanu
- aizsardzības pasākumu noteikšanu un organizēšanu
- individuālo aizsardzības līdzekļu izvēli
- citu pienākumu veikšanu



PRASĪBAS DARBA AIZSARDZĪBAS SPECIĀLISTAM

Uzņēmuma veids

**Bīstamās nozares
uzņēmums, ja tajā
nav vairāk par 5
nodarbinātajiem:**

Varianti organizatoriskās struktūras izveidei

- Darba aizsardzības speciālists ar pamatlīmeņa apmācību darba aizsardzībā (Ieteicams apgūt arī specializēto zināšanu izglītības programmu saistībā ar attiecīgo komercdarbības veidu 40 stundu apmērā.)
- Darba aizsardzības speciālists ar 1. vai 2.līmeņa augstāko izglītību darba aizsardzībā
- Kompetentais speciālists
- Kompetentā institūcija



PRASĪBAS DARBA AIZSARDZĪBAS SPECIĀLISTAM

Uzņēmuma veids

**Bīstamās nozares
uzņēmums ar 6-10
nodarbinātajiem:**

Varianti organizatoriskās struktūras izveidei

- Darba aizsardzības speciālists ar pamatlīmeņa apmācību darba aizsardzībā (Ieteicams apgūt arī specializēto zināšanu izglītības programmu saistībā ar attiecīgo komercdarbības veidu 40 stundu apmērā.)
- Darba aizsardzības speciālists ar pamatlīmeņa apmācību darba aizsardzībā, kas ieguvis augstāko izglītību dabaszinātnēs, inženierzinātnēs, veselības aizsardzības jomā vai tiesību zinātnēs un kuram ir vismaz piecu gadu darba pieredze attiecīgajā profesijā vai darba aizsardzībā
- Darba aizsardzības speciālists ar 1.līmeņa augstāko izglītību darba aizsardzībā
- Darba aizsardzības speciālists ar 2.līmeņa augstāko izglītību darba aizsardzībā
- Kompetentā institūcija



PRASĪBAS DARBA AIZSARDZĪBAS SPECIĀLISTAM

Uzņēmuma veids

Varianti organizatoriskās struktūras izveidei

**Bīstamās nozares
uzņēmums ar 11 vai
vairāk
nodarbinātajiem:**

- Darba aizsardzības speciālists ar 1. vai 2.līmeņa augstāko izglītību darba aizsardzībā
- Kompetentā institūcija





DARBA AIZSARDZĪBAS ĀRPAKALPOJUMU PIESAISTE

Bīstamos komercdarbības veidos uzņēmumiem ir obligāti jāpiesaista kompetentas institūcijas pakalpojumi (ja vien uzņēmumā nav nodarbināts savs speciālists ar atbilstošu izglītību darba aizsardzībā), savukārt kompetenta speciālista piesaistīšana visos gadījumos ir brīva darba devēja izvēle.

Reglamentē:

- 08.09.2008. MK not. Nr. 723 "Noteikumi par prasībām kompetentām institūcijām un kompetentiem speciālistiem darba aizsardzības jautājumos un kompetences novērtēšanas kārtību"
- 08.02.2005. MK not. Nr. 99 "Noteikumi par komercdarbības veidiem, kuros darba devējs iesaista kompetentu institūciju"



NEPIECIEŠAMIE DOKUMENTI DARBA AIZSARDZĪBĀ

Darba aizsardzības speciālistam jā sagatavo:

- Darba vides riska novērtējuma dokumentācija
- Darba aizsardzības pasākumu plans
- Saraksts ar nepieciešamajiem laboratoriskiem mērījumiem
- Darbinieku saraksts, kuru veselības stāvokli ietekmē vai var ietekmēt veselībai kaitīgie darba vides faktori
- Darbinieku saraksts, kuri ir nodarbināti darbā īpašos apstākļos
- Darba vides riski, kuru novēršanai lietojami individuālie aizsardzības līdzekļi
- Reģistrācijas dokuments darba aizsardzības ievadapmācība
- Reģistrācijas dokuments darba aizsardzības instruktāžām darba vietā
- Darba aizsardzības instrukcijas
- Obligātās veselības pārbaudes kartes
- Darba vietu un darba procesu saraksts, kuros ķīmiskās vielas un maisījumi rada vai var radīt risku nodarbināto drošībai un veselībai
- Arodinficēšanās riskam pakļauto darbinieku saraksts



NEPIECIEŠAMIE DOKUMENTI DARBA AIZSARDZĪBĀ

Darba aizsardzības speciālistam jā sagatavo:

- Bioloģisko aģentu iedarbībai pakļauto nodarbināto saraksts (ja darbs saistīts ar 3.un 4. grupas bioloģiskajiem aģentiem)
- Nodarbināto saraksts, kuriem ir saskare ar kancerogēniem
- Ķīmisko vielu/ maisījumu datu bāze
- Darba aprīkojuma saraksts, kas var radīt palielinātu risku nodarbināto drošībai un veselībai (piemēram, bīstamās iekārtas)
- Darbu saraksts, kuru izpildei jānoformē norīkojums
- Nelaiemes gadījumu darbā uzskaites žurnāls
- Rīkojums par atbildīgo par elektrodrošību (tehnisko vadītāju) un personu, kas viņu aizvieto
- Rīkojums par atbildīgo par bīstamajām iekārtām
- Rīkojums par atbildīgo speciālistu par darba aprīkojumu
- Rīkojums par pirmās palīdzības aptieciņu skaitu darba vietās
- Rīkojums par pirmās palīdzības sniegšanā apmācāmo nodarbināto skaitu



DARBA AIZSARDZĪBAS INSTRUKCIJAS

Instrukciju izstrādē jāpiedalās gan darba aizsardzības speciālistam, gan tiešajam darba vadītājam.

Instrukcijas izstrādes laikā:

- jāizanalizē attiecīgās darba vietas vai darba veida riska faktoru avoti
- jānosaka riska faktora darbības zonas un darba aizsardzības prasības zonas robežas
- jāizanalizē iespējamās bīstamās situācijas darba laikā
- jāizanalizē riska novēršanas pasākumi un jānosaka atbilstošie kolektīvie un individuālie aizsardzības līdzekļi



DARBA AIZSARDZĪBAS PASĀKUMU PLĀNA PARAUGS

- Darba aizsardzības pasākumu plāns ir viena no darba vides iekšējās uzraudzības sastāvdaļām, kurā nosaka darba aizsardzības pasākumus, to īstenošanas termiņus un atbildīgās personas par izpildi
- Darba aizsardzības plānu izstrādā, lai visus darbiniekus nodrošinātu ar nepieciešamo darba aizsardzības informāciju

Nr.	Darba telpa vai darba vieta/darbs	Darba aizsardzības pasākumi riska novēršanai vai samazināšanai	Pasākuma izpildes termiņš	Atbildīgais par izpildi	Atzīme par izpildi
Darba aizsardzība					
1					
2					
3					



Specializēto darba aizsardzības apmācību programmu mācību metodiskais palīgmateriāls

ARODSLIMĪBAS, NELAIMES GADĪJUMI UN TO NOVĒRŠANA



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA



Valsts darba inspekcija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANAS NOZARĒ PASTĀVOŠIE TIPISKĀKIE NELAIMES GADĪJUMI, ARODSLIMĪBAS, IZMANTOTĀS TEHNOLOĢIJAS UN DARBA APRĪKOJUMS



NELAIMES GADĪJUMS, ARODSLIMĪBA

Nelaimes gadījums darbā ir darbinieka veselībai nodarītais kaitējums vai viņa nāve, ja tā cēlonis ir vienas darbadienas (maiņas) laikā noticis ārkārtējs notikums. Tas varētu būt radies, pildot darba pienākumus, kā arī glābjot jebkuru personu vai īpašumu un novērstu tiem draudošās briesmas.

Arodslimība ir atsevišķām darbinieku kategorijām raksturīgas slimība, kuru vienīgais vai galvenais cēlonis ir darba vietas fizikālie, ķīmiskie, bioloģiskie, psiholoģiskie un citi faktori.



TIPISKĀKIE NELAIMES GADĪJUMI

Saskaņā ar statistiku, tipiskākie nelaimes gadījumi valstī kopumā ir:

- 1) Horizontāla vai vertikāla sadursme ar stacionāru objektu (cilvēks kustībā) – uzskriešana, uzgrūšanās (piemēram, kritiens no augstuma)
- 2) Kustībā esošu priekšmetu iedarbība – uzbraukšana (piemēram, transportlīdzekļa uzbraukšana darbiniekam)
- 3) Saskarsme ar asu, smailu, raupju, nelīdzenu virsmu – saduršanās, iegriešana (piemēram, iegriežot rokā ar nazi)



TIPISKĀKIE NELAIMES GADĪJUMI NOZARĒ

- 1) Strauja veselības stāvokļa pasliktināšanās
- 2) Ceļu satiksmes negadījumi (pārvietošanās pa teritoriju, piedaloties satiksmē, atrašanās uz ceļa braucamās daļas, tiešā transportlīdzekļu tuvumā)
- 3) Ķermeņa daļas vai daļu bojājumi, traumas, strādājot ar darba aprīkojumu (dažādu veidu transportlīdzekļu izmantošana, dažādu veidu instrumentu izmantošana)
- 4) Ķermeņa daļas vai daļu bojājumi, traumas, veicot darbu augstumā, piemēra, pārbaudot kravu, pakāpjoties (lūzumi, izmežģījumi, brūces, ievainojumi)
- 5) Mainīga darba vide (dažādi veicami uzdevumi - kravas izkraušana, apkopes šķidrumu papildināšana, avāriju rezultātā veicamie remonta darbi)
- 6) Krītoša priekšmeta iedarbība (neuzmanīga rīcība, kuras rezultātā izkrīt, izslīd rokas instrumenti, nepareizi nostiprinātas kravas dēļ)
- 7) Pārvietošanās pa ražošanas telpām, smagumu pārvietošana (paklupšana, aizķeršanās)
- 8) Sadursme ar iekšējo transportu vai citiem darbiniekiem (piemēram, neuzmanīgi pārvietojot dažādus priekšmetus)
- 9) Saduršanās, sagriešanās ar asiem instrumentiem (gan ar nazi, gan mehāniskām ierīcēm u.c.)
- 10) Ievilkšana darba aprīkojumā, ķermeņa daļu ieraušana iekārtā



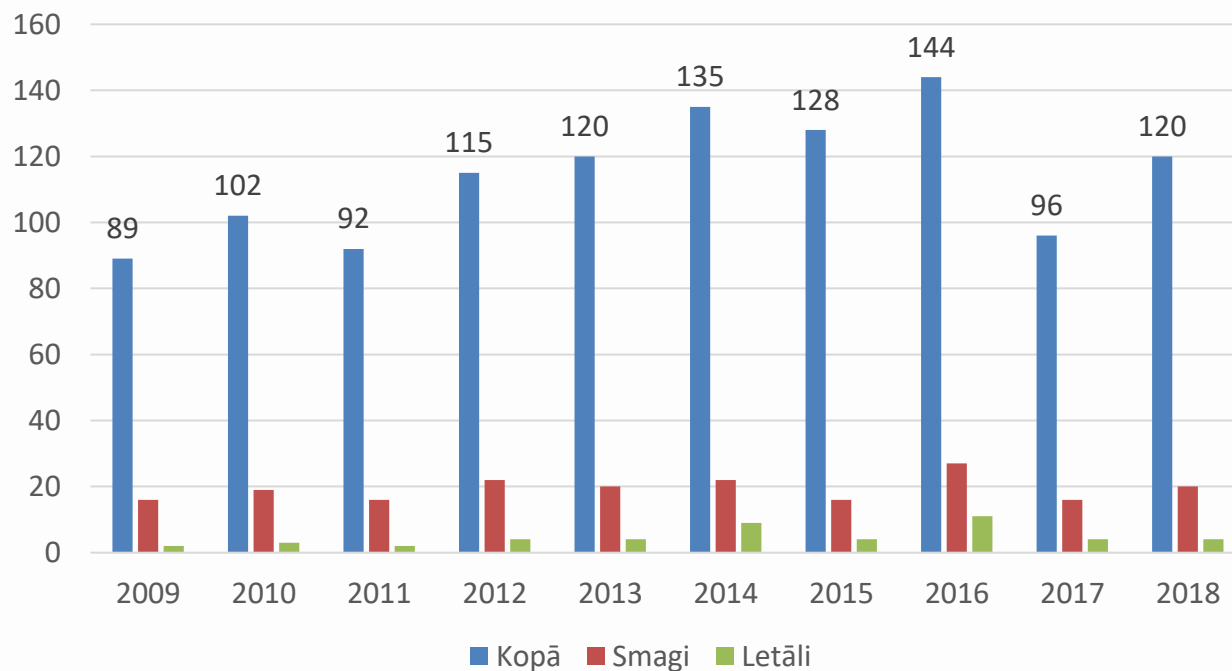
KĀPĒC NOTIEK NELAIMES GADĪJUMI?

- **Netiek laicīgi veiktas obligātās veselības pārbaudes, netiek ievērotas atpūtas pauzes** (piemēram, tālbraucēji, strādā bez atpūtas pauzēm vai ir nepietiekamas atpūtas pauzes, pārpūles rezultātā pasliktās veselības stāvoklis)
- **Netiek ievēroti darba aizsardzības noteikumi vai instrukcijas** (piemēram, tīrot iekārtu, to neizslēdz)
- **Tiek lietoti nepiemēroti un nedroši rokas instrumenti** (piemēram, konkrētajam darbam nepiemērotas šķēres, elektriskie zāģi, slīpmašīnas)
- **Tiek lietotas bojātas, nepārbaudītas iekārtas**
- **Tiek lietotas iekārtas ar noņemtām aizsardzības sistēmām** (piemēram, virs iekārtu rotējošajām vai citām kustībā esošām daļām)
- **Neapstādinot iekārtu, tiek mēģināts izņemt iesprūdušus materiālus vai veikt tās tīrīšanu**
- **Netiek sakoptas, sakārtotas darba vietas** (nesavākti materiālu atlikumi, iepakojumi, brāķētā produkcija u.tml.)
- **Netiek izmantoti individuālie aizsardzības līdzekļi** (piemēram, labi redzams un gaismu atstarojošs apģērbs, aizsargbrilles, cimdi, apavi u. tml.)
- **Nepietiekama uzmanība, veicot darba pienākumus** (piemēram, pārvietojoties pa satiksmes ceļiem, tiek lietots mobilais telefons, neuzmanīga nokāpšana no pakāpiena)



NELAIMES GADĪJUMU STATISTIKA

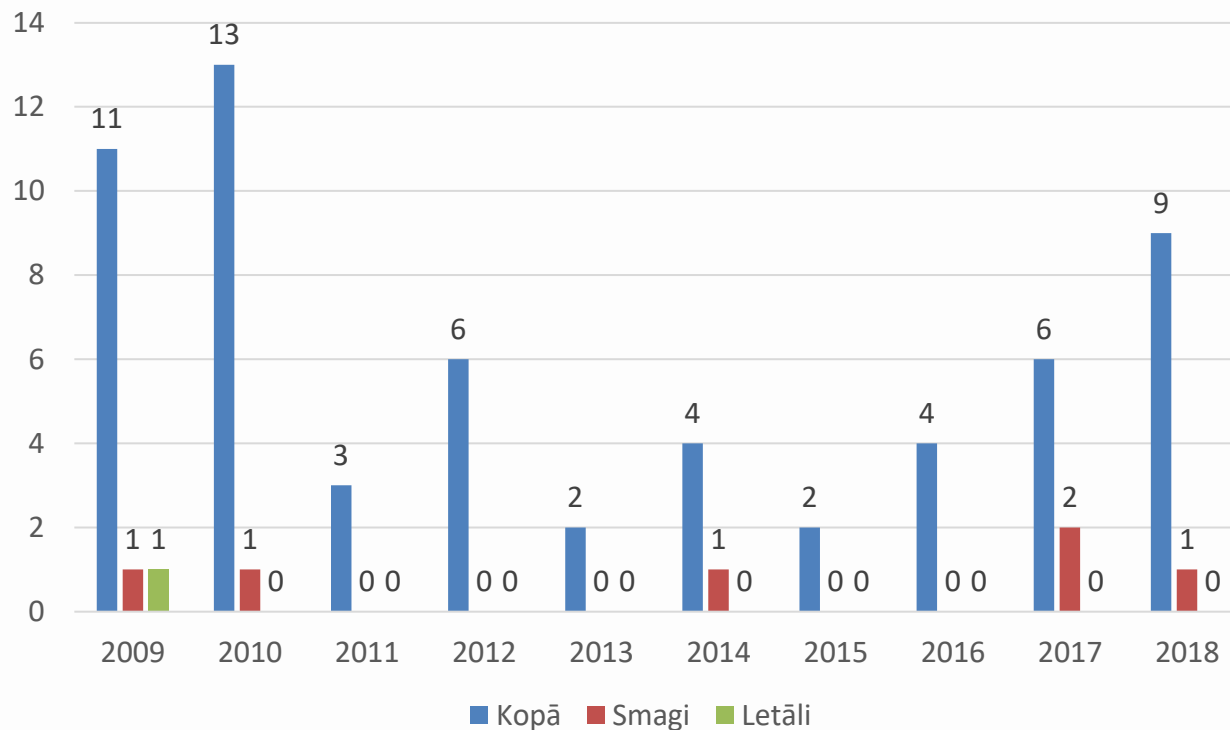
SAUSZEMES TRANSPORTS UN CAURUĻVADU TRANSPORTS





NELAIMES GADĪJUMU STATISTIKA

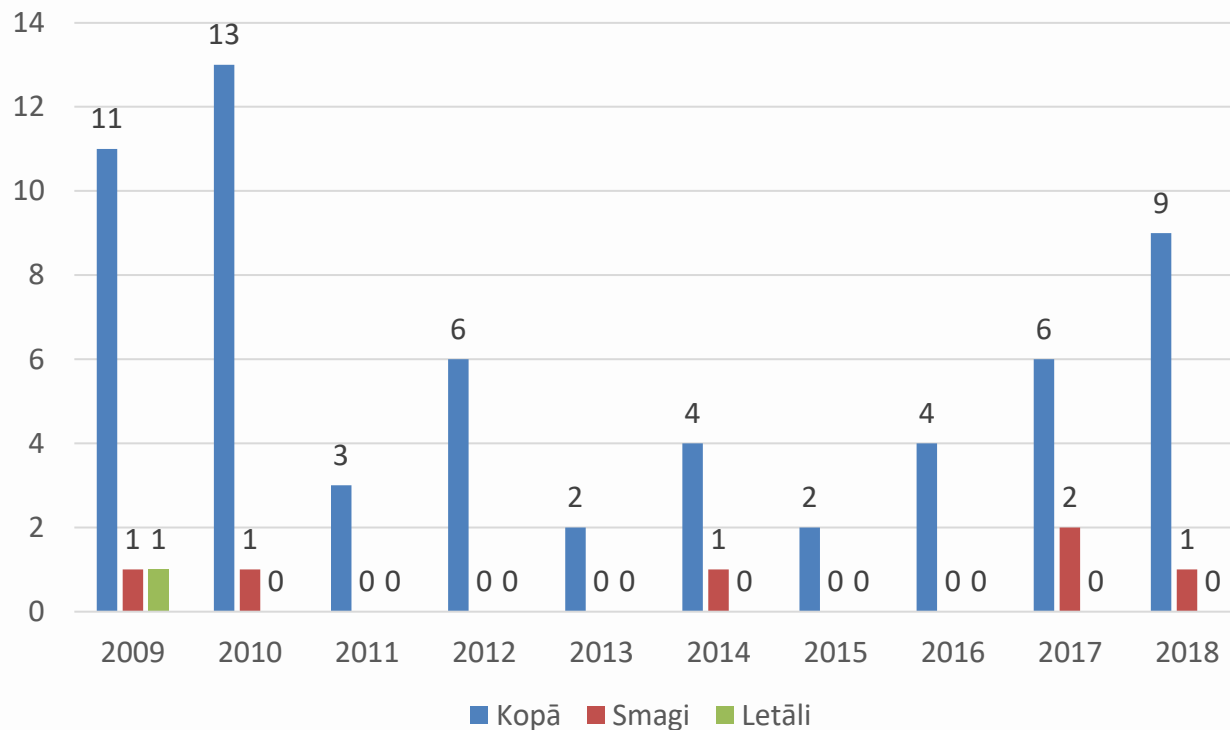
ŪDENS TRANSPORTS





NELAIMES GADĪJUMU STATISTIKA

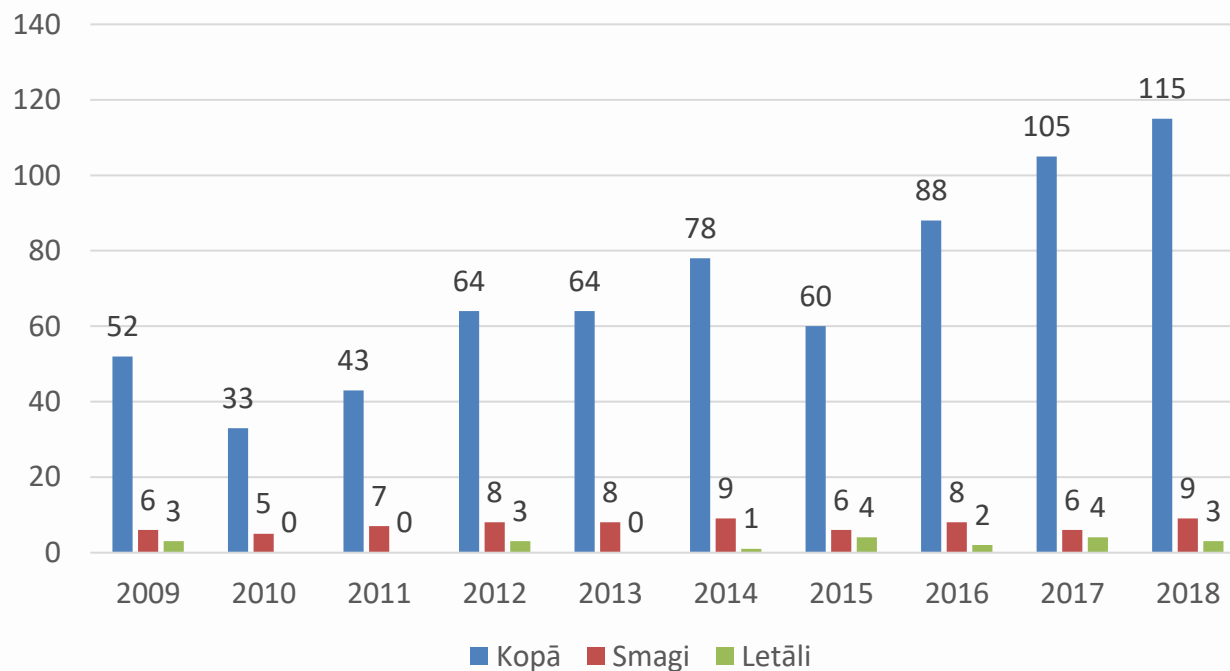
GAISA TRANSPORTS





NELAIMES GADĪJUMU STATISTIKA

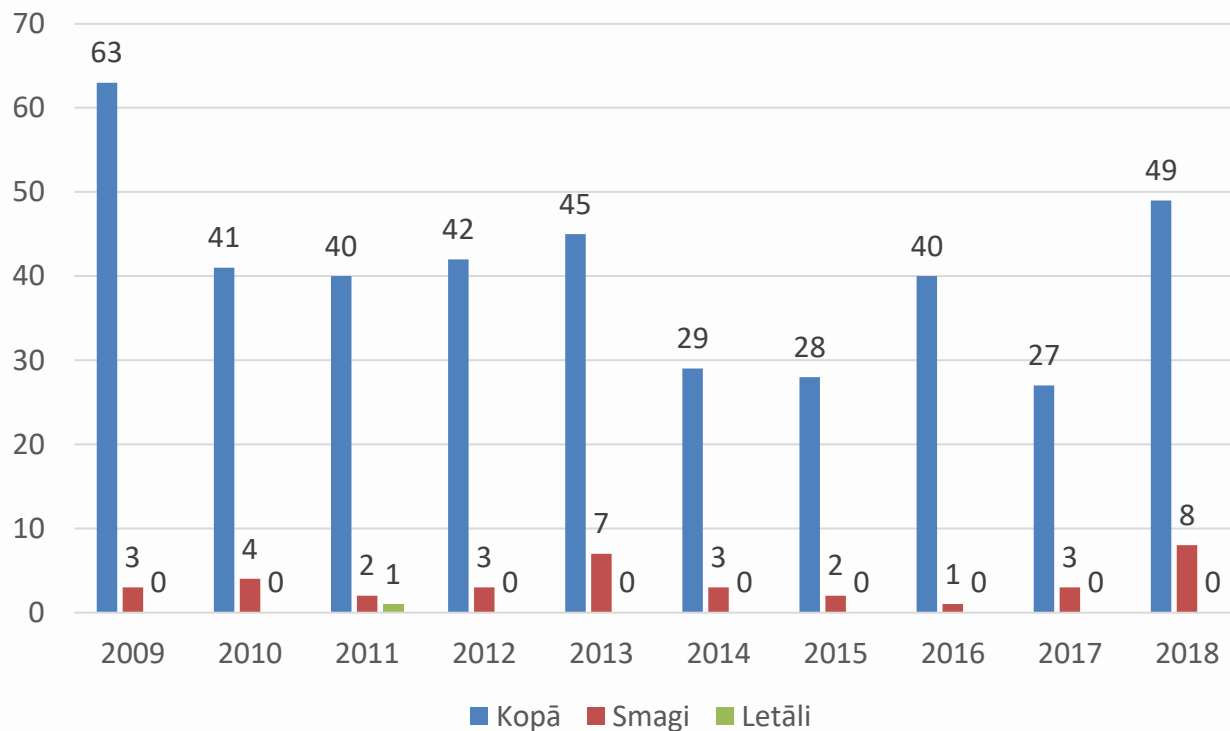
UZGLABĀŠANAS UN TRANSPORTA PALĪGDARBĪBA





NELAIMES GADĪJUMU STATISTIKA

PASTA UN KURJERU DARBĪBA





NELAIMES GADĪJUMU PIEMĒRI NOZARĒ

Itālijas dienvidos kravas automobiļa vadītājs, bija ieradies veikt izkraušanas darbus, kuros pats nepiedalījās. Tā kā vadītājs pēkšņi izjuta grūtības pārvietoties un spēcīgas galvas sāpes, nolēma uzgaidīt pavaddokumentus, atrodoties kravas automobilī. Cits tuvumā esošs automobiļa vadītājs, ejot garām transportlīdzeklim, ievēroja, ka kravas automobiļa vadītājs atrodas pusguļus stāvoklī uz sēdekļa, atverot kravas automobiļa durvis, konstatēja, ka vadītājs neatbild uz jautājumiem un ķermenis uz pusi paralizēts (nestrādāja kreisā roka un kāja). Tika izsaukta neatliekamā medicīniskā palīdzība.

Cēlonis: neprognozēja veselības stāvokļa pasliktināšanās

Smaguma pakāpe: smags nelaimes gadījums



NELAIMES GADĪJUMU PIEMĒRI NOZARĒ

Automobiļa vadītājs novietoja transportlīdzekli autostāvvietā, kura ir paredzēta kravas izkraušanai. Pildot savus tiešos darba pienākumus, viņam bija jānoņem kravas stiprinājums. Krava šo darbību rezultātā izkustējās un tieši šajā momentā, sāka krist skārdu bundžu iepakojums un viena no tām uzkrita cietušajam uz kājas, ievainojot kāju pirkstus un pēdu.

Cēlonis: nedroši nostiprināta krava, nepiemērotu darba metožu izmantošana

Smaguma pakāpe: smags nelaimes gadījums



NELAIMES GADĪJUMU PIEMĒRI NOZARĒ

Automobiļa vadītājs kopā ar kolēģi pēc remontdarbu pabeigšanas ar automašīnu devās Smiltenes virzienā, bet pēc 4 km apstājās, lai padzertos ūdeni. Pēkšņi automobiļa vadītājam pie automašīnas stūres parādījās elpošanas traucējumi, izteikti kustību traucējumi un ar ķermeņa augšdaļu automobiļa vadītājs nokrita uz stūres rata. Neatliekamā medicīniskās palīdzības brigāde konstatēja automobiļa vadītāja nāvi. Ekspertīzes slēdzienā tika norādīts – 1,28% etilspirta koncentrācija, koronārā sirds saslimšana.

Cēlonis: neatbilstoša un nepiemērota ķīmisko vielu uzglabāšana

Smaguma pakāpe: smags nelaimes gadījums



NELAIMES GADĪJUMU PIEMĒRI NOZARĒ

Vilcējautomobiļa vadītājs iebruca noliktavas teritorijā, lai iekrautu kravu. Tā kā angāra iekraušanas rampa bija aizņemta, vadītājs automašīnu novietoja noliktavas teritorijā gar ietvi. Lai ātrāk veiktu iekraušanu, vadītājs nolēma attaisīt puspiekabes jumta tentu, nostiprināja puspiekabes kravas kastes pakalējo bortu, paņēma pārnēsājamās vienrindas metāla (alumīnija) trepes. Trepju lejas daļa atradās uz asfalta virsmas, augšējā daļa atbalstījās pret kravas kastes borta koka malu. Vilcējautomobiļa vadītājs uzkāpa pa trepēm apmēram 3 metru augstumā un atklāja kravas puspiekabes nelielu tenta daļu. Kāpjot lejā nokrita no trepēm un ar galvu atsitās pret asfalta ceļa apmali.

Cēlonis: neuzmanīga rīcība, nepiemērotu darba metožu izmantošana

Smaguma pakāpe: smags nelaimes gadījums



NELAIMES GADĪJUMU IZMEKLĒŠANA

Pēc nelaimes gadījuma notikuma darba vietā (darbspējas zaudējums ilgāk par 1 diennakti, letāls gadījums, inficēšanās risks u.c.), sākas nelaimes gadījuma novēršanas pasākumi un izmeklēšana:

1. Pirmās palīdzības sniegšana, medicīniskā palīdzība/zvans 112 vai 113
2. Ja ir letālais NG, tad nekavējoties jāpaziņo VDI
3. Pieprasīt paskaidrojumus no cietušā un lieciniekiem
4. Izziņas pieprasīšana no ārstniecības iestādes
5. Izveido komisiju NG izmeklēšanai:
 - norīkota persona
 - darba aizsardzības speciālists
 - uzticības persona vai darbinieku pārstāvis
 - citi speciālisti
6. NG akta sastādīšana
7. NG akta iesniegšana VDI
8. NG akta reģistrēšana
9. NG cēloņu novēršana
10. Darba vides risku pārvērtēšana
11. Darbinieku neplānotā instruktāža

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 25.08.2009. MK not. Nr. 950 «Nelaimes gadījumu darba vietā izmeklēšanas un uzskaites kārtība»



NELAIMES GADĪJUMU IZMEKLĒŠANAS KAVĒJOŠIE FAKTORI

- Nelaiimes gadījumu slēpšana
- Iesaistīto personu nevēlēšanās iesaistīties izmeklēšanā
- Grūtības saņemt paskaidrojumus
- Nepratne saprotami izklāstīt notikušo
- Izpratnes trūkums par nelaimes gadījumu izmeklēšanu
- Iespējas nokļūt līdz nelaimes gadījuma vietai

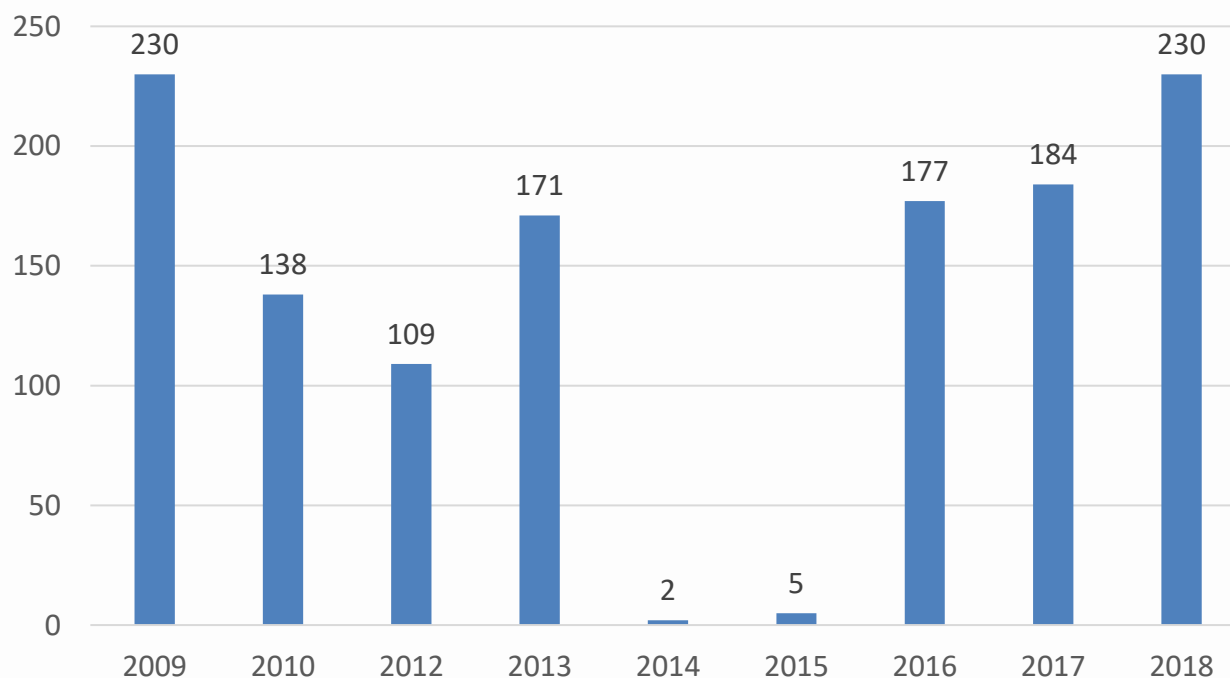


REGISTRĒTO ARODSLIMĪBU GADĪJUMU SKAITS 2016., 2017. GADĀ

- **Sauszemes transports un cauruļvadu transports:**
2016.g. – 310 arodslimnieki
2017.g. – 651 arodslimnieki
- **Ūdens transports:**
2016.g. – 0 arodslimnieki
2017.g. – 18 arodslimnieki
- **Pasta un kurjeru darbība:**
2016.g. – 9 arodslimnieki
2017.g. – 55 arodslimnieki
- **Transports un uzglabāšana:**
2016.g. – 7 arodslimnieki
2017.g. – 6 arodslimnieki
- **Uzglabāšanas un transporta palīgdarbības:**
2016.g. – 112 arodslimnieki
2017.g. – 206 arodslimnieki



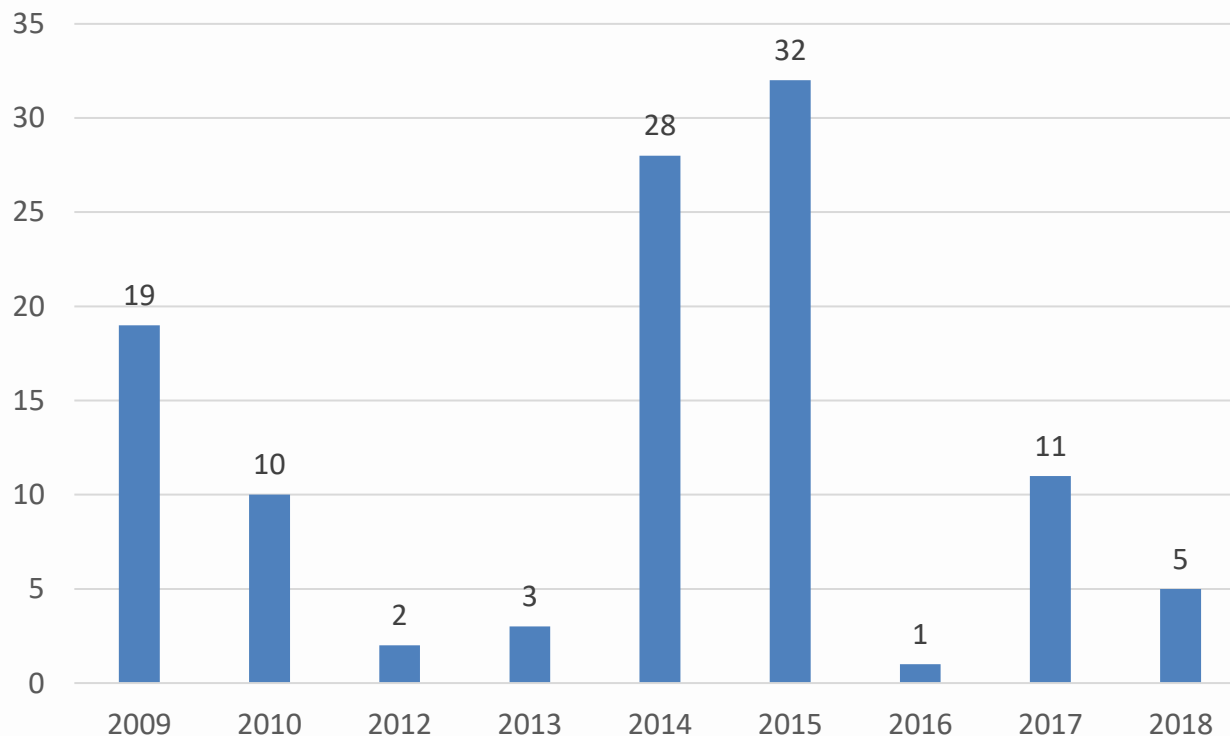
PIRMREIZĒJI APSTIPRINĀTO ARODSLIMNIEKU SKAITS SAUSZEMES TRANSPORTS UN CAURUĻVADU TRANSPORTS



* Par 2011. gadu dati nav pieejami



PIRMREIZĒJI APSTIPRINĀTO ARODSLIMNIEKU SKAITS ŪDENS TRANSPORTS

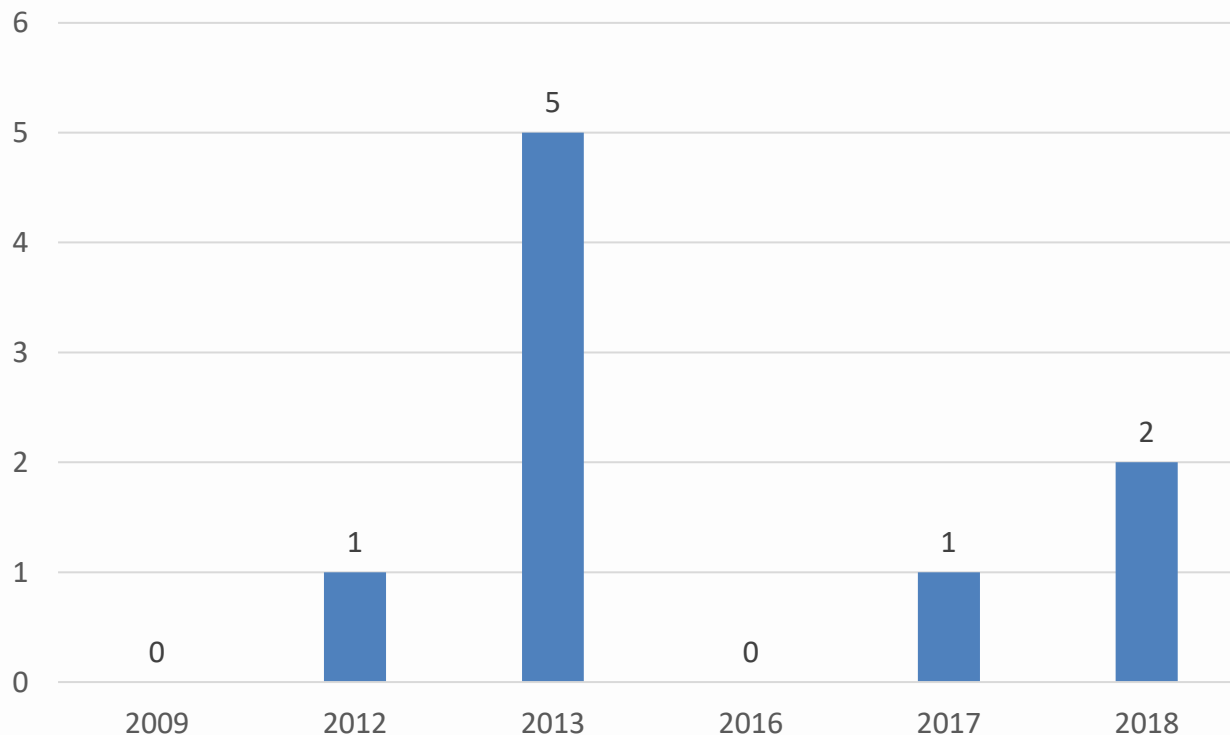


* Par 2011. gadu dati nav pieejami



PIRMREIZĒJI APSTIPRINĀTO ARODSLIMNIEKU SKAITS

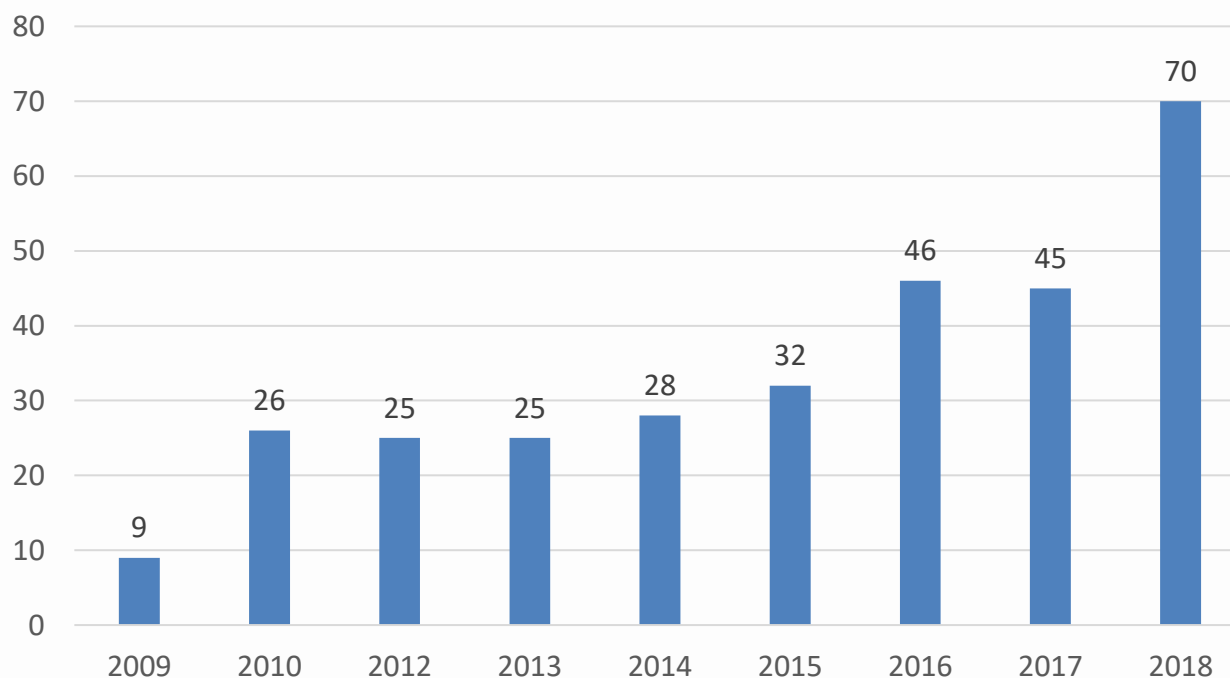
GAISA TRANSPORTS



* Par 2011., 2012., 2014., 2015. gadu dati nav pieejami



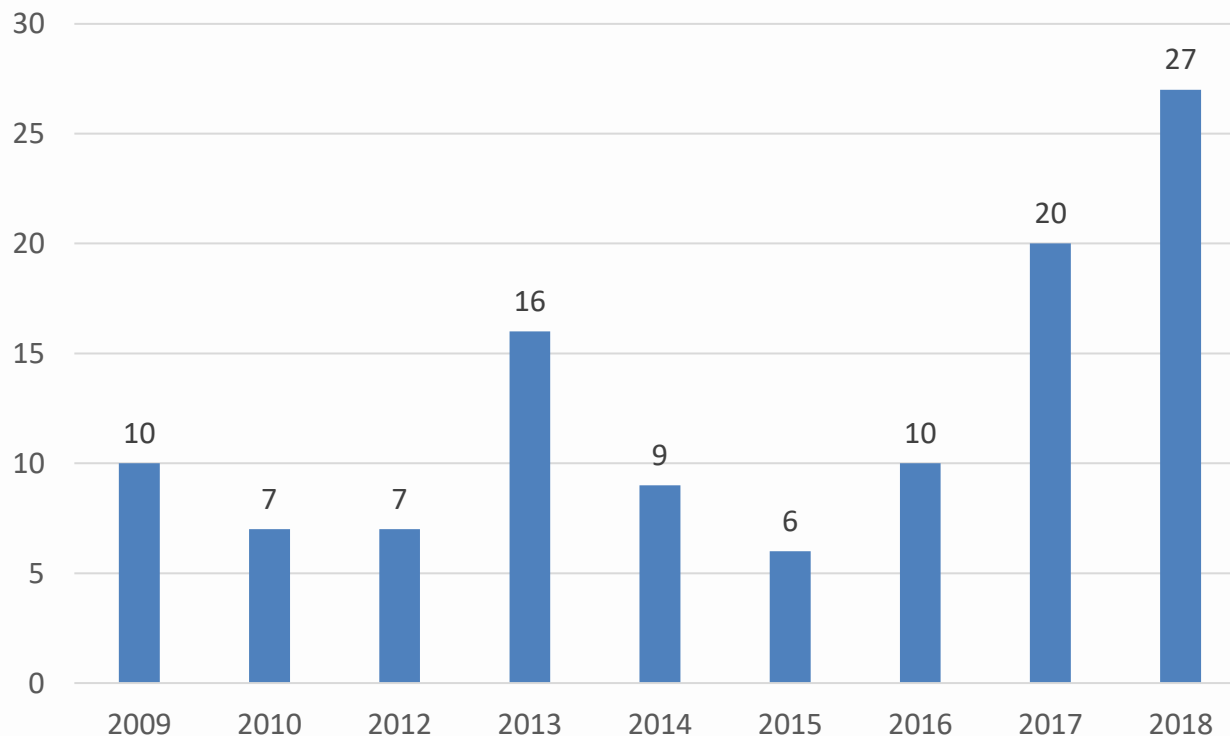
PIRMREIZĒJI APSTIPRINĀTO ARODSLIMNIEKU SKAITS UZGLABĀŠANAS UN TRANSPORTA PALĪGDARBĪBA



* Par 2011. gadu dati nav pieejami



PIRMREIZĒJI APSTIPRINĀTO ARODSLIMNIEKU SKAITS PASTA UN KURJERU DARBĪBA



* Par 2011. gadu dati nav pieejami



ARODSLIMĪBU IZMEKLĒŠANA

1. Ģimenes ārsts

- Izmeklē, ja ir konstatētas arodslimības pazīmes un diagnozes precizēšanai nosūta pie arodslimību ārsta

2. Arodslimību ārsts

- Izmeklē veselības stāvokli, darba anamnēzi, pēc nepieciešamības nosūta uz papildus izmeklējumiem, t.sk., Valsts darba inspekcijai (VDI) pieprasījumu veikt darba vietas higiēnisko pārbaudi un sniegt tās raksturojumu
- Ja tiek apspirināta arodslimības iespējamība, personu nosūta pie arodslimību ārstu komisijas

3. Arodslimību ārstu komisija

- pieņem lēmumu par arodslimības diagnozi
- Informē Veselības un darbaspēju ekspertīzes ārstu komisiju un VDI

4. VDI informē darba devēju par darba vides riska faktoriem, kas izraisa arodslimību

Apstiprinātas arodslimības gadījumā nodarbinātājs saņem darbaspēju zaudējumu atlīdzību.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 06.11.2006. MK not. 908 «Arodslimību izmeklēšanas un uzskates kārtība»; 23.08.2001. MK not. 378 «Darbā nodarītā kaitējuma atlīdzības aprēķināšanas, finansēšanas un izmaksas kārtība»



IZPLATĪTĀKĀS ARODSLIMĪBAS NOZARĒ

Balsta – kustību sistēmas slimības (spondiloze ar radikulopātiju, radikulopātija)

Nervu, nervu saknīšu un pinumu pataloģijas (rokas neiropātijas, piem., karpālā kanāla sindroms, elkoņa nerva pataloģija)

Mīksto audu bojājumi (entezopātijas, ar slodzi, pārsلودzi un spiedienu saistīti mīksto audu bojājumi, palmāra fasciāla fibromatoze [Dipitrēna], pleca locītavas bojājumi - adhezīvs pleca kapsulīts, rotatoru aprocis sindroms, pleca bursīts, laterāls epikondilīts)

Artrozes (plaukstpamata un īkšķa locītavas artrozes, citas lokalizācijas artrozes)

Trokšņa izraisītas slimības (trokšņa ietekme uz iekšējo ausi)

Vibrācijas izraisītas slimības (vibrāciju ietekmes slimības, Reino sindroms)



IZPLATĪTĀKO ARODSLIMĪBU RAŠANĀS CĒLOŅI

Balsta – kustību sistēmas slimības (piespiedu poza - saliekta poza, pārāk ilga stāvēšanas poza, smagu objektu stumšana, vilkšana, celšana, atkārtota smagumu pārvietošana, temperatūras ietekmē, roku celšana)

Nervu, nervu saknīšu un pinumu pataloģijas (roku pārslodze, atkārtotas kustības, atkārtotas kustības, pielietojot pārāk smagus instrumentus, atkārtotas nesimetriskas kustības, pārmērīga smagu objektu celšana (svars > 20kg))

Mīksto audu bojājumi (locītavu pārpūle, pārmērīga smagumu celšana, bieža roku pacelšana, roku celšana virs plecu līmeņa, ātrs darba temps)

Artrozes (atkārtota smagumu pārvietošana, darbs ar smagiem instrumentiem, darbs ar paceltām rokām, rokas – plaukstas vibrācija)

Trokšņa izraisītas slimības (ilgstošs troksnis, pārtraukts troksnis)

Vibrācijas izraisītas slimības ((lokālās un vispārējās vibrācijas, mehāniskā visa ķermeņa vibrācija (satiksmes līdzekļi), roku – plaukstu vibrācija (instrumenti, mašīnas))



ALERĢISKO FAKTORU IZRAISĪTĀS SLIMĪBAS

- **Alerģiskas iesnas** - šķaudīšana, tūska
- **Alerģisks konjunktivīts** - gļotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi
- **Bronhiālā astma** - elpošanas sistēmas slimība ar hronisku, iekaisīgu raksturu
- **Dermatīts** - ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska.
- **Kvinkes tūska** – norobežota audu tūska, kas rodas lēkmjveidīgi asinsvadu intervācijas traucējumu dēļ.



ALERĢISKO SLIMĪBU IZRAISĪTĀJI

- Dažādas ķīmiskās vielas (ķīmisko vielu izgarojumi)
- Putekļi (piem., degvielas sadegšanas putekļi, pārkraujamo vielu putekļi, abrazīvie putekļi, tehnikas remonta laikā atbrīvojušies putekļi)
- Pelējuma sēnītes
- Jebkuri putekļi, uz kuriem darbiniekam var būt alerģija





KĪMISKO FAKTORU UN PUTEKĻU IZRAISĪTĀS SLIMĪBAS

- **Hroniskas elpceļu slimības:**
 - Putekļu bronhīti - izraisa gan ķīmiskās vielas, gan putekļi
 - Bronhiālā astma - hroniska iekaisīga elpceļu slimība, ko raksturo atkārtotas elpas trūkuma epizodes.
 - Hroniska obstruktīva plaušu slimība - elpceļos pastiprinātā daudzumā veidojas krēpas, kuras grūti atklepot.
- **Ļaundabīgi audzēji** – izraisa kanceroģenās vielas
- **Dermatīti** - ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi.



BALSTA / KUSTĪBU SISTĒMAS SLIMĪBAS

- **Rokas mononeiropātijas:**
 - karpālā kanāla sindroms - nerva nospiedums plaukstu pamatnē
 - elkoņa nerva patoloģija – elkoņa nerva nospiedums, kas rada tirpšana un sāpes, jušanas traucējumi, samazināts spēks plaukstās un plaukstu satvēriens.
- **Spondilozes** - hroniska deformējoša mugurkaula slimība ar vai bez radikulopātijas
- **Artrozes** – locītavu un apkārtējo audu iekaisums
 - Plaukstu, plaukstu pamatnes, īkšķa artroze



BALSTA / KUSTĪBU SISTĒMAS SLIMĪBAS

- **Entezopātijas** – muskuļu cīpslu un locītavu mīksto audu iekaisumi
- **Dipitrēna slimība** jeb kontraktūra – plauksta saistaudu slimība, kas izraisa cietu mezgliņu veidošanos zem plauksta ādas. Laika gaitā tie palielinās, tiek savilkta plauksta vai pirksti, un pirksti kļūst nekustīgi
- **Adhezīvs pleca kapsulīts** – saistaudu iekaisums ap pleca locītavu
- **Pleca bursīts** – pleca locītavas bojājums, iekaisums, kas rodas pleca locītavas gļotsomiņā
- **Rotatoru aproces sindroms** – pleca locītavas cīpslu bojājums, plīsums
- **Epikondilīts** – elkoņa paugura iekaisums



PAPILDUS IESPĒJAMĀS ARODSLIMĪBAS NOZARĒ

- Pastāvīga, ilgstoša trokšņa iedarbības rezultātā var attīstīties arodvājdzirdība
- Vibrācijas izraisītās slimība
 - Reino sindroms jeb «Balto pirkstu» sindroms – perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi
 - Asinsrites, jušanas traucējumi rokās
- Ultravioletā starojuma slimības
 - Apdegumi, ļaundabīgi auzdēji (melanomas)



TEHNOLOĢIJAS UN DARBA APRĪKOJUMS NOZARĒ



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



NOZARĒ LIETOJAMĀ TEHNIKA UN DARBA APRĪKOJUMS

- Dažādas iekārtas (celtņi, palešu rati, pacelšanas galdi, pacēlāji, svāri, domkrati, detaļu padeves iekārtas,, palešu plaukti, kastes, konteineri, kravas pārvietošanas palīgglīdzekļi, konvejeri, transportieri u.c.)
- Rokas instrumenti (piemēram, atslēgas, āmuri, skrūvgrieži, leņķa slīpmašīnas, slīpripas, frēzes, urbja mašīnas, virpas, zāģi u.c.)
- Aprīkojums darbam augstumā (piemēram, kāpnes, pārvietojamās sastatnes u.c.)
- Mikroautobusi, autobusi, kravas transportlīdzekļi, lielizmēra (lielgrabarītu) transportlīdzekļi, bīstamo kravu transportlīdzekļi, frontālie iekrāvēji, autoiekrāvēji u.c.



DROŠĪBAS PRASĪBAS

Darba aprīkojumam kopumā:

- Jāatbilst tām drošības un veselības aizsardzības prasībām, kuras ir noteiktas Ministru kabineta noteikumos par darba aizsardzības prasībām, lietojot darba aprīkojumu
- Jābūt aprīkotam ar attiecīgām drošības ierīcēm (aizsargiem, nožogojumiem u.tml.)
- Jābūt atbilstoši marķētam un apzīmētam ar brīdinājuma uzrakstiem un zīmēm
- Ir jāveic visas nepieciešamās tehniskās pārbaudes un apkopes, tās attiecīgi reģistrējot
- Jābūt nodrošinātam ar rakstiskām instrukcijām par darba aizsardzības prasībām, darba aprīkojuma lietošanas noteikumiem un rīcību iespējamās ārkārtas un avārijas situācijās

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 09.12.2002. MK not. Nr. 526 "Darba aizsardzības prasības, lietojot aprīkojumu"



DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Kravas transportēšanas transportlīdzekļi





DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Kravas transportēšanas transportlīdzekļi





DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Kravas transportēšanas transportlīdzekļi





DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Konveijers



Palešu plaukti, plauktu sistēmas





DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Pasažieru pārvadāšanas transportlīdzekļi





DAŽĀDAS IEKĀRTAS

Autoiekrāvējs



Frontālais iekrāvējs





ARODSLIMĪBAS, NELAIMES GADĪJUMI UN TO NOVĒRŠANA

PALĪGLĪDZEKĻI SMAGUMA PĀRVIETOŠANAI





ROKAS INSTRUMENTI





ROKAS INSTRUMENTI

DROŠĪBAS PRASĪBAS

- Pirms darbinieks uzsāk darbus ar rokas instrumentiem, viņam jābūt instruētam darbam ar konkrēto instrumentu
- Pārnēsājot instrumentu ar asiem galiem vai asmeni, lietot aizsargpārvalkus, nevīrīt aso galu pret sevi
- Izpildot darbus uz pastatnēm vai sastatnēm, atstāt instrumentu drošā vietā – tā, lai tie nenokrīt
- Citam darbiniekam padot instrumentu tā, lai viņš varētu to paņemt aiz roktura
- Ievērot elektrodrošības prasības
- Griezt, cirst, sist virzienā prom no ķermeņa
- Izmantot instrumentu kastes un jostas (jostās instrumentus nostiprināt, lai tie neizkrīt)



ROKAS INSTRUMENTI

LABĀ PRAKSE

Apskati rokturi:

- Tam vajadzētu *ērti iegult plaukstā* – nebūt ne pārāk resnam, ne mazam, ne īsam
- Tam *nevajadzētu vadīt siltumu vai elektrību*
- Skaties, lai nebūtu asu malu un lai no darbarīka pirkstos nepaliktu rievas
- Ja iespējams, izvēlies rokturi ar *neslīdošu virsmu*
- Ja iespējams, izvēlies rokturi, kas ir *pārklāts ar mīkstu materiālu*, piemēram ar gumiju vai plastmasu
- Ja darbs prasa lielu piepūli, rokturim vajadzētu atbilst *plaukstas garumam*, lai darbarīku varētu kārtīgi satvert. Garu rokturi var izmantot kā sviru, lai pārnestu spēku uz darbarīku, un saudzētu roku



ROKAS INSTRUMENTI

LABĀ PRAKSE

Lietojot elektriskos darbarīkus:

- Tam vajadzētu būt ar *garu sprūdu (palaidēju)*, lai vienlaikus varētu izmantot vairāk kā vienu pirkstu
- Izvēlies darbarīku ar *mazāku vibrāciju un zemāku trokšņa līmeni*. Pārāk liela vibrācija var bojāt rokas asinsvadus un izraisīt “baltā pirksta” sindromu. Ja instruments spēcīgi vibrē, to ir jāsatver ciešāk, un tas var izraisīt muskuļu sāpes
- Izvēlies instrumentu, kas ir *pietiekami smags* veicamajam darbam, bet nav tik smags, lai radītu papildu piepūli. Smagu instrumentu līdzsvaro ar atbalstu, ja iespējams
- Svarīgi izvēlēties ergonomiski projektētus rokas instrumentus, kas paredzēti konkrētā darba veikšanai



ROKAS INSTRUMENTI

LABĀ PRAKSE

- *Ja darbarīku izmantos vairāk kā viens cilvēks, mēģiniet to izvēlieties tādu, lai ikvienam būtu ērti strādāt. Iespējams, ka vajadzēs atšķirīgus darbarīkus kreīliem, kā arī strādniekiem ar lielām un mazām rokām*
- *Rūpējies, lai instrumenti būtu asi un darba kārtībā. Tādējādi iespējams samazināt spēku, kas nepieciešams, lietojot darbarīku – un samazināt spiedienu uz savām rokām un delnas locītavu*
- *Centies nesaliekt savu rokas locītavu, strādājot ar instrumentiem*
- *Centies atpūtināt rokas darba laikā. Pat ideāls darbarīks var radīt sāpes, ja to lieto ilgstoši. Noliec darbarīku malā vai ievieto instrumentu kastē, kad tas netiek izmantots*



DROŠĪBAS PRASĪBAS

PRETKRITIENA SISTĒMA

Pretkritiena aizsardzības sistēmas veido:

- Ķermeņa aprīkojums (tikai iekares, iekares ar integrētu jostu un/vai integrētu sēdiekari)
- Savienojošie līdzekļi (savienojumi, troses)
- Darba un drošināšanas virves (obligāti tikai izmantojot virvju pieeju)
- Aprīkojums kritiena apturēšanai vai darba vietas pozicionēšanai vai arī virzībai uz augšu pa virvi
- Enkurpunkti (sistēmas stiprinājuma vietas)



DROŠĪBAS PRASĪBAS

PRETKRITIENA SISTĒMA

- jābūt marķētām ar CE marķējumu
- jābūt marķētam ar svarīgāko informāciju, kas darba aizsardzības speciālistam vai jebkuram lietotājam sniedz informāciju par to, saskaņā ar kādu standartu prasībām attiecīgais IAL ir ražots un kāda veida IAL tas ir, kā arī to, kas to ir ražojis
- jābūt nodrošinātam ar ražotāja izstrādātu lietošanas instrukciju (tai jābūt valsts valodā)
- jābūt nodrošinātam ar informāciju par to, kādas apkopes ir nepieciešams veikt, lai nodrošinātu tā drošu lietošanu (piemēram, prasībām tā tīrīšanai, žāvēšanai un glabāšanas nosacījumiem)
- jebkuram IAL ir jābūt pieejamai informācijai par to, kādas periodiskās pārbaudes tam nepieciešams veikt. Darbam augstumā paredzēto IAL pārbaudes ir tiesības veikt tikai konkrētā IAL ražotāja norādītām personām.

Izvēloties individuālo aizsardzības līdzekli ar integrētu triecienslāpētāju, ņem vērā ražotāja lietošanas instrukcijā vai tehniskajā dokumentācijā norādīto triecienslāpētāja iespējamo pagarinājumu.



DROŠĪBAS PRASĪBAS

VEICOT DARBU UZ KĀPNĒM

- Kāpnes par darba vietu izmanto vienīgi tad, ja risks nodarbināto drošībai un veselībai ir samazināts līdz minimumam un ja darba aprīkojumu lieto neilgu laiku vai darba laukumam ir specifiski apstākļi, kurus darba devējs nevar mainīt vai pārveidot
- Kāpņu uzstādīšanu, lietošanu un demontēšanu veic saskaņā ar darba devēja un ražotāja instrukcijām
- Kāpnes novieto tā, lai nodrošinātu to stabilitāti visā lietošanas laikā
- Kāpnes, ko izmanto, lai piekļūtu darba vietai augstumā, novieto tā, lai to augšējā daļa sniedzas pāri darba platformas malai vismaz 1 metra augstumā, ja nav citas drošas iespējas pieturēties
- Ja kāpņu augstums vai to lietošana var radīt kritiena risku, darba devējs aprīko kāpnes ar kolektīvajiem aizsardzības līdzekļiem vai nodrošina to lietošanu kopā ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem
- Ja kāpnes nav aprīkotas ar drošības platformu vai nav veikti citi kritiena novēršanas pasākumi, aizliegts strādāt, izmantojot pārvietojamo kāpņu augšējos pēdējos pakāpienus
- Aizliegts lietot kāpnes uz sastatnēm un atsevišķi kā sastatnes vai tiltiņu, tās droši nenostiprinot vai neveicot atbilstošus aizsardzības pasākumus, izņemot sastatņu konstrukcijā ietilpstošās kāpnes



DROŠĪBAS PRASĪBAS

PĀRVIETOJOTIES AR AUTOIEKRĀVĒJU

- Iekrāvējiem jābūt aprīkoti ar darba kārtībā esošu skaņas signālu un brīdinošu gaismas signālu
- Lietot atbilstošus darba apavus, strādājot ar autoiekrāvēju
- Ievērot satiksmes ceļus – tiem ir jābūt atbilstoši apzīmētiem
- Ievērot atļauto braukšanas ātrumu
- Neveikt straujus un nepārdomātus manevrus
- Nenovietot rokas un kājas zem kravas un starp plauktiem, kad notiek produkcijas kraušanas un pārvietošanas darbi
- Preču pārvietošanu un celšanu veikt, ievērojot autoiekrāvēja kravnesību
- Novietot kravas tikai tam paredzētās vietās
- Norobežot zonas, kurās notiek kravu celšana un pārvietošana
- Visām nepārredzamām zonām jābūt nodrošinātām ar spoguļiem



DROŠĪBAS PRASĪBAS

PĀRVIETOJOTIES AR AUTOIEKRĀVĒJU

“Acu kontakta uzturēšanas paņēmieni” – t.i. darbinieki jāinstruē, lai braucot ar iekrāvēju, iespēju robežās, īslaicīgi uzturēt acu kontaktu ar braukšanas virzienā esošajām personām un citu iekrāvēju vadītājiem. Kā arī darbiniekiem, redzot tuvojošos iekrāvēju, uzturēt ar tā vadītāju acu kontaktu. Šis paņēmieni ir efektīvs praksē – acu kontakts starp transporta līdzekļa vadītāju un gājēju sniedz apstiprinājumu, ka viņi abi apzinās viens otra esamību telpā un būtiski samazina NG risku.



BĪSTAMĀS IEKĀRTAS

- **Celšanas iekārtas**

(piemēram, kravas celtņi - ceļot dažādas kravas, gatavās produkcijas)



- **Katliekārtas**

(piemēram, izmantojot ražošanas ēkas apsildei)

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 24.09.1998. likumā «Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību»



TIESĪBU AKTI PAR BĪSTAMAJĀM IEKĀRTĀM

- 24.09.1998. likums "Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību"
- 16.02.2010. MK not. Nr. 137 "Cilvēku celšanai paredzēto pacelāju tehniskās uzraudzības kārtība"
- 09.02.2010. MK not. Nr. 113 "Kravas celtņu tehniskās uzraudzības kārtība"
- 17.11.2009. MK not. Nr. 1320 "Noteikumi par bīstamo iekārtu reģistrāciju"
- 14.07.2008. MK not. Nr. 535 "Bīstamo iekārtu avāriju izmeklēšanas kārtība"
- 14.02.2006. MK not. Nr. 124 "Noteikumi par bīstamo iekārtu pārbaudes zīmi"
- 07.11.200. MK not. Nr. 384 "Noteikumi par bīstamajām iekārtām"



BĪSTAMO IEKĀRTU ATBILSTĪBA

- Jāatbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām
- Jābūt reģistrētām bīstamo iekārtu reģistrā
- Jābūt apgādātām ar lietošanas dokumentiem un brīdinošiem uzrakstiem latviešu valodā
- Jābūt pārbaudītām normatīvajos aktos paredzētajā apjomā, termiņos

Darbā ar bīstamajām iekārtām atkārtotā instruktāža darba vietā jāveic ne retāk kā 2 reizes gadā!

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 24.09.1998. likumā «Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību»



BĪSTAMO IEKĀRTU DOKUMENTĀCIJA

- Atbilstību apliecinājoši dokumenti
- Lietošanas dokumenti
- Brīdinoši uzraksti (latviešu valodā)
- Inspicēšanas institūcijas izsniegta pārbaudes zīme



Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 24.09.1998. likumā «Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību»



BĪSTAMO IEKĀRTU VADĪTĀJA PIENĀKUMI

- Uzturēt atbilstoši normatīvo aktu prasībām
- Nodrošināt apkalpojošā personāla apmācību, instruktāžas
- Nodrošināt paredzēto pārbaucēju veikšanu
- Pārtraukt bīstamo iekārtu darbību, ja konstatēts, ka tās apdraud cilvēku dzīvību, veselību, vidi un materiālās vērtības
- Ziņot Patērētāju tiesību aizsardzības centram par bīstamo iekārtu avārijām

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 24.09.1998. likumā «Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību»



BĪSTAMO IEKĀRTU VADĪTĀJU TIESĪBAS

- Ar darba devēju sabiedrisko organizāciju starpniecību piedalīties normatīvo aktu izstrādē
- Informēt Patērētāju tiesību aizsardzības centru un akreditācijas institūciju
- Izvēlēties inspicēšanas institūciju, ar kuru slēgt līgumu par bīstamo iekārtu pārbaūžu veikšanu
- Veikt savā valdījumā esošo bīstamo iekārtu tehnisko apkopi un remontu

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 24.09.1998. likumā «Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību»



Specializēto darba aizsardzības apmācību programmu mācību metodiskais palīgmateriāls

INDIVIDUĀLĀ AIZSARDZĪBA, DROŠĪBAS ZĪMES UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA



Valsts darba inspekcija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



INDIVIDUĀLĀ AIZSARDZĪBA, DROŠĪBAS ZĪMES
UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI

TRANSPORTA UN UZGLABĀŠANAS NOZARES INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI, DROŠĪBAS ZĪMES, VEICAMĀS OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU REGULĒJOŠIE TIESĪBU AKTI

- 09.03.2016. gada EIROPAS PARLAMENTA UN PADOMES REGULA (ES) 2016/425
- 20.08.2002. gada MK not. Nr. 372 “Darba aizsardzības prasības, lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus”



INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

IAL ir izstrādājumi, ierīces un iekārtas, kuras nodarbinātais izmanto, lai aizsargātu savu drošību un veselību pret bīstamu vai kaitīgu darba vides riska faktoru iedarbību.

IAL ir konkrētam darbiniekam piemērojami aizsardzības līdzekļi, kurus izvēlas atkarībā no darbinieka dzimuma, vecuma, auguma īpatnībām un veicamā darba specifikas.

IAL ir iespējams kombinēt, izmantojot vairākus aizsardzības līdzekļus vienlaikus (piemēram: aizsargbrilles un respiratoru).

Darba devējam ir pienākums bez maksas nodrošināt nodarbinātos ar viņiem nepieciešamajiem aizsardzības līdzekļiem.



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU RISKA KATEGORIJAS

- **I kategorija** (vienkāršas uzbūves IAL, kas aizsargā pret minimāli kaitīgiem vai minimāli bīstamiem faktoriem, kurus lietotājs pats spēj laikus novērtēt)
- **II kategorija** (IAL, kas neatbilst ne pirmajai, ne trešajai kategorijai)
- **III kategorija** (sarežģītas uzbūves IAL, kas aizsargā pret bīstamiem faktoriem, kurus lietotājs pats nespēj pietiekami ātri novērtēt un kuri apdraud cilvēka dzīvību vai negatīvi un neatgriezeniski ietekmē cilvēka veselību)



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU MARĶĒJUMĀ NORĀDĀMĀ INFORMĀCIJA

- **“CE zīme”** ir marķējums, ar ko ražotājs norāda, ka IAL atbilst piemērojamajām prasībām, kuras noteiktas Savienības saskaņošanas tiesību aktos attiecībā uz tā uzlikšanu. CE zīmi redzami, salasāmi un neizdzēšami piestiprina uz IAL. Ja IAL īpatnību dēļ tas nav iespējams vai pamatots, to uzliek iepakojumam un IAL pavaddokumentiem
- **Ražotāja** (tā pilnvarotā pārstāvja), **importētāja** nosaukums un **pasta adrese**, tīmekļa vietnes adrese
- Uz IAL norādīts **tips, partijas vai sērijas numurs, vai cits identifikācijas elements**, ja IAL lielums vai raksturs to neļauj, vajadzīgā informācija būtu norādīta uz iepakojuma
- Ražotāja vai tā pilnvarotā pārstāvja sagatavota instrukcija un informācija valsts valodā (saprotami un salasāmi) par IAL lietošanu, uzglabāšanu, kopšanu, dezinfekciju, derīgumu utt.



INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

- Individuālos aizsardzības līdzekļus lieto, ja no darba vides riska faktora iedarbības nav iespējams izvairīties vai to nav iespējams mazināt, lietojot kolektīvos aizsardzības līdzekļus (aizsardzības līdzekļi, kas paredzēti vairāk nekā viena nodarbinātā drošības un veselības aizsardzībai), vai ieviešot nepieciešamos darba aizsardzības pasākumus.
- Veicot IAL glabāšanu, pārbaudi, tīrīšanu, dezinfekciju, remontu u.tml., jāņem vērā ražotāja dotās instrukcijas.



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU ATBILSTĪBAS KRITĒRIJI

- Attiecīgie darba vides riska faktori
- Apstākļi darba vietā
- Ergonomikas prasības
- Nodarbināto auguma īpatnības

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 20.08.2002. MK not. 372 «Darba aizsardzības prasības lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus»



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU LIETOŠANA

Atļauts lietot tikai tādus aizsardzības līdzekļus, kuri projektēti un izgatavoti atbilstoši normatīvajiem aktiem par individuālajiem aizsardzības līdzekļiem un atbilst:

- attiecīgajiem darba vides riska faktoriem (aizsardzības līdzeklis nedrīkst radīt vēl lielāku risku)
- apstākļiem darba vietā
- ergonomikas prasībām un nodarbināto veselības stāvoklim
- nodarbināto auguma īpatnībām (ja nepieciešams, aizsardzības līdzekli attiecīgi pielāgo)



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU GLABĀŠANA

- Individuālos aizsardzības līdzekļus glabā tā, lai nepieļautu to mehāniskus vai bioloģiskus bojājumus, kā arī ķīmiski aktīvu vai citādi bīstamu, vai kaitīgu vielu, gaismas, temperatūras vai mitruma kaitīgu iedarbību.
- Ieteicams glabāt IAL tiem paredzētās speciālās vietās (oriģinālajā iepakojumā, skapīšos, konteineros, kārbās u. tml.).

Piemērs: Brilles pēc lietošanas jāuzglabā tīrā, speciāli tām paredzētā vietā, pasargājot no karstuma un mitruma iedarbības. Uzglabāšanas temperatūra – 0 – 40 °C. Relatīvais mitrums – 30 – 80%.



INDIVIDUĀLO AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻU PĀRBAUDE

- Lietotājam pirms un pēc katras lietošanas vizuāli jāpārbauda IAL
- Visām IAL pārbaudēm jābūt dokumentētām
- Darba devējs nodrošina:
 - IAL periodiskās pārbaudes un, ja nepieciešams, arī testēšanu
 - IAL speciālās pārbaudes, ja radušās ārkārtas situācijas (piemēram, strādājot ar aizsargbrillēm, darbinieks ar tām atsitās pret darba aprīkojumu), kā arī ja tas nav ilgstoši lietots.
- Nodarbinātie, kas lieto IAL un speciālo inventāru darbam augstumā, ir apguvuši darba aprīkojuma drošu un pareizu lietošanu un veic to pārbaudes pirms darba uzsākšanas.



INDIVIDUĀLĀ AIZSARDZĪBA, DROŠĪBAS ZĪMES
UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI

NOZARĒ LIETOJAMIE INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



GALVAS AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Aizsargķiveres galvaskausa aizsardzībai**



Darbs vietās, kur iespējama priekšmetu uzkrišana uz galvas

Darba vietas, kur iespējama darbinieka galvas sadursme ar kādu priekšmetu/konstrukciju

- **Galvas aizsargsegas** (cepures, kapuces, ūdensnecaurlaidīgas aizsargcepures no auduma, gumijota auduma)



Darbs atklātā laukā – saules staros, laika apstākļu ietekmē



DZIRDES AIZSARDZĪBAS LĪDZEKLĪ

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Ausu ieliktni**



Darbs fona trokšņa apstākļos; darbs, kura veikšanas laikā rodas troksnis

- **Austiņas**



Darbs fona trokšņa apstākļos; darbs, kura veikšanas laikā rodas troksnis

- **Austiņas ar rāciju**



Darbs trokšņa apstākļos, kad ir nepieciešams sazināties ar citiem darbiniekiem



ACU AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Aizsargbrilles**



Darbs, kuru veicot, iespējams traumēt acis
Darbs ar ķīmiskām vielām, kuras var iekļūt acīs

- **Tumša stikla aizsargbrilles**



Darbam ar UV starojumu

- **Saules brilles**



Darbs spilgtas gaismas apstākļos
Transporta vadīšana

- **Sejas aizsegi**



Darbs, kuru veicot iespējams traumēt acis un seju
Darbs ar ķīmiskās vielām

- **Sejas aizsargsiets**



Darbs, kuru veicot iespējams traumēt acis un seju



ELPCEĻU AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- Respiratora tipa elpceļu aizsardzības līdzeklis



Darbs putekļainā vidē

- Pilna sejas maska ar ķīmisko vielu filtriem



Darbs vietās, kur ir saskare ar ķīmiskajām vielām

- Respirators ar maināmiem filtriem



Darbs vietās, kur ir saskare ar putekļiem un ķīmiskām vielām



ROKU AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Auduma cimdi**



Darbi, kuros iespējams nosmērēt rokas
(putekļainās, viegli netīrās vietās)

- **Mehāniski izturīgi darba cimdi**



Darbs, kuru veicot, iespējams savainot
rokas (neizmantojot strādājot ar iekārtām,
kurās cimdus var ieraut/ uztīt)

- **Ķīmiski izturīgi darba cimdi ar siltinājumu vai bez tā**



Darbs, kurā iespējama saskare ar
ķīmiskām vielām

- **Gumijas / lateksa / nitrila cimdi**



Darbs, kurā iespējama saskare ar mitrumu
Darbs, kurā iespējama saskare
bakterioloģisku piesārņojumu, ar
uzkopšanā un dezinfekcijā izmantojamām
ķīmiskajām vielām, ar atsevišķām
izmantojamām ķīmiskajām vielām



ROKU AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Metāla pinuma cimdi**



Darbi, kurus veic ar nažiem, zāģiem u.c. aprīkojumu, ar kuru var savainot rokas

- **Ziemas darba cimdi**



Darbs ārā ziemas apstākļos

- **Vibrāciju slāpējoši cimdi**



Darbiem ar iekārtām un instrumentiem, kuri rada vibrāciju



KĀJU UN PĒDU AIZSARDZĪBA

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Apavi ar necaurduramu zoli un papildu aizsardzību pirkstgaliem / vasaras tipa**
- **Apavi ar necaurduramu zoli un papildu aizsardzību pirkstgaliem / starpsezonu tipa**
- **Apavi ar necaurduramu zoli un papildu aizsardzību pirkstgaliem / ziemas tipa**
- **Gumijas zābaki ar siltinājumu un bez**



Darbs, kuru veicot iespējams traumēt kājas pēdu



Darbs, kuru veicot iespējams traumēt kājas pēdu



Darbs, kuru veicot iespējams traumēt kājas pēdu



Darbs vietās, kur iespējams saslapināt kājas



VĒDERA UN CITU ĶERMENĀ DAĻU AIZSARDZĪBA

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Priekšauti**



Darbs ar ķīmiskām vielām, darbi, kuros
iespējams nosmērēties

- **Uzroči**



Darbs ar ķīmiskām vielām, mitrumā u.c



AIZSARGAPĢĒRBI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Fluorescējošs vai atstarojošs aizsargapģērbs / vasaras tipa**
- **Fluorescējošs vai atstarojošs aizsargapģērbs / ziemas tipa**
- **Fluorescējošs vai atstarojošs aizsargapģērbs un piederumi**
- **Aizsargapģērbs pret mehāniskām traumām (divdaļīgs vai kombinezons)**
- **Apģērbs aizsardzībai pret putekļiem**



Darbs vietās, kur jābūt labi redzamam - vasaras apstākļos

Darbs vietās, kur jābūt labi redzamam – ziemas apstākļos

Darbs vietās, kur jābūt labi redzamam

Darbi, kurus veicot iespējams gūt mehāniskas traumas

Darbs ar ķīmikālijām
Darbs putekļainā vidē



AIZSARDZĪBAI PRET KRITIENIEM

Aizsardzības līdzeklis

- **Individuālais aizsardzības līdzeklis aizsardzībai pret kritieniem** / Drošības sistēma, kura sastāv no iekares, kas aptver kājas, vidukli, krūšu kurvi un plecus, un ierīces ķermeņa noturēšanai un kritiena apturēšanai kopā ar vienu vai vairākiem specifiskā aprīkojuma elementiem

Darba veids

Darbi, kurus veic vietās, kas atrodas vismaz 1,5m augstumā no zemes vai jebkuras citas drošas virsmas, tai skaitā darbs lielās tvertnēs, ja ir iespējams kritiens, uz sastatnēm, kāpnēm, jumtiem, kā arī izmantojot virves un stiprinājumus.





ĀDAS AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Aizsardzības līdzeklis

Darba veids

- **Saules aizsargkrēms**

Darbs atklātos saules staros
(izvēlēties atkarībā no
darbinieku ādas tipa)

- **Pretinsektu līdzeklis**

Darbs vietās, kur iespējami
insektu kodumi

- **Ādas aizsargkrēms**

Darbs, kuru veicot, iespējami ādas
bojājumi (mitrums, ķīmiskas vielas,
aukstums, sausums u.c.)



NOZARĒ LIETOJAMĀS DROŠĪBAS ZĪMJU GRUPAS

Drošības zīme ir uz konkrētu objektu, darbību vai situāciju attiecināma zīme, signālkršojums, akustisks vai roku signāls, kā arī vārdiska saziņa, kas sniedz drošības informāciju darba vietā.



APSVĒRUMI DROŠĪBAS ZĪMJU IZVĒLEI

- Izmantošanas nepieciešamība
- Piemērotība
- Iegādes specifika
- Izvietojšanas, to uzturēšanas, pārraudzības iespējas
- Darba zonas platība, tajā strādājošo skaits
- Riska faktori, apstākļi, par kuriem jābrīdina
- Nelaimes gadījumu/arodslimības draudu iespējamība



DROŠĪBAS ZĪMJU GRUPAS

- Aizlieguma zīmes
- Brīdinājuma zīmes
- Rīkojuma zīmes
- Papildizejas, pirmās palīdzības zīmes



Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 03.09.2002. MK not. 400 «Darba aizsardzības prasības drošības zīmju liet»



AIZLIEGUMA ZĪMES

Zīmes, kas aizliedz darbību, kura var radīt bīstamu situāciju.

Zīmes veids - apla veida zīme, ar baltu vidu un sarkanu apla apmali un sarkanu šķērsvītru pār zīmi.



2.1.
Nesmēķēt



2.2.
Smēķēšana un
atklāta liesma
aizliegta



2.3.
Gājēju
kustība
aizliegta



2.4.
Nedzēst ar
ūdeni



2.5.
Nav dzerams



2.6.
Nepiederošām
personām kustība
aizliegta



2.7.
Iekšējā transporta
kustība aizliegta



2.8.
Nepieskarties



2.9.
Aizliegts
(ar skaidrojošu
uzrakstu)



2.10.
Nestāvēt zem
kravas



2.11.
Sastatņu
montāža



BRĪDINĀJUMA ZĪMES (I)

Zīmes, kas brīdina par risku vai bīstamības iespēju.

Zīmes veids - trīsstūra veida zīme, ar dzeltenu fonu un melnu trīsstūra malu.



4.1.
**Vispārīga
bīstamība**



4.2.
**Eksplozīva vide
Vai sprādzien-
bīstama telpa**



4.3.
**Toksiska
viela**



4.4.
**Kodīga
viela**



4.5.
**Radioaktīva viela
Vai jonizējošs
starojums**



4.6.
**Uzmanību,
pacelta
krava**



4.7.
**Iekšējais
transports**



4.8.
**Bīstami,
elektrība**



4.9.
**Vispārēja
bīstamība**



4.10.
**Lāzera
stars**



4.11.
**Oksidējoša
viela**



4.12.
**Nejonizējoša
radiācija vai
starojums**

Brīdinājuma zīmi Nr.4.9.
“Vispārēja bīstamība”, lai
brīdinātu par bīstamām
ķīmiskām vielām vai
maisījumiem, izmanto
vienīgi gadījumā, ja
nepieciešams apzīmēt
vairāku bīstamo vielu vai
maisījumu krājumus.



BRĪDINĀJUMA ZĪMES (II)



4.13.
Spēcīgs
magnētiskais
lauks



4.14.
Uzmanību,
šķēršļi



4.15.
Uzmanību,
nelīdzens



4.16.
Bioloģiskais
rīksts



4.17.
Zema
temperatūra



4.19.
Eksplozīva
vide



4.20.
Sastatnes



4.21.
Uzmanību,
pakāpiens



4.22.
Uzmanību,
slidens



4.23.
Dziļš ūdens



4.24.
Zīmējums



4.25.
Uzmanību,
krītoši objekti



4.26.
Augsta
temperatūra



4.27.
Uzmanību,
karsta virsma



4.28.
Uzmanību,
karsts tvaiks



INDIVIDUĀLĀ AIZSARDZĪBA, DROŠĪBAS ZĪMES UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI

RĪKOJUMA ZĪMES

Zīmes, kas norāda uz konkrētu darbību, lai aizsargātu darbinieku pret konkrētu risku.



6.1.
Jālieto
aizsargbrille
s



6.2.
Jālieto
aizsargķivere



6.3.
Jālieto dzirdes
aizsardzības
līdzekļi



6.4.
Jālieto gāzmaska,
respirators



6.5.
Jālieto darba
apavi



6.6.
Jālieto
aizsargcimdi



6.7.
Jālieto
aizsargkostī
ms



6.8.
Jālieto sejas
aizsardzības līdzekļi



6.9.
Jālieto
aizsargjosta



6.10.
Jālieto
respirators



6.11.
Jālieto antistatiski
apavi



6.12.
Jālieto sejas
maska



6.13.
Gājēju ceļš,
maršruts



6.14.
Vispārīgā
rīkojuma zīme

Brīdinājuma zīmi Nr.4.9.
"Vispārīgo rīkojuma" zīmi
lieto kopā ar citām zīmēm



PIRMĀS PALĪDZĪBAS UN GLĀBŠANAS PAPILDIZEJU ZĪMES



8.1.
Pirmās palīdzības
punkts



8.2.
Nestuves



8.3.
Sanitārā
apstrāde



8.4.
Acu skalošana



8.5.
Elpošanas
līdzekļi



8.6.
Pārsiešanas
līdzekļi



8.7.
Droša
pulcēšanās vieta



8.8.
Atdzīvināšanas
līdzekļi



8.9.
Tālrunis neatliekamās
medicīniskās palīdzības
izsaukšanai



9.1.
Papildizeja,
virziens pa kreisi



9.1.
Papildizeja,
virziens pa labi



9.1.
Papildizeja,
virziens uz
leju



9.2.
Kustības
virziens pa
kreisi



9.2.
Kustības
virziens pa labi



9.2.
Kustības
virziens uz leju



KĪMISKO VIELU UN PRODUKTU BĪSTAMĪBAS PIKTOGRAMMAS



Toksisks



Kodīgs



**Kaitīgs,
kairinošs**



**Viegli
uzliesmojošs**



**Sprādzien-
bīstams**



**Spēcīgs
oksidētājs**



Videi bīstams



**Bīstams
veselībai**

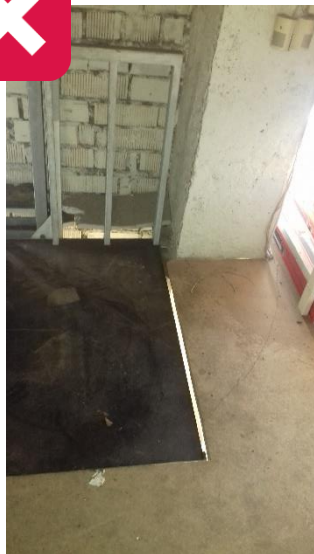


**Gāze zem
spiediena**



SIGNĀLKRĀSOJUMS

Krāsojums ar specifisku nozīmi, norāda kādu ierobežojumu, kurās iespējama sadursme ar šķēršļiem, krišana vai pastāv krītošu objektu draudi



- Nav
iezīmēta lifta
kustīgā daļa



- Ir iezīmēta
lifta kustīgā
daļa, kur
iespējama
krišana



SMĒĶĒŠANU REGULĒJOŠĀS ZĪMES

16/05/2017 Ministru kabineta noteikumi Nr.260 "Noteikumi par kārtību, kādā izvietojami informatīvie uzraksti vai simboli par smēķēšanas aizliegumu vai atļauju smēķēt, kā arī par uzrakstu un simbolu paraugiem".

- Aizliegumu smēķēt norāda ar uzrakstu "Smēķēt aizliegts" vai ar simbolu par smēķēšanas aizliegumu:

Smēķēt aizliegts



- Atļauju smēķēt norāda ar uzrakstu "Atļauts smēķēt" vai ar simbolu par atļauju smēķēt:

Atļauts smēķēt





DARBA VIETĀS LIETOJAMIE ROKU SIGNĀLI

Sākt!

Uzmanību
Sākt darbu

Abas rokas izstieptas
horizontāli ar delnām uz
priekšu



Stop!

Pārtraukt kustību

Labā roka pacelta augšā ar
delnu uz priekšu



Beigt!

Izbeigt darbību

Abas rokas savienotas krūšu
augstumā



Celt!

Pacelt kravu

Labā roka pacelta augšā ar
delnu uz priekšu un izdara
lēnas aplveida kustības





DARBA VIETĀS LIETOJAMIE ROKU SIGNĀLI

Zemāk!

Nolaist kravu

Labā roka nolaista lejā ar delnu
uz iekšu un izdara lēnas apļveida
kustības



Vertikālā distance

Samazināt vai
palielināt vertikālo
distanci

Ar rokām norāda būtisko distanci



Virzīt uz priekšu

Kravu pārvietot uz
priekšu

Abas rokas saliektas ar delnām
uz augšu un izdara lēnas
kustības uz ķermeņa pusi



Virzīt atpakaļ

Kravu pārvietot
atpakaļ

Abas rokas saliektas ar delnām
uz leju un izdara lēnas kustības
prom no ķermeņa



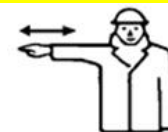


DARBA VIETĀS LIETOJAMIE ROKU SIGNĀLI

Pa labi no signalizētāja

Kravu pārvietot
pa labi

Labā roka izstiepta horizontāli
ar delnu uz leju un lēni izdara
sīkas kustības pa labi



Pa kreisi no signalizētāja

Kravu pārvietot
pa kreisi

Kreisā roka izstiepra horizontāli
ar delnu uz leju un lēni izdara
sīkas kustības pa kreisi



Horizontālā distance

Samazināt vai
palielināt horizontālo
distanci

Ar rokām norāda būtisko
distanci



Bīstami!

Novērst avārijas
situācijas

Abas rokas paceltas augšā ar
delnām uz priekšu



Ātrāk! Lēnāk!

Paātrināt kustību
Palēlināt kustību

Visas kustības izdara ātrāk
Visas kustības izdara lēnāk



DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:

Nav izvietotas drošības zīmes,
signālkrāsojums



ATBILSTOŠI:

- Izvietot drošības zīmi ,
“Uzmanību, pakāpiens”,
signālkrāsojuma lenti
- Informēt darbiniekus par
drošības zīmju nozīmi





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI



NEATBILSTĪBA:

Elektrības skapim nav
uzlikts vāciņš un nav
apzīmēts ar zīmi
“Bīstami, elektrība”





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:

Ķīmiskās vielas ar neatbilstoši
uzrakstītu marķējuma un bez
bīstamības raksturojuma



ATBILSTOŠI:

Ķīmiskām vielām jāglabājas atsevišķā telpā
vai skapī.

- Attiecīgi pirms ieejas telpā vai uz skapja
jāizvieto drošības zīmes:



- Vai citas brīdinājuma zīmes atkarībā no
ķīmiskajām vielām:





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:

Neatbilstoša ķīmisko
vielu uzglabāšana



ATBILSTĪBA:

- Ķīmiskās vielas uzglabā slēgtā telpā vai skapī, izolēti no nepiederošām personām. Telpā vai skapī nodrošina atsevišķu ventilācijas sistēmu un telpu vai skapi apzīmē ar drošības zīmēm.





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:



Nav atjaunotas
zīmes, kuras ir
zaudējušas
krāsojumu un
saprotaamību

ATBILSTOŠI:

- Izvietotas skaidri
saprotamas un aktuālās
zīmes, kā arī ķīmisko vielu
piktogrammu skaidrojums





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

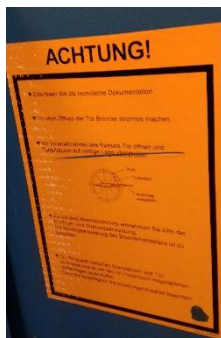
NEATBILSTĪBA:



Neatbilstošs
informācijas
pasniegšanas
veids

ATBILSTOŠI:

- Uzrakstiem,
paskaidrojumiem,
lietošanas
instrukcijām jābūt
viegli
saprotamiem un
nepārprotamiem





DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

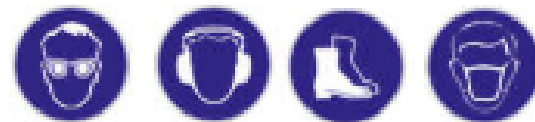
NEATBILSTĪBA:



Nesakārtota darba
vide

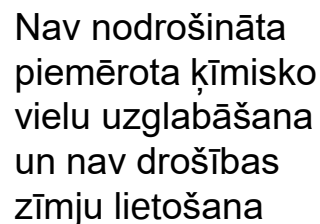
ATBILSTOŠI:

- Darba vide jāuztur tīrībā un kārtībā, pie darba galdiem un iekārtām jāizvieto atbilstošas drošības zīmes. Uzrakstiem paskaidrojumiem jābūt viegli saprotamiem un nepārprotamiem





NEATBILSTĪBA:



ATBILSTĪBA:

- Rīkojoties ar gāzes balonu, nepieļaut saskari ar eļļām un eļļainiem materiāliem. Eļļa neuzglabāt blakus skābekļa baloniem. Skābekļa balonu un ugunsdzēsības aparātu atrašanās vietu apzīmēt ar attiecīgo zīmi.



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



DROŠĪBAS ZĪMJU PIELIETOŠANAS PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:

Stacionārās darbnīcu iekārtas un ierīces nav
apzīmētas ar drošības zīmēm



ATBILSTĪBA:

- Visām stacionārām darbnīcu iekārtām un ierīcēm jābūt apzīmētām ar drošības zīmēm un nodrošinātajai lietošanai instrukcijai





PRAKTISKIE PIEMĒRI



NEATBILSTĪBA:

Kravas kastes
nostiprināšanai tiek
izmantoti vienkārši
priekšmeti, nevis speciāli
šim nolūkam paredzēti
balsti.



PRAKTISKIE PIEMĒRI



NEATBILSTĪBA:

Netiek turēts aizvērts
elektrības skapis. Nav
uzturēta un izveidota
sakārtota darba vide –
vadu mudžeklis.



PRAKTISKIE PIEMĒRI



NEATBILSTĪBA:

Bremžu stends ikdienā,
kad netiek lietots tiek
turēts bez aizsarga



PRAKTISKIE PIEMĒRI



NEATBILSTĪBA:

Darba zonā, kurā nav
paredzēta atpūtas
pauzēm, tiek lietoti
pārtikas produkti



OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES

- Darba aizsardzības likums nosaka, ka darba devējs nodrošina obligātu veselības pārbaudi tiem nodarbinātajiem, kuru veselības stāvokli ietekmē vai var ietekmēt veselībai kaitīgi darba vides faktori, un tiem nodarbinātajiem, kuriem darbā ir īpaši apstākļi. Kārtību, kādā veicama obligātā veselības pārbaude, nosaka Ministru kabineta noteikumi Nr. 219 „Kārtība, kādā veicama obligātās veselības pārbaude”.



OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES

Veselības pārbaudi veic personām:

- kuras ir nodarbinātas vai kuras paredzēts nodarbināt darbā, kur viņu veselības stāvokli ietekmē veselībai kaitīgie darba vides faktori
- kuras ir nodarbinātas vai kuras paredzēts nodarbināt darbā īpašos apstākļos – bīstamos darbos, kur pastāv augsts nelaimes gadījumu risks pašam nodarbinātajam vai apkārtējiem



OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES

- **Kaitīgie darba vides faktori** - vides vai darba procesa faktori, kas var nelabvēlīgi ietekmēt nodarbināto veselības stāvokli un ilgstošas, intensīvas iedarbības rezultātā izraisīt slimības.
- 10.03.2009. MK not. 219 1. pielikums ietver kaitīgo darba vides faktoru uzskaitījumu, jo OVP laikā veicamie izmeklējumi un nepieciešamo ārstu konsultācijas, kā arī OVP veikšanas biežums ir tieši atkarīgs no kaitīgā faktora un tā līmeņa konkrētā darba vietā.



KAITĪGO DARBA VIDES RISKA FAKTORU NOTEIKŠANA

- Veicot darba vides riska novērtējumu, darba aizsardzības speciālists nosaka darba vidē esošos kaitīgos faktorus un to nodarbināto loku, kas ir pakļauti šo faktoru iedarbībai. Kā arī nosaka, kādi darbinieki veic darbu īpašos apstākļos (piemēram, darbinieks, lai piekļūtu augstākiem plauktiem, pakāpjas augstāk kā 1,5m, tātad OVP kartē īpašajos darba apstākļos norāda punktu «Darbs, kas tiek veikts vairāk kā 1,5m, bet mazāk kā 5m augstumā .<.> »)
- Būtiska loma precīzā OVP noteikšanā ir laboratorisko mērījumu veikšanai, jo OVP veikšanas biežums ir tieši atkarīgs no kaitīgā faktora līmeņa (piemēram, trokšņa augstākā ekspozīcijas darbības vērtība ir 85 dB(A), bet darbinieks ir pakļauts 88 dB(A), tātad uz OVP veselībai kaitīgo darba vides faktoru troksnis darbinieks jāsūta veikt pārbaudi reizi gadā).



OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES

3 pielikums Ministru kabineta 2009. gada 10. marta noteikumiem Nr. 219	
Obligātās veselības pārbaudes karte	
I. Norādījums uz obligāto veselības pārbaudi	
(Izvērtējiet veselības stāvokli (reālā, ja nepieciešams))	
1. Darba devējs (nosaukums, adrese, tālrunis)	_____
2. Personas vārds, uzvārds	_____
3. Personas kods	_____
4. Dzīvesvieta	_____
5. Profesija	_____
6. Veselībai kaitīgie darba vides apstākļi	_____
(saskaņā ar Ministru kabineta 2009. gada 10. marta noteikumu Nr. 219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude" 1. pielikuma ... punktu)	
7. Ipašie darba apstākļi	_____
(saskaņā ar Ministru kabineta 2009. gada 10. marta noteikumu Nr. 219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude" 2. pielikuma ... punktu)	
8. Darba stāds šīs kartes 6. punktā minētajos veselībai kaitīgajos darba vides apstākļos	_____
(saskaņā, mēneši)	
9. Darba stāds šīs kartes 7. punktā minētajos īpašajos darba apstākļos	_____
(saskaņā, mēneši)	
10. _____ tiek norādīts(-a) uz šādu obligāto	_____
(vārds, uzvārds)	
veselības pārbaudi (atbilstošo pasvītrot):	
10.1. pirmreizējo veselības pārbaudi;	
10.2. ārpusējās veselības pārbaudi (iemesls: _____);	
10.3. periodisko veselības pārbaudi.	
Darba devējs vai viņa pilnvarota persona	
Amats	_____
Paraksts un tā atšifrējums	_____
Datums	_____
Zīmogs	_____
II. Atzinums par personas veselības stāvokļa atbilstību veicamajam darbam	
11. Personas veselības stāvokļa novērtējums (atbilstošo pasvītrot):	
11.1. veselības stāvoklis atbilst veicamajam darbam;	
11.2. veselības stāvoklis neatbilst veicamajam darbam;	
11.3. konstatētas ar slimībām saistītas pazīmes.	
12. Īpašas piezīmes un ieteikumi darba devējam	

Arodslimības sertifikāts izdots _____	
Paraksts un tā atšifrējums _____	
Datums _____	
Ārstniecības iestādes zīmogs _____	
III. Darba devēja veiktie pasākumi atbilstošai obligāto veselības pārbaudes atzinumam norādījumam	

Darba devējs vai viņa pilnvarota persona	
Amats	_____
Paraksts un tā atšifrējums	_____
Datums	_____
Zīmogs	_____



OBLIGĀTĀS VESELĪBAS PĀRBAUDES

- Periodiskās un ārpuskārtas (papildu) veselības pārbaudes veikšanai darba devējs nosaka noteiktu laiku, ne mazāku par četrām nedēļām un ne lielāku par trijiem mēnešiem
- Nosūtot uz veselības pārbaudi, darba devējs izsniedz nodarbinātajam un personai pirms darba tiesisko attiecību uzsākšanas veselības pārbaudes karti divos eksemplāros, iepriekš aizpildot veselības pārbaudes kartes I sadaļu “Norīkojums uz obligāto veselības pārbaudi”



OBLIGĀTO VESELĪBAS PĀRBAUŽU RAKSTURĪGĀKIE PUNKTI NOZARĒ

Punkti

- Sintētiskie mazgāšanas līdzekļi
- Organiskas izcelsmes putekļi
- Dažādas ķīmiskās vielas (atbilstoši ķīmisko vielu riska novērtējumam)

Pārbaužu biežums

1 x 3 gados

1 x gadā, ja nav veikti mērījumi

1 x gadā, 1 x 2 gados vai
1 x 3 gados, atbilstoši
eksponēcijas indeksam



OBLIGĀTO VESELĪBAS PĀRBAUŽU RAKSTURĪGĀKIE PUNKTI NOZARĒ

Punkti

- Troksnis
- Smagumu pārvietošana bez mehāniskām palīgierīcēm, smaguma celšana un noturēšana
- Atrašanās piespiedu pozā ilgāk kā 50% no darba laika, lokāls muskuļu sasprindzinājums, tajā skaitā darbs stāvēt kājās
- Nakts darbs

Pārbaužu biežums

1 x gadā, ja nav veikti mērījumi

1 x 3 gados

1 x 3 gados

1 x 3 gados



OBLIGĀTO VESELĪBAS PĀRBAUŽU RAKSTURĪGĀKIE PUNKTI NOZARĒ

Punkti

- Bieža, periodiska, atkārtota noliekšanās ilgāk nekā 50% no darba laika
- Biežas, monotonas, atkārtotas kustības; darbs, kas saistīts ar ilgstošu un intensīvu lokālu muskuļu sasprindzinājumu, tajā skaitā darbs ar rokām un rokas instrumentiem ilgāk nekā 50 % no darba laika

Pārbaužu biežums

1 x 3 gados

1 x 3 gados



OBLIGĀTO VESELĪBAS PĀRBAUŽU RAKSTURĪGĀKIE PUNKTI NOZARĒ

Punkti

- Paaugstināts redzes sasprindzinājums
- Rokas – plaukstu vibrācija
- Visa ķermeņa vibrācija
- Vilcienu vadīšana

Pārbažu biežums

1 x 3 gados

1 x gadā, ja nav veikti mērījumi

1 x gadā, ja nav veikti mērījumi

Piezīme: darba aizsardzības speciālistam, izvērtējot darba vides riska novērtēšanas rezultātus, jāizvēlas arī tie faktori, kas nav minēti šajos slaidos (ja tādi tiek konstatēti risku novērtēšanā).



NODARBINĀTO APMĀCĪBAS VEIDI

- Ievadapmācība
- Instruktaža darba vietā:
 - uzsākot darbu (sākotnējā)
 - darba gaitā (atkārtotā – ne retāk kā reizi gadā, darbā ar bīstamām iekārtām – ne retāk kā reizi sešos mēnešos)
- Neplānotā instruktaža
- Mērķa instruktaža
- Tematiskā apmācība

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 10.08.2010. MK not. Nr. 749 «Apmācības kārtība darba aizsardzības jautājumos»



NODARBINĀTO APMĀCĪBAS

Ievadapmācību drīkst veikt darba aizsardzības speciālists, uzņēmuma vadītāja rakstiski norīkota persona, kompetenta institūcija vai kompetents speciālists, vai cita persona uzņēmumā, kas pārzina ievadapmācībā apgūstamos jautājumus.

Instruktažu darba vietā drīkst veikt tiešais darbu vadītājs, darba aizsardzības speciālists vai persona, kurai ir atbilstoša pieredze attiecīgajā amatā vai profesijā un kuru ir apmācījis darba aizsardzības speciālists, kompetenta institūcija vai kompetents speciālists.



BĪSTAMO IEKĀRTU APKALPOJOŠĀ PERSONĀLA APMĀCĪBA

Bīstamās iekārtas apkalpojošais personāls — bīstamās iekārtas valdītāja norīkotas apmācītas personas, kuru rīcība ietekmē bīstamās iekārtas darbību vai tehnoloģiskā procesa norisi.

Darba devējs nodrošina bīstamo iekārtu apkalpojošā personāla apmācību un instruktāžas, ņemot vērā bīstamās iekārtas veidu, sarežģītības un bīstamības pakāpi, kā arī darbinieku izglītību un iepriekšējā darba pieredzi.

Darbos ar bīstamām iekārtām atkārtoto instruktāžu veic ne retāk kā reizi sešos mēnešos.



DARBINIEKU APMĀCĪBAS

Personai, kura veic specializētus darbus (piemēram, autoiekrāvēja operatoram), jābūt atbilstošai kvalifikācijai un tās apliecinošam dokumentam.





PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANA

- Norīko personu, kura ir apmācīta pirmās palīdzības sniegšanā, lai gadījumā, rodas nepieciešamība sniegt palīdzību, uz vietas būtu darbinieks, kas to ir apmācīts darīt. Ieteicams, lai katrā maiņas laikā būtu vismaz viena persona, kura ir apmācīta pirmās palīdzības sniegšanā.
- Nodrošina, lai darba vietās būtu pieejams pietiekams skaits pirmās palīdzības aptieciņu, ņemot vērā darba vides riskus. Ja uzņēmumā ir vairākas struktūrvienības, ieteicams, lai pirmās palīdzības aptieciņa būtu pieejama katrā struktūrvienībā neatkarīgi no nodarbināto skaita.

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 20.06.2001. "Darba aizsardzības likums"



INDIVIDUĀLĀ AIZSARDZĪBA, DROŠĪBAS ZĪMES
UN CITI ORGANIZATORISKIE PASĀKUMI

SPECIFISKĀS UGUNSDROŠĪBAS PRASĪBAS

Regulē: 24.10.2020. likums «Ugunsdrošības un ugunsdzēsības likums»
19.04.2016. MK not. Nr. 238 «Ugunsdrošības noteikumi»



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



RĪCĪBA UGUNSDROŠĪBAS TRAUKSMES GADĪJUMĀ

Personu pienākums atrodoties būvē, nekavējoties evakuēties, atskanot ugunsgrēka trauksmes signālam vai pamanot ugunsgrēku.

Fiziskajai personai ir pienākums:

- Ziņot par to VUGD, zvanot uz numuru 112, nosaucot ugunsgrēka izcelšanās adresi vai vietu un ziņotāja vārdu, uzvārdu, kā arī sniegt pieprasīto papildu informāciju par ugunsgrēku;
- Informēt ugunsgrēka dzēšanas un glābšanas darbu vadītāju par cilvēkiem, kuri atrodas vai varētu atrasties ugunsgrēka apdraudētajā vietā, objekta ugunsdzēsības ūdensņemšanas vietām un piebraukšanas ceļiem, ugunsbīstamību, sprādzienbīstamību un citiem bīstamiem faktoriem.



RĪCĪBA UGUNSDROŠĪBAS TRAUKSMES GADĪJUMĀ

Objekta atbildīgajai personai papildus fiziskās personas pienākumam līdz brīdim, kad ierodas VUGD vienība, ir pienākums nodrošināt:

- Ugunsdrošības instrukcijā noteikto ugunsdzēsības pasākumu veikšanu
- Ugunsdrošībai nozīmīgo inženiertehnisko sistēmu iedarbināšanu
- Tehnoloģisko iekārtu, elektroinstalācijas, elektroiekārtu, elektroierīču un inženiertīklu atvienošanu vai pārslēgšanu uz darba režīmu, kas neveicina ugunsgrēka attīstību un neierobežo tā dzēšanu
- Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta vai avārijas dienestu izsaukšanu (ja nepieciešams)



RĪCĪBA UGUNSDROŠĪBAS TRAUKSMES GADĪJUMĀ

1. (Dzēst aizdegšanas avotu, gadījumā, ja tas neapdraud dzīvību vai veselību)
2. Izvairīties no dūmiem, degšanas vietas
3. Evakuēties pa tuvāko izeju
4. Izsaukt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu (tel. Nr. 112)
5. Pulcēties drošas pulcēšanās vietā

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 19.04.2016. MK not. 238 "Ugunsdrošības noteikumi"



UGUNSDROŠĪBAS PRASĪBAS

- Mehāniskās ventilācijas sistēma, kas nosūc degtspējīgas gāzes, tvaikus vai putekļus (piemēram, miltu), ir sprādziendrošā izpildījumā, un to aprīko ar aizsargierīcēm, kas nepieļauj svešķermeņu iekļūšanu sistēmā. Šādu ventilācijas sistēmu pārbauda un tīra ne retāk kā reizi gadā
- Ventilācijas sistēmas automātiskos ugunsdrošos vārstus, aizsargierīces un to iedarbināšanas mehānismus attīra no putekļiem un citiem nosēdumiem
- Tehnoloģisko iekārtu, kurā darbības laikā rodas degtspējīgi putekļi (līdz 1 mm), aprīko ar nosūces ventilāciju, kas ieslēdzas pirms tehnoloģiskās iekārtas iedarbošanās vai vienlaikus ar to
- Sprādzienbīstamu procesu tehnoloģiskās iekārtas aprīko ar statiskās elektrības noņemšanas un zemējuma ierīcēm



UGUNSDROŠĪBAS PRASĪBAS

- Elektroiekrāvēju un autoiekrāvēju lādēšanas telpas nodrošina ar atsevišķu elektrības pievadu. Pie ieejas elektroiekrāvēju un autoiekrāvēju lādēšanas telpā izvieto elektrības slēdzi lādēšanas apturēšanai
- **Aizliegts:**
 - izmantot bojātas tehnoloģiskās iekārtas
 - strādāt ar iekārtām, ja nedarbojas sprādzienbīstamības un ugunsbīstamības kontroles un mērīšanas ierīces



VISPĀRĒJĀS UGUNSDROŠĪBAS PRASĪBAS

- Iepazīties un ievērot ugunsdrošības instrukciju
- Smēķēt tikai tam speciāli ierīkotās un norādītās vietās
- Zināt, kur atrodas tuvākais ugunsdzēsības aparāts un prast to pielietot
- Zināt, kur iespējams atslēgt ventilācijas un elektroiekārtas
- Neaizkraut ejas un rezerves izejas ar priekšmetiem un materiāliem
- Uzturēt kārtību un tīrību darba vietā
- Elektrosadales skapjus vienmēr turēt aizvērtus
(regulāri notīri putekļus, lai nebūtu iespējama to pašaiizdegšanās)

Atsauce: Pilna informācija ir parādīta 19.04.2016. MK not. 238 "Ugunsdrošības noteikumi"



PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:

- Pārkāpti ugunsdzēsības aparāta ekspluatācijas noteikumi



NEATBILSTĪBA:

- Nav nodrošināta atbilstoša ugunsdzēsības aparāta izvietošana





PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:



- Ugunsdzēsības aparātu atrašanās vietas nav apzīmētas ar attiecīgo zīmi un ugunsdzēsības aparātu priekšā atrodas preces.



PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:



- Nav veikta ugunsdzēsības aparāta pārbaude

ATBILSTOŠI:

- Ugunsdzēsības aparāta tehniskā apkopes jāveic atbilstoši ražotāja noteiktajam periodiskumam un ir jāveic atzīme attiecīgajā uzlīmē uz ugunsdzēsības aparāta



PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:



- Neatbilstoša gāzes un skābekļa balona uzglabāšana

ATBILSTOŠI:

- Gāzes balons ir nostiprināts tā, lai tas neapgāztos un netiktu pakļauts mehāniskiem triecieniem. Skābekļa balonam nav saskare ar eļļainiem materiāliem vai šķidrumiem.



PRAKTISKIE PIEMĒRI

NEATBILSTĪBA:



- Apgaismes ķermeņi bez aizsargkupoliem

ATBILSTOŠI:

- Visiem apgaismes ķermeņiem jābūt aprīkoti ar aizsargkupoliem



Situāciju analīze



Smagās automašīnas vadītājs, karstā vasaras dienā, veica reisa automašīnas sagatavošanas darbus, lai varētu doties noteiktajā maršrutā. Nodarbinātais bija ģērbies ikdienišķā apģērbā un sporta apavos. Pēc automašīnas mazgāšanas darbiem, tika konstatēts aizmugurējās riepas bojājums. Pats vadītājs, vēloties nomainīt bojāto riepu, paslīdēja peļķē, kas bija izveidojusies tieši zem bojātās riepas un ieguva galvas savainojumu.

1. Uzrakstiet, kādas darba aizsardzības prasības ir tikušas pārkāptas?

2. Nosakiet, kas ir atbildīgs par konkrēto nelaimes gadījumu! Paskaidrojiet savu viedokli!



Situāciju analīze

Atbildes

(Nav noteikts, ka cilvēka, kurš atbild uz dotajiem jautājumiem, atbildēm jābūt identiskām ar šeit minētām. Galvenais, lai atbildēm būtu pareizs domu gājiens un virziens.)



Smagās automašīnas vadītājs, karstā vasaras dienā, veica reisa automašīnas sagatavošanas darbus, lai varētu doties noteiktajā maršrutā. Nodarbinātais bija ģērbies ikdienišķā apģērbā un sporta apavos. Pēc automašīnas mazgāšanas darbiem, tika konstatēts aizmugurējās riepas bojājums. Pats vadītājs vēloties nomainīt bojāto riepu paslīdēja peļķē, kas bija izveidojusies tieši zem bojātās riepas un ieguva galvas savainojumu.

1. Uzrakstiet, kādas darba aizsardzības prasības ir tikušas pārkāptas?

Smagās automašīnas vadītājam bija nepieciešams pārvietot transportlīdzekli uz vietu, kur netika veikti auto mazgāšanas darbi. Vadītājs neizmantoja individuālos aizsardzības līdzekļus – darba apavus ar neslīdošu zoli.

2. Nosakiet, kas ir atbildīgs par konkrēto nelaimes gadījumu! Paskaidrojiet savu viedokli!

Pats darbinieks, darba aizsardzības speciālists un darba devējs.

Pats darbinieks, jo auto nebija pārvietojis uz vietu, kur nav izveidojies slapjš asfalts. Darbinieks nelietoja apavus ar neslīdošo zoli.

Darba aizsardzības speciālists un darba devējs, jo nav bijusi atbilstoša darba vides iekšējā uzraudzība.



Situāciju analīze



Loģistikas centrs pieņēma darbā nodarbināto, kuram darba dienu vajadzēja uzsākt nekavējoties. Tās pašas dienas vakarā jaunpieņemtais nodarbinātais tika nosūtīt reisā, taču neizbraucot no Latvijas robežas nodarbinātajam sākās epilepsijas lēkme un tas nobrauca no ceļa braucamās daļas. Apkārt esošie auto vadītāji izsauca neatliekamo medicīnisko palīdzību.

1. Uzrakstiet, kādi bija nelaimes gadījuma cēloņi un kā varēja novērst nelaimes gadījumu?

2. Kādi ir potenciālie riska faktori?



Situāciju analīze

Atbildes

(Nav noteikts, ka cilvēka, kurš atbild uz dotajiem jautājumiem, atbildēm jābūt identiskām ar šeit minētām. Galvenais, lai atbildēm būtu pareizs domu gājiens un virziens.)



Loģistikas centrs pieņēma darbā nodarbināto, kuram darba dienu vajadzēja uzsākt nekavējoties. Tās pašas dienas vakarā jaunpieņemtais nodarbinātais tika nosūtīts reisā, taču neizbraucot no Latvijas robežas nodarbinātajam sākās epilepsijas lēkme un tas nobrauca no ceļa braucamās daļas. Apkārt esošie auto vadītāji izsauca neatliekamo medicīnisko palīdzību.

1. Uzrakstiet, kādi bija nelaimes gadījuma cēloņi un kā varēja novērst nelaimes gadījumu?

Cēloņi – Darba devējs pirms līguma parakstīšanas nodarbināto nenosūtīja uz obligāto veselības pārbaudi.

Novērst nelaimes gadījumu varēja – Nosūtot nodarbināto uz pilnvērtīgu obligāto veselības pārbaudi un nelikt tam doties reisā jau tajā pašā dienā.

2. Kādi ir potenciālie riska faktori?

Var iestāties vadītāja nāve, var notikt smags ceļu satiksmes negadījums, kurā var ciest arī citi autovadītāji.



Situāciju analīze



Veicot ikdienas maršrutu transportlīdzekļa vadītājam uz šosejas nācās veikt piespiedu apstāšanos, sakarā ar kreisā priekšējā riteņa bojājumiem. Priekšējo riteņu nomaiņa prasījās jau laiku atpakaļ. Pirms izkāpšanas no kabīnes vadītājs secināja, ka viņa transportlīdzeklī nav pieejama signālveste un avārijas trijstūris. Neskatoties uz to vadītājs uzsāka sagatavošanās darbu riepās nomaiņai, jo darba aizsardzības instrukcijās nebija minēti šādi gadījumi, taču pārvietojoties gar brauktuves malu, cita transportlīdzekļa vadītājs nepamanīja bīstamo situāciju un cenšoties apbraukt šķersli ar vieglā auto spoguļi aizgēra vadītāju.

Komentējiet, cik lielā mērā aprakstīto nelaimes gadījumu varēja ietekmēt norādītie cēloņi!

<i>Cēloņi</i>	<i>Skaidrojums</i>

Spriežot pēc attēlā redzamā objekta, prognozējiet, kādas varēja būt iespējamie nelaimes gadījuma sekas – bez vadītāja notriekšanas!



Situāciju analīze

Atbildes

(Nav noteikts, ka cilvēka, kurš atbild uz dotajiem jautājumiem, atbildēm jābūt identiskām ar šeit minētām. Galvenais, lai atbildēm būtu pareizs domu gājiens un virziens.)



Veicot ikdienas maršrutu transportlīdzekļa vadītājam uz šosejas nācās veikt piespiedu apstāšanos, sakarā ar kreisā priekšējā riteņa bojājumiem. Priekšējo riteņu nomaiņa prasījās jau laiku atpakaļ. Pirms izkāpšanas no kabīnes vadītājs secināja, ka viņa transportlīdzeklī nav pieejama signālveste un avārijas trijstūris. Neskatoties uz to vadītājs uzsāka sagatavošanās darbu riepās nomaiņai, jo darba aizsardzības instrukcijās nebija minēti šādi gadījumi, taču pārvietojoties gar brauktuves malu, cita transportlīdzekļa vadītājs nepamanīja bīstamo situāciju un cenšoties apbraukt šķersli ar vieglā auto spoguļi aizgēra vadītāju.

Komentējiet, cik lielā mērā aprakstīto nelaimes gadījumu varēja ietekmēt norādītie cēloņi!	
Cēloņi	Skaidrojums
<u>1) Darbs bez IAL</u>	Nodarbinātais uz ceļa braucamās daļas atradās bez signālvestes
<u>2) Transportlīdzekļa tehnisko apkopju neveikšana</u>	Iespējams transporta līdzeklis nebija tehniskā kārtībā, veicot regulāras pārbaudes defekts būtu identificēts un novērsts
<u>3) Darba aizsardzības instrukcijas nepilnvērtīga izstrāde</u>	Darba aizsardzības instrukcijā transportlīdzekļa vadītājam jāatrunā rīcības plāns nestandarta situācijās
<u>4) Ceļu satiksmes noteikumu neievērošana</u>	Nebija nodrošināts aprīkojums riepās maiņas darbiem uz ceļa Katrā transportlīdzeklī jābūt pieejamam avārijas trijstūrim un signālvestei.

Spriežot pēc attēlā redzamā objekta, prognozējiet, kādas varēja būt iespējamie nelaimes gadījuma sekas – bez vadītāja notriekšanas!

Darbinieks varēja traumēt arī citus ceļu satiksmes dalībniekus. Varēja rastie lieli materiālie zaudējumi, iekļūstot avārijā ar vedamo kravu.



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Pašizgāzēja kravas automobiļa vadītājs piegādājot kravu neņēma vērā elektrolīniju tuvumu, kā rezultātā kravas kastes piekabe pieskārs elektrolīnijai. Darbinieks nebija iepazīstināts ar darba aizsardzības instrukcijām.

Nosakiet, nelaimes gadījuma cēloni, nepieciešamos preventīvos pasākumus un atbildīgo par šo pasākumu īstenošanu.

Cēlonis	Preventīvais pasākums	Atbildīgais par pasākumu īstenošanu



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Pašizgāzēja kravas automobiļa vadītājs piegādājot kravu neņēma vērā elektrolīniju tuvumu, kā rezultātā kravas kastes piekabe pieskārs elektrolīnijai. Darbinieks nebija iepazīstināts ar darba aizsardzības instrukcijām.

Nosakiet, nelaimes gadījuma cēloni, nepieciešamos preventīvos pasākumus un atbildīgo par šo pasākumu īstenošanu.

Cēlonis	Preventīvais pasākums	Atbildīgais par pasākumu īstenošanu
Darbinieka neuzmanība	Veikt atbilstošu apmācību darba aizsardzībā, norādot drošas darba metodes un paņēmienus	Darba aizsardzības speciālists
Darba aizsardzības instrukciju neesamība	Nodarbinātajam nodrošināt darba aizsardzības instrukcijas atbilstoši darba specifikai	Darba devējs, darba aizsardzības speciālists
Teritorijas saimnieks nebrīdināja vadītāju par iespējamo bīstamību viņa teritorijā	Vadītājam pašam vajadzēja precizēt riska faktorus ierodoties objektā	Pašizgāzēja vadītājs



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Transportlīdzekļa vadītājs atrodas uz piekabes un novēro, kā tiek uzkrauta viņa automašīnā.

Nosakiet, kādi pārkāpumi, neatbilstības redzamas dotajā attēlā un kādi ir nepieciešamie risinājumi, lai tos novērstu?

Neatbilstības, pārkāpumi	Nepieciešamie risinājumi



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Transportlīdzekļa vadītājs atrodas uz piekabes un novēro, kā tiek uzkrauta viņa automašīnā.

Nosakiet, kādi pārkāpumi, neatbilstības redzamas dotajā attēlā un kādi ir nepieciešamie risinājumi, lai tos novērstu?

Neatbilstības, pārkāpumi	Nepieciešamie risinājumi
Netiek lietoti individuālie aizsardzības līdzekļi – aizsargķivere, signālveste.	Nodrošināt nepieciešamos individuālos aizsardzības līdzekļus un apmācīt nodarbinātos par pareizu to lietošanu.
Kravas automobiļa vadītājam aizliegts atrasties kravas iekraušanas bīstamajā zonā.	Norobežot bīstamo zonu un atkārtoti veikt nodarbinātā instruktāžu.



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Tūristu autobusa vadītājam veicot savus darba pienākumus nākas pavadīt garas darba stundas savā transportlīdzeklī, kā arī tā darba pienākumos ietilpst pasažieru koferu iekraušana un izkraušana transportlīdzeklī. Tūristi no ekskursijām tiek pārvadāti arī pēc pulkstens vienpadsmitiem vakarā. Paralēli garajiem maršrutiem seko smēķēšana, kafija un enerģijas dzērieni.

Nosakiet pastāvošos riskus strādājot par autobusa šoferi un to novēršanas iespējas un pasākumus!

Pastāvošie riski	Novēršanas iespējas un pasākumi



Bioloģiskie riska faktori – Mikroorganismi

Veikt periodisku autobusa ventilācijas sistēmas apkopi un tīrīšanu. Veikt autobusa uzkopšanas un dezinfekcijas darbus. Vadītāju atdalīt no pasažieriem ar caurspīdīgu sienu.



Darba uzdevumu lapa

Atbildes



Tūristu autobusa vadītājam veicot savus darba pienākumus nākas pavadīt garas darba stundas savā transportlīdzeklī, kā arī tā darba pienākumos ietilpst pasažieru koferu iekraušana un izkraušana transportlīdzeklī. Tūristi no ekskursijām tiek pārvadāti arī pēc pulkstens vienpadsmitiem vakarā. Paralēli garajiem maršrutiem seko smēķēšana, kafija un enerģijas dzērieni.

Nosakiet pastāvošos riskus strādājot par autobusa šoferi un to novēršanas iespējas un pasākumus!

Pastāvošie riski	Novēršanas iespējas un pasākumi
Smagumu pārvietošana	Pasažieru kārtības noteikumos atrunāt, ka bagāžas iekraušanu-izkraušanu veic paši pasažieri. Apmācīt nodarbinātos par pareizu smagumu celšanas tehniku
Paslīdēšana, paklupšana	Nodrošināt ērtus darba apavus ar neslīdošu zoli.
Darba poza (sēdus)	Noteikt instrukcijā vai darba kārtības noteikumos atpūtas režīmu un kārtību. Informēt nodarbinātos par vingrinājumu nepieciešamību.
Nakts darbs	Noteikt instrukcijā vai darba kārtības noteikumos atpūtas režīmu un kārtību. Informēt par veselīgu dzīves veidu.
Saskare ar ķīmiskām vielām	Iepazīstināt ar drošības datu lapām un darba aizsardzības instrukcijā atrunāt drošus darba paņēmienus veicot degvielas uzpildi vai citu ķīmisko šķidrumu papildināšanu.
Psiholoģiskie un emocionālie riska faktori	Organizēt konsultēšanos ar nodarbinātajiem. Nodarbināto informēšana un izglītošana par stresa vadīšanu un padomi. Atbilstoša darba laika organizācija. Darba un atpūtas režīmu noteikšana.



Visa ķermeņa vibrācija	Veikt periodiskas transportlīdzekļa tehniskās pārbaudes un apkopes.
Paaugstināts redzes sasprindzinājums	Noteikt instrukcijā vai darba kārtības noteikumos atpūtas režīmu un kārtību.
Bioloģiskie riska faktori – Mikroorganismi	Veikt periodisku autobusa ventilācijas sistēmas apkopi un tīrīšanu. Veikt autobusa uzkopšanas un dezinfekcijas darbus. Vadītāju atdalīt no pasažieriem ar caurspīdīgu sienu.



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA TESTS I

Vārds, uzvārds: _____

Datums: _____

- 1. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz trokšņa ierobežošanas pasākumiem?** *(Iespējamās 5 pareizās atbildes)*
 - A. Preventīvās apkopes veikšana detaļām un / vai iekārtām
 - B. Izvairšanās no metāla triecieniem pa metālu
 - C. Rokas satvēriena maiņa, turot iekārtas
 - D. Trokšņa sienu vai vairogu uzstādīšana
 - E. Atbilstoša apģērba izmantošana
 - F. Amortizāciju trokšņa mazināšana vai vibrējošo detaļu izolācija
 - G. Atbilstoša sēdekļa izmantošana transportlīdzekļa kabīnē
 - H. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
 - I. Vingrojumu veikšana
- 2. Kuri Ministru kabineta noteikumi nosaka Darba aizsardzības prasības, lietojot darba aprīkojumu** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Not. Nr 52
 - B. Not. Nr 26
 - C. Not. Nr 526
- 3. Kuri no apgalvojumiem ir nepatiesi par darbu ar darba aprīkojumu?** *(Iespējamās 3 pareizās atbildes)*
 - A. Drošības slēdži nedrīkst būt atslēgti
 - B. Darba vai tehniskās apkopes zonu apgaismo atbilstoši darba raksturam
 - C. Apkopi drīkst veikt jebkurā laikā/apstākļos
 - D. Darba aprīkojumu drīkst pielāgot specifiskām vajadzībām
- 4. Par bīstamu iekārtu var uzskatīt:** *(Iespējamās 2 pareizās atbildes)*
 - A. Autotransporta cisternas
 - B. Stacionāro datoru
 - C. Spiedieniekārtu kompleksi
 - D. Tehnisko darbāgaldu
 - E. Katliekārtu līdz 500kw
- 5. Kāpēc tiek noteikta nelaimes gadījumu izmeklēšanas un uzskaites kārtība?** *(Iespējamās 4 pareizās atbildes)*
 - A. Lai nodrošinātu nelaimes gadījumu cēloņu noteikšanu
 - B. Lai noskaidrotu vainīgo
 - C. Lai uzlabotu nodarbināto drošību darbā
 - D. Lai nodrošinātu nelaimes gadījumu cēloņu novēršanu
 - E. Lai papildinātu darba aizsardzības instrukciju saturu
 - F. Lai uzlabotu nodarbināto veselības aizsardzību darbā
- 6. Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām?** *(Iespējamās 2 pareizās atbildes)*
 - A. Nē, nepastāv
 - B. Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
 - C. Jā, ja tiek iepildīta degviela



7. Vai Latvijas normatīvajos aktos ir atrunāts maksimāli pieļaujamais svars smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ir atrunāts tikai vadlīnijās
- B. Jā, ir atrunāts
- C. Nē, nav atrunāts

8. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi

A. Karpālā kanāla sindroms

2. Gļotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi

B. Alerģisks konjunktivīts

3. Nerva nospiedums plaukstu pamatnē

C. «Balto pirkstu» sindroms

4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi

D. Dermatīti

9. Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietojas ar velosipēdu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Apavi ar purngala daļas aizsardzību
- B. Austiņas
- C. Gumijas cimdi
- D. Aizsargķivere
- E. Līdzekļi, kas novērš kritienu

10. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto nosūta uz obligāto veselības pārbaudi biežāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Ja pastāv rokas – plaukstu vibrācija un nav veikti mērījumi
- B. Ja pastāv visa ķermeņa vibrācija un nav veikti mērījumi
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīga, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

11. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē noliktavas šķirošanas un pakošanas zonās? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 300 lx
- B. 150 lx
- C. 100 lx

12. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir 85 – 87 dB, kurš no minētajiem riska mazināšanas pasākumiem ir atbilstošāks? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama



13. Kas var piešķirt darbiniekam arodslimības diagnozi? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Labklājības ministrija
- B. Arodslimības ārstu komisija
- C. Veselības ministrija
- D. Valsts darba inspekcija

14. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
- B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
- C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

15. Vai darba devējam, darba vides risku novērtēšanā piepilsētas pasažieru pārvadājuma uzņēmumam ir jāpiesaista kompetentu institūciju? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ir obligāti jāpiesaista
- B. Nē, nav jāpiesaista
- C. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
- D. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir izveidota darba aizsardzības sistēma un ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību
- E. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir līdz 10 nodarbinātajiem un nav sava darba aizsardzības speciālista

16. Kādus dokumentus nepieciešams sastādīt, veicot darba vides iekšējo uzraudzību uzņēmumā? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides risku novērtējums
- B. Personu, profesiju vai darba vietu saraksts, kurās nodarbinātajiem darbā ir īpaši apstākļi
- C. Darba aizsardzības pasākumu plāns
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

17. Nodarbinātais (vīrietis) darba laikā paceļ smagumu (8 kg) ar abām rokām. Smagumu celšana notiek neregulāri un mazos apjomos. Vai darba devējam obligāti jāietver obligātas veselības pārbaudē punkts smagumu pārvietošana bez mehāniskām palīgierīcēm, smaguma celšana un noturēšana? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jā, ir obligāti jāiekļauj
- B. Nē, nav obligāti jāiekļauj

18. Izmaksas, kas saistītas ar darbinieku periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm, sedz? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba devējs
- B. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs

19. Kurā no minētajiem gadījumiem, pastāv risks iegūt muguras traumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja darbinieks nav fiziski piemērots konkrētā uzdevuma veikšanai
- B. Ja darbinieks valkā nepiemērotu apģērbu
- C. Ja darbinieks valkā nepiemērotus apavus
- D. Ja darbinieks nav atbilstoši un pietiekami apmācīts
- E. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- F. Neviena iepriekš minētā atbilde nav pareiza



20. Kuras ķermeņa daļas ir visjūtīgākās pret vibrāciju? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Roku un kāju pirksti
- B. Mugurkauls

21. Kādām ir jābūt darba aizsardzības instrukcijām un apmācībai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Angļu valodā
- B. Valsts valodā un saprotamai
- C. Nodarbinātajiem saprotamai un piemērotai viņu profesionālajai sagatavotībai

22. Kurā no minētajiem gadījumiem jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Transporta un uzglabāšanas darbos noliktavās
- B. Darbā āra apstākļos
- C. Tehniskās apkopes un remonta darbos (apkope, uzturēšana)
- D. Darbos, kur iespējams ultravioletais starojums
- E. Smagumu pārvietošanā, lietojot fizisku spēku

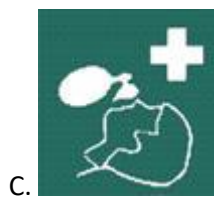
23. Kādos gadījumos nodarbinātie jānodrošina ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja tas nepieciešams, darbinieka piederības konkrētajam uzņēmumam identificēšanai (darba apģērbs ar firmas logo)
- B. Ja tas nepieciešams uzbrucēja iebiedēšanai (gāzes baloniņš)
- C. Ja ar kolektīviem aizsardzības līdzekļiem darba vides risku nevar samazināt vai novērst
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

24. Kad tiek veikta darba aprīkojuma tehnisko apkope (uzturēšana)? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Kad aprīkojums ir izslēgts un atvienots no enerģijas avota
- B. Kad darbības zonā neatrodas cilvēki
- C. Kad darbības zonā atrodas cilvēki, kas kontrolē procesu

25. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešami pārsiešanas materiāli? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



26. Kādā no minētajiem gadījumiem autobusiem, pārvadājot pasažierus, jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja autobusu sēdvietu skaits ir mazāks par 15
- B. Ja autobusus sēdvietu skaits ir no 15 līdz 25
- C. Ja autobusus sēdvietu skaits ir vairāk par 25
- D. Tikai lielas ietilpības autobusus, kuros sēdvietu skaits ir vismaz 55



27. Kura no norādītajām aizlieguma zīmēm, norāda gājēja kustības aizliegumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.

28. Vai ir nepieciešams veikt iekārtu tehniskās apkopes? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Tikai tekošos remontdarbus
- B. Ir nepieciešams
- C. Nav nepieciešams
- D. Pēc operatora izvēles

29. Kurā no minētajām nozarēm, 2017.gadā tika reģistrēts vislielākais arodslimnieku skaits? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Sauszemes transports un cauruļvadu transports
- B. Pasta un kurjeru darbība

30. Uz ko norāda šis rokas signāls (Iespējama 1 pareizā atbilde)



- A. **Beigt.** Izbeigt darbību
- B. **Sākt.** Uzmanību, sākt darbu
- C. **Zemāk.** Nolaist kravu



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA ATBILDES I

1. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz trokšņa ierobežošanas pasākumiem? *(Iespējamās 5 pareizās atbildes)*
 - A. Preventīvās apkopes veikšana detaļām un / vai iekārtām
 - B. Izvairīšanās no metāla triecieniem pa metālu
 - C. Rokas satvēriena maiņa, turot iekārtas
 - D. Trokšņa sienu vai vairogu uzstādīšana
 - E. Atbilstoša apģērba izmantošana
 - F. Amortizāciju trokšņa mazināšana vai vibrējošo detaļu izolācija
 - G. Atbilstoša sēdekļa izmantošana transportlīdzekļa kabīnē
 - H. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
 - I. Vingrojumu veikšana
2. Kuri Ministru kabineta noteikumi nosaka Darba aizsardzības prasības, lietojot darba aprīkojumu *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Not. Nr 52
 - B. Not. Nr 26
 - C. Not. Nr 526
3. Kuri no apgalvojumiem ir nepatiesi par darbu ar darba aprīkojumu? *(Iespējamās 3 pareizās atbildes)*
 - A. Drošības slēdži nedrīkst būt atslēgti
 - B. Darba vai tehniskās apkopes zonu apgaismo atbilstoši darba raksturam
 - C. Apkopi drīkst veikt jebkurā laikā/apstākļos
 - D. Darba aprīkojumu drīkst pielāgot specifiskām vajadzībām
4. Par bīstamu iekārtu var uzskatīt: *(Iespējamās 2 pareizās atbildes)*
 - A. Autotransporta cisternas
 - B. Stacionāro datoru
 - C. Spiedieniekārtu kompleksi
 - D. Tehnisko darbagaldu
 - E. Katliekārtu līdz 500kw
5. Kāpēc tiek noteikta nelaimes gadījumu izmeklēšanas un uzskaites kārtība? *(Iespējamās 4 pareizās atbildes)*
 - A. Lai nodrošinātu nelaimes gadījumu cēloņu noteikšanu
 - B. Lai noskaidrotu vainīgo
 - C. Lai uzlabotu nodarbināto drošību darbā
 - D. Lai nodrošinātu nelaimes gadījumu cēloņu novēršanu
 - E. Lai papildinātu darba aizsardzības instrukciju saturu
 - F. Lai uzlabotu nodarbināto veselības aizsardzību darbā
6. Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām? *(Iespējamās 2 pareizās atbildes)*
 - A. Nē, nepastāv
 - B. Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
 - C. Jā, ja tiek iepildīta degviela



7. Vai Latvijas normatīvajos aktos ir atrunāts maksimāli pieļaujamais svars smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ir atrunāts tikai vadlīnijās
- B. Jā, ir atrunāts
- C. Nē, nav atrunāts

8. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi (1-D)

A. Karpālā kanāla sindroms

2. Ģlotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi (2 – B)

B. Alerģisks konjunktivīts

3. Nerva nospiedums plaukstas pamatnē (3 – A)

C. «Balto pirkstu» sindroms

4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi (4 – C)

D. Dermatīti

9. Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietoja ar velosipēdu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Apavi ar purngala daļas aizsardzību
- B. Austiņas
- C. Gumijas cimdi
- D. Aizsargkivere
- E. Līdzekļi, kas novērš kritienu

10. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto nosūta uz obligāto veselības pārbaudi biežāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Ja pastāv rokas – plaukstas vibrācija un nav veikti mērījumi
- B. Ja pastāv visa ķermeņa vibrācija un nav veikti mērījumi
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīga, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

11. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē noliktavas šķirošanas un pakošanas zonās? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 300 lx
- B. 150 lx
- C. 100 lx

12. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir 85 – 87 dB, kurš no minētajiem riska mazināšanas pasākumiem ir atbilstošāks? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekli lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama



13. Kas var piešķirt darbiniekam arodslimības diagnozi? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Labklājības ministrija
- B. Arodslimības ārstu komisija
- C. Veselības ministrija
- D. Valsts darba inspekcija

14. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
- B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
- C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

15. Vai darba devējam, darba vides risku novērtēšanā piepilsētas pasažieru pārvadājuma uzņēmumam ir jāpiesaista kompetentu institūciju? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ir obligāti jāpiesaista
- B. Nē, nav jāpiesaista
- C. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
- D. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir izveidota darba aizsardzības sistēma un ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību
- E. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir līdz 10 nodarbinātajiem un nav sava darba aizsardzības speciālista

16. Kādus dokumentus nepieciešams sastādīt, veicot darba vides iekšējo uzraudzību uzņēmumā? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides risku novērtējums
- B. Personu, profesiju vai darba vietu saraksts, kurās nodarbinātajiem darbā ir īpaši apstākļi
- C. Darba aizsardzības pasākumu plāns
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

17. Nodarbinātais (vīrietis) darba laikā paceļ smagumu (8 kg) ar abām rokām. Smagumu celšana notiek neregulāri un mazos apjomos. Vai darba devējam obligāti jāietver obligātas veselības pārbaudē punkts smagumu pārvietošana bez mehāniskām palīgierīcēm, smaguma celšana un noturēšana? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jā, ir obligāti jāiekļauj
- B. Nē, nav obligāti jāiekļauj

18. Izmaksas, kas saistītas ar darbinieku periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm, sedz? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba devējs
- B. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs

19. Kurā no minētajiem gadījumiem, pastāv risks iegūt muguras traumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja darbinieks nav fiziski piemērots konkrētā uzdevuma veikšanai
- B. Ja darbinieks valkā nepiemērotu apģērbu
- C. Ja darbinieks valkā nepiemērotus apavus
- D. Ja darbinieks nav atbilstoši un pietiekami apmācīts
- E. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- F. Neviena iepriekš minētā atbilde nav pareiza



20. Kuras ķermeņa daļas ir visjūtīgākās pret vibrāciju? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Roku un kāju pirksti
- B. Mugurkauls

21. Kādām ir jābūt darba aizsardzības instrukcijām un apmācībai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Angļu valodā
- B. Valsts valodā un saprotamai
- C. Nodarbinātajiem saprotamai un piemērotai viņu profesionālajai sagatavotībai

22. Kurā no minētajiem gadījumiem jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Transporta un uzglabāšanas darbos noliktavās
- B. Darbā āra apstākļos
- C. Tehniskās apkopes un remonta darbos (apkope, uzturēšana)
- D. Darbos, kur iespējams ultravioletais starojums
- E. Smagumu pārvietošanā, lietojot fizisku spēku

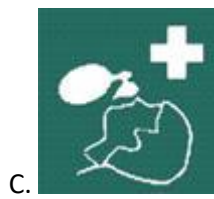
23. Kādos gadījumos nodarbinātie jānodrošina ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja tas nepieciešams, darbinieka piederības konkrētajam uzņēmumam identificēšanai (darba apģērbs ar firmas logo)
- B. Ja tas nepieciešams uzbrucēja iebiedēšanai (gāzes baloniņš)
- C. Ja ar kolektīviem aizsardzības līdzekļiem darba vides risku nevar samazināt vai novērst
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

24. Kad tiek veikta darba aprīkojuma tehnisko apkope (uzturēšana)? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Kad aprīkojums ir izslēgts un atvienots no enerģijas avota
- B. Kad darbības zonā neatrodas cilvēki
- C. Kad darbības zonā atrodas cilvēki, kas kontrolē procesu

25. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešami pārsiešanas materiāli? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



26. Kādā no minētajiem gadījumiem autobusiem, pārvadājot pasažierus, jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja autobusu sēdvietu skaits ir mazāks par 15
- B. Ja autobusus sēdvietu skaits ir no 15 līdz 25
- C. Ja autobusus sēdvietu skaits ir vairāk par 25
- D. Tikai lielas ietilpības autobusus, kuros sēdvietu skaits ir vismaz 55



27. Kura no norādītajām aizlieguma zīmēm, norāda gājēja kustības aizliegumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.

28. Vai ir nepieciešams veikt iekārtu tehniskās apkopes? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Tikai tekošos remontdarbus
- B. Ir nepieciešams
- C. Nav nepieciešams
- D. Pēc operatora izvēles

29. Kurā no minētajām nozarēm, 2017.gadā tika reģistrēts vislielākais arodslimnieku skaits? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Sauszemes transports un cauruļvadu transports
- B. Pasta un kurjeru darbība

30. Uz ko norāda šis rokas signāls (Iespējama 1 pareizā atbilde)



- A. **Beigt.** Izbeigt darbību
- B. **Sākt.** Uzmanību, sākt darbu
- C. **Zemāk.** Nolaist kravu



ATBILDES			
1	A; B; D; F; H	16	D
2	C	17	B
3	A; C; D	18	A
4	A; C	19	E
5	A; C; D; F	20	A
6	B; C	21	C
7	B	22	A; C; E
8	1-D; 2-B; 3-A; 4-C	23	C
9	A; D	24	A
10	A; B; E	25	B
11	A	26	C
12	A	27	A
13	B	28	B
14	D	29	A
15	C; D	30	A



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA TESTS II

Vārds, uzvārds: _____

Datums: _____

1. **Kura iemesla dēļ nodarbinātajam pastāv risks iegūt muguras traumu?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Ja darbiniekam nav bijis iespējams pietiekami atpūsties vai atveseļoties
 - B. Ja smagumu jāpārvieto lielā attālumā
 - C. Ja darbiniekam ir bieža vai ilgstoša fiziska piepūle
 - D. Ja darbiniekam ir noteikts pārāk ātrs darba temps, kuru nevar mainīt
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - F. Neviena no iepriekš minētām atbildēm nav pareiza
2. **Kādos gadījumos autobusiem jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Ja sēdvietu skaits ir līdz 25
 - B. Ja sēdvietu skaits ir vairāk par 25
3. **Kuriem no zemāk minētajiem riska faktoriem transporta nozarē būtu jāveic laboratoriskie mērījumi?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Troksnim
 - B. Metāla un abrazīvo materiālu putekļiem
 - C. Ķīmiskām vielām
 - D. Plaukstas – rokas vibrācijai, ja tiek veikti darbi uz vibrējošiem transporta līdzekļiem vibrācijas pārnesei vietās (piemēram, pie smagās mašīnas stūres u. c.)
 - E. Visa ķermeņa vibrācijai, ja darbs tiek veikts autobusā
 - F. Apgaismojumam
 - G. Mikroklimatam
 - H. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - I. Neviena iepriekš minētā atbilde nav pareiza
4. **Kuri no minētajiem normatīvajiem aktiem atrunā noteikto svaru smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm un smaguma celšanai?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. 06.08.2002. MK noteikumi Nr. 344 "Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagumus"
 - B. 10.03.2009. MK noteikumi Nr.219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude"
5. **Kurā no minētajām nozarēm 2017.gadā tika reģistrēts vismazākais arodslimnieku skaits?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Sauszemes transports un cauruļvadu transports
 - B. Pasta un kurjeru darbība
 - C. Uzglabāšanas un transporta palīgdarbības
6. **Kad jāveic pirmreizējā veselības pārbaude?** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Uzreiz pēc darba līguma parakstīšanas
 - B. Pirms darba līguma noslēgšanas
7. **Individuālās aizsardzības līdzekļi ir:** *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*
 - A. Aizsardzības līdzekļi, ko lieto autotransportā
 - B. Individuālās, pārnēsājamās ierīces, kas paredzētas darba vides risku atklāšanai
 - C. Aizsardzības līdzekļi, kas pasargā no viena vai vairāku darba vides risku iedarbības



8. Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
- B. Jā, ja tiek iepildīta degviela
- C. Nē, nepastāv

9. Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietojas ar velosipēdu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Aizsargķivere
- B. Austiņas
- C. Apavi purngala daļas aizsardzību
- D. Līdzekļi, kas novērš kritienu
- E. Metāliskie cimdi

10. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešami pārsiešanas materiāli? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



11. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto jānosūta uz obligāto veselības pārbaudi ne retāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Ja ir paaugstināts redzes sasprindzinājums
- B. Ja ir smaguma pārvietošana bez mehāniskām ierīcēm
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

12. Kādos gadījumos nodarbinātie jānodrošina ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja tas nepieciešams, darbinieka piederības konkrētajam uzņēmumam identificēšanai (darba apģērbs ar firmas logo)
- B. Ja ar kolektīviem aizsardzības līdzekļiem darba vides risku nevar samazināt vai novērst
- C. Ja tas nepieciešams uzbrucēja iebiedēšanai (gāzes baloniņš)
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

13. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz vibrāciju ierobežošanas vai mazināšanas pasākumiem? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
- B. Klusinātāju uzstādīšana
- C. Preventīvās apkopes veikšana detaļām, iekārtām un instrumentiem
- D. Rokas satvēriena mainīšana, turot iekārtas
- E. Amortizējošo elementu izmantošana
- F. Atbilstoša apģērba izmantošana
- G. Atbilstoši sēdekļu izmantošana transportlīdzekļu kabīnēs
- H. Vingrojumu veikšana



14. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē pārvietošanas zonās pie iekraušanas un izkraušanas rampas? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 100 lx
- B. 150 lx
- C. 300 lx

15. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir lielāka par 87 dB, kurš no minētajiem gadījumiem ir atbilstošāks trokšņa radītā riska mazināšanai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama

16. Kura no norādītajām brīdinājuma zīmēm, norāda, ka ir sprādzienbīstama telpa? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



17. Vai darba devējam, darba vides risku novērtēšanā pasažieru bagāžas iekraušanas un izkraušanas uzņēmumam ir jāpiesaista kompetentu institūciju? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ir obligāti jāpiesaista
- B. Nē, nav jāpiesaista
- C. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
- D. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir līdz 10 nodarbinātajiem un nav sava darba aizsardzības speciālista
- E. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir izveidota darba aizsardzības sistēma un ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību

18. Kas pieņem lēmumu, vai attiecīgā slimība ir arodslimība? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ģimenes ārsts
- B. Arodslimību ārsts
- C. Arodslimību ārstu komisija
- D. Valsts darba inspekcija
- E. Veselības ministrija

19. Izmaksas, kas saistītas ar nodarbināto periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm, sedz? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pats darbinieks
- B. Darba devējs
- C. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs



20. Kādus dokumentus nepieciešams sastādīt, veicot darba vides iekšējo uzraudzību uzņēmumā? *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Darba vides risku novērtējums
- B. Personu, profesiju vai darba vietu saraksts, kurās nodarbinātajiem darbā ir īpaši apstākļi
- C. Darba aizsardzības pasākumu plāns
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

21. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi

A. Alerģisks konjunktivīts

2. Gļotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi

B. Dermatīts

3. Nerva nospiedums plaukstas pamatnē

C. «Balto pirkstu» sindroms

4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi

D. Karpālā kanāla sindroms

22. Kuros no minētajiem gadījumiem par nelaimes gadījumu darbā nekavējoties jāpaziņo Valsts darba inspekcijai un Valsts policijai? *(Iespējamās 3 pareizās atbildes)*

- A. Ja nodarbinātais, krītot no kravas automašīnas kabīnes, laužis abas kājas
- B. Nodarbinātais miris divas nedēļas pēc nelaimes gadījuma, atrodoties mājās nelaimes gadījuma izraisītas darbnespējas dēļ
- C. Ārstniecības iestādes izsniegtajā izziņā par veselības traucējumu smaguma pakāpi norādīts, ka veselības traucējumi ir smagi
- D. Nodarbinātais ir sagriezis kāju, darba spēju zudums ir mazāks par 3 diennaktīm

23. Uz ko norā šis rokas signāls *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*



- A. **Stop.** Pārtraukt kustību
- B. **Sākt.** Uzmanību, sākt darbu

24. Tematisko apmācību darba aizsardzībā veic par? *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Jauno darba aprīkojumu
- B. Kādu konkrētu individuālo aizsardzības līdzekli
- C. Par konkrētu darba vides risku faktoru
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

25. Uzticības personai ir tiesības: *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Ierosināt, lai darba devējs veic darba vides risku faktoru mērījumus, ja saņemtas nodarbināto sūdzības par veselībai kaitīgiem darba vides risku faktoriem;
- B. Piekļūt darba vietām saskaņā ar uzņēmumā noteikto kārtību
- C. Kopā ar Valsts darba inspekcijas amatpersonām piedalīties darba vietu pārbaudēs
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas



26. Darba aprīkojumu montēt vai demontēt drīkst: (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Drošos apstākļos
- B. Ievērojot visas ražotāja norādītās instrukcijas
- C. Diennakts tumšajā laikā, izmantojot pārvietojamu gaismekli
- D. Vienīgi darba aizsardzības speciālista klātbūtnē

27. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
- B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
- C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

28. Kurā no minētajiem gadījumiem nav jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību?

(Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Transporta un uzglabāšanas darbos noliktavās
- B. Tehniskās apkopes un remonta darbos (apkope, uzturēšana)
- C. Smagumu pārvietošanā, lietojot fizisku spēku
- D. Darbā āra apstākļos
- E. Darbos, kur iespējams ultravioletais starojums
- F. Strādājot sauszemes transporta kompānijā klientu apkalpošanā

29. Kura no minētajām nodarbināto kategorijām ir īpaši jutīga pret smagumu pārvietošanas risku?

(Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Nodarbinātie ar samazinātām fiziskajām spējām
- B. Jaunieši
- C. Vecāki cilvēki (vecāki par 40 gadiem)
- D. Jaunieši, kas sasnieguši 21 gadu
- E. Visi nodarbinātie

30. Par bīstamu iekārtu var uzskatīt: (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Autotransporta cisternas
- B. Stacionāro datoru
- C. Spiedieniekārtu kompleksi
- D. Tehnisko darbagaldu
- E. Katliekārtu līdz 500kw



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA ATBILDES II

1. Kura iemesla dēļ nodarbinātajam pastāv risks iegūt muguras traumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Ja darbiniekam nav bijis iespējams pietiekami atpūsties vai atveseļoties
 - B. Ja smagumu jāpārvieto lielā attālumā
 - C. Ja darbiniekam ir bieža vai ilgstoša fiziska piepūle
 - D. Ja darbiniekam ir noteikts pārāk ātrs darba temps, kuru nevar mainīt
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - F. Neviena no iepriekš minētām atbildēm nav pareiza
2. Kādos gadījumos autobusiem jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Ja sēdvietu skaits ir līdz 25
 - B. Ja sēdvietu skaits ir vairāk par 25
3. Kuriem no zemāk minētajiem riska faktoriem transporta nozarē būtu jāveic laboratoriskie mērījumi? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Troksnim
 - B. Metāla un abrazīvo materiālu putekļiem
 - C. Ķīmiskām vielām
 - D. Plaukstas – rokas vibrācijai, ja tiek veikti darbi uz vibrējošiem transporta līdzekļiem vibrācijas pārnesei vietās (piemēram, pie smagās mašīnas stūres u. c.)
 - E. Visa ķermeņa vibrācijai, ja darbs tiek veikts autobusā
 - F. Apgaismojumam
 - G. Mikroklimatam
 - H. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - I. Neviena iepriekš minētā atbilde nav pareiza
4. Kuri no minētajiem normatīvajiem aktiem atrunā noteikto svaru smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm un smaguma celšanai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. 06.08.2002. MK noteikumi Nr. 344 "Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagumus"
 - B. 10.03.2009. MK noteikumi Nr.219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude"
5. Kurā no minētajām nozarēm 2017.gadā tika reģistrēts vismazākais arodslimnieku skaits? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Sauszemes transports un cauruļvadu transports
 - B. Pasta un kurjeru darbība
 - C. Uzglabāšanas un transporta palīgdarbības
6. Kad jāveic pirmreizējā veselības pārbaude? (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Uzreiz pēc darba līguma parakstīšanas
 - B. Pirms darba līguma noslēgšanas
7. Individuālās aizsardzības līdzekļi ir: (Iespējama 1 pareizā atbilde)
 - A. Aizsardzības līdzekļi, ko lieto autotransportā
 - B. Individuālās, pārnēsājamās ierīces, kas paredzētas darba vides riska faktoru atklāšanai
 - C. Aizsardzības līdzekļi kas pasargā no viena vai vairāku darba vides riska faktoru iedarbības



8. Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
- B. Jā, ja tiek iepildīta degviela
- C. Nē, nepastāv

9. Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietojas ar velosipēdu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Aizsargķivere
- B. Austiņas
- C. Apavi purngala daļas aizsardzību
- D. Līdzekļi, kas novērš kritienu
- E. Metāliskie cimdi

10. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešami pārsiešanas materiāli? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



11. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto jānosūta uz obligāto veselības pārbaudi ne retāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Ja ir paaugstināts redzes sasprindzinājums
- B. Ja ir smaguma pārvietošana bez mehāniskām ierīcēm
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

12. Kādos gadījumos nodarbinātie jānodrošina ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ja tas nepieciešams, darbinieka piederības konkrētajam uzņēmumam identificēšanai (darba apģērbs ar firmas logo)
- B. Ja ar kolektīviem aizsardzības līdzekļiem darba vides risku nevar samazināt vai novērst
- C. Ja tas nepieciešams uzbrucēja iebiedēšanai (gāzes baloniņš)
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

13. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz vibrāciju ierobežošanas vai mazināšanas pasākumiem? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
- B. Klusinātāju uzstādīšana
- C. Preventīvās apkopes veikšana detaļām, iekārtām un instrumentiem
- D. Rokas satvēriena mainīšana, turot iekārtas
- E. Amortizējošo elementu izmantošana
- F. Atbilstoša apģērba izmantošana
- G. Atbilstoši sēdekļu izmantošana transportlīdzekļu kabīnēs
- H. Vingrojumu veikšana



14. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē pārvietošanas zonās pie iekraušanas un izkraušanas rampas? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 100 lx
- B. 150 lx
- C. 300 lx

15. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir lielāka par 87 dB, kurš no minētajiem gadījumiem ir atbilstošāks trokšņa radītā riska mazināšanai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama

16. Kura no norādītajām brīdinājuma zīmēm, norāda, ka ir sprādzienbīstama telpa? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.

17. Vai darba devējam, darba vides risku novērtēšanā pasažieru bagāžas iekraušanas un izkraušanas uzņēmumam ir jāpiesaista kompetentu institūciju? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Jā, ir obligāti jāpiesaista
- B. Nē, nav jāpiesaista
- C. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
- D. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir līdz 10 nodarbinātajiem un nav sava darba aizsardzības speciālista
- E. Drīkst neiesaistīt, ja uzņēmumā ir izveidota darba aizsardzības sistēma un ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību

18. Kas pieņem lēmumu, vai attiecīgā slimība ir arodslimība? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Ģimenes ārsts
- B. Arodslimību ārsts
- C. Arodslimību ārstu komisija
- D. Valsts darba inspekcija
- E. Veselības ministrija

19. Izmaksas, kas saistītas ar nodarbināto periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm, sedz? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pats darbinieks
- B. Darba devējs
- C. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs



20. Kādus dokumentus nepieciešams sastādīt, veicot darba vides iekšējo uzraudzību uzņēmumā? *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Darba vides risku novērtējums
- B. Personu, profesiju vai darba vietu saraksts, kurās nodarbinātajiem darbā ir īpaši apstākļi
- C. Darba aizsardzības pasākumu plāns
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

21. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi (1 – B)

A. Alerģisks konjunktivīts

2. Gļotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi (2 – A)

B. Dermatīts

3. Nerva nospiedums plaukstu pamatnē (3 – D)

C. «Balto pirkstu» sindroms

4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi (4 – C)

D. Karpālā kanāla sindroms

22. Kuros no minētajiem gadījumiem par nelaimes gadījumu darbā nekavējoties jāpaziņo Valsts darba inspekcijai un Valsts policijai? *(Iespējamās 3 pareizās atbildes)*

- A. Ja nodarbinātais, krītot no kravas automašīnas kabīnes, laužis abas kājas
- B. Nodarbinātais miris divas nedēļas pēc nelaimes gadījuma, atrodoties mājās nelaimes gadījuma izraisītas darbnespējas dēļ
- C. Ārstniecības iestādes izsniegtajā izziņā par veselības traucējumu smaguma pakāpi norādīts, ka veselības traucējumi ir smagi
- D. Nodarbinātais ir sagriezis kāju, darba spēju zudums ir mazāks par 3 diennaktīm

23. Uz ko norā šis rokas signāls *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*



- A. **Stop. Pārtraukt kustību**
- B. **Sākt. Uzmanību, sākt darbu**

24. Tematisko apmācību darba aizsardzībā veic par? *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Jauno darba aprīkojumu
- B. Kādu konkrētu individuālo aizsardzības līdzekli
- C. Par konkrētu darba vides riska faktoru
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

25. Uzticības personai ir tiesības: *(Iespējama 1 pareizā atbilde)*

- A. Ierosināt, lai darba devējs veic darba vides riska faktoru mērījumus, ja saņemtas nodarbināto sūdzības par veselībai kaitīgiem darba vides riska faktoriem;
- B. Piekļūt darba vietām saskaņā ar uzņēmumā noteikto kārtību
- C. Kopā ar Valsts darba inspekcijas amatpersonām piedalīties darba vietu pārbaudēs
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas



26. Darba aprīkojumu montēt vai demontēt drīkst: (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Drošos apstākļos
- B. Ievērojot visas ražotāja norādītās instrukcijas
- C. Diennakts tumšajā laikā, izmantojot pārvietojamu gaismekli
- D. Vienīgi darba aizsardzības speciālista klātbūtnē

27. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
- B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
- C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

28. Kurā no minētajiem gadījumiem nav jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību?
(Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Transporta un uzglabāšanas darbos noliktavās
- B. Tehniskās apkopes un remonta darbos (apkope, uzturēšana)
- C. Smagumu pārvietošanā, lietojot fizisku spēku
- D. Darbā āra apstākļos
- E. Darbos, kur iespējams ultravioletais starojums
- F. Strādājot sauszemes transporta kompānijā klientu apkalpošanā

29. Kura no minētajām nodarbināto kategorijām ir īpaši jūtīga pret smagumu pārvietošanas risku?
(Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Nodarbinātie ar samazinātām fiziskajām spējām
- B. Jaunieši
- C. Vecāki cilvēki (vecāki par 40 gadiem)
- D. Jaunieši, kas sasnieguši 21 gadu
- E. Visi nodarbinātie

30. Par bīstamu iekārtu var uzskatīt: (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Autotransporta cisternas
- B. Stacionāro datoru
- C. Spiedieniekārtu kompleksi
- D. Tehnisko darbagaldu
- E. Katliekārtu līdz 500kw



ATBILDES			
1	E	16	A
2	B	17	C; E
3	H	18	C
4	B	19	B
5	B	20	D
6	B	21	1-B; 2-A; 3-D; 4-C
7	C	22	A; B; C
8	A; B	23	A
9	A; C	24	D
10	B	25	D
11	A; B; C; D	26	A; B
12	B	27	D
13	C; E; G; H	28	D; E; F
14	B	29	A; B; C
15	B	30	A; C



TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA

TESTS III

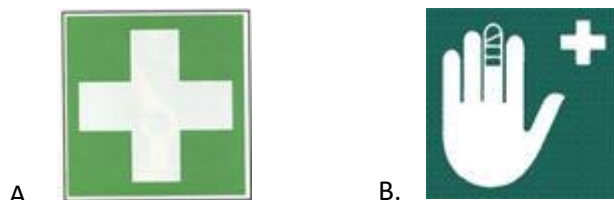
Vārds, uzvārds: _____

Datums: _____

- Kādā no minētajiem gadījumiem, pastāv risks iegūt traumu, it īpaši muguras, pārvietojot smagumus ar fizisko spēku? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
 - Ja pārvietojamais smagums ir pārāk smags vai pārāk liels;
 - Ja pārvietojamais smagums ir grūti satverams;
 - Ja pārvietojamais smaguma saturs var sakustēties;
 - Ja pārvietojamais smagums jāpārvieto izstieptās rokās;
 - Visas atbildes ir pareizas
 - Neviena atbilde nav pareiza
- Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)**
 - Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
 - Jā, ja tiek iepildīta degviela
 - Nē, nepastāv
- Neizmeklē nelaiemes gadījumu, kas notikuši ar cietušo: (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
 - uzņēmuma teritorijā darba laikā, ieskaitot darba laika pārtraukumus
 - pildot darba vai dienesta pienākumus ārpus uzņēmuma teritorijas vai ārpus darba laika, tai skaitā komandējumā vai darba braucienā
 - atrodoties darba devēja valdījuma esošajā transporta līdzeklī tieši ceļā uz darbu vai no darba vai atrodoties devēja valdījuma esošajā transporta līdz maīņu starplaikā
 - visas iepriekš minētās atbildes pareizas
 - visas iepriekš minētās nepareizas
- Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietoja ar velosipēdu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)**
 - Aizsargķivere
 - Austiņas
 - Apavi purngala daļas aizsardzību
 - Līdzekļi, kas novērš kritienu
 - Pilna sejas maska ar filtru P3
- Kuros no minētajiem normatīvajiem aktiem ir atrunāts noteiktais smagumu celšanas svars smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
 - 10.03.2009. MK noteikumi Nr. 219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude"
 - 06.08.2002. MK noteikumi Nr. 344 "Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagumus"
 - 20.08.2002. MK noteikumi Nr. 372 "Darba aizsardzības prasības lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus"
- Kuras no minētajām arodsaslimšanām visbiežāk ir saistītas ar piespiedu darba pozu, nepareizu smagumu pārvietošanu un palīgierīču neizmantošanu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
 - Rokas mononeiropātijas
 - Reino sindroms
 - Spondilozē



7. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešams pirmās palīdzības punkts? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



8. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto nosūta uz obligāto veselības pārbaudi biežāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Ja pastāv rokas – plaukstas vibrācija un nav veikti mērījumi
- B. Ja pastāv visa ķermeņa vibrācija un nav veikti mērījumi
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

9. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz vibrāciju ierobežošanas vai mazināšanas pasākumiem? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Vingrojumu veikšana
- B. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
- C. Preventīvās apkopes veikšana detaļām, iekārtām un instrumentiem
- D. Klusinātāju uzstādīšana
- E. Atbilstoša sēdekļu izmantošana transportlīdzekļa kabīnē
- F. Rokas satvēriena mainīšana, turot iekārtas
- G. Amortizējošo elementu izmantošana
- H. Atbilstoša apģērba izmantošana

10. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi	A. «Balto pirkstu» sindroms
2. Ģlotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi	B. Karpālā kanāla sindroms
3. Nerva nospiedums plaukstas pamatnē	C. Dermatīti
4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi	D. Alerģisks konjunktivīts

11. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē noliktavas šķirošanas un pakošanas zonās? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 150 lx
- B. 300 lx

12. Kad jāveic pirmreizējā veselības pārbaude? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pirms darba līguma noslēgšanas
- B. Pirmajā darba dienā
- C. Uzreiz pēc darba līguma parakstīšanas



13. Ar kuru no minētajiem dokumentiem ir jābūt apgādātām bīstamajām iekārtām? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Lietošanas dokumentiem un brīdinošiem uzrakstiem latviešu valodā
- B. Inspicēšanas institūcijas izsniegtu pārbaudes zīmi, kas novietota uz bīstamās iekārtas vai pie tās pasēs un apliecina, ka attiecīgā iekārta noteiktā kārtībā ir izturējusi pārbaudi
- C. Atbilstību apliecinošiem dokumentiem
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

14. Kuras ķermeņa daļas ir visjūtīgākās pret vibrāciju? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Mugurkauls
- B. Roku un kāju pirksti

15. Uz ko norāda šis rokas signāls? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



- A. **Bīstami.** Novērst avārijas situācijas
- B. **Sākt.** Uzmanību, sākt darbu
- C. **Beigt.** Izbeigt darbību

16. Kurš no zemāk minētajiem riska faktoriem, neattiecas uz mehāniskiem riska faktoriem? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Dažādi uzliesmojoši šķidrumi
- B. Darbs ar transporta līdzekli
- C. Nenorobežotas, atvērtas transportlīdzekļu remontbedres
- D. Monotons darbs – vienmuļi ceļa posmi
- E. Satiksmes negadījumi

17. Kādām ir jābūt darba aizsardzības instrukcijām un apmācībai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Angļu valodā
- B. Valsts valodā un saprotamai
- C. Nodarbinātajiem saprotamai un piemērotai viņu profesionālajai sagatavotībai

18. Kurā no minētajiem gadījumiem jālieto auss ieliktņi vai austiņas? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Darbos, kuri jāveic augstumā
- B. Darbos, kuros trokšņa līmenis pārsniedz pieļaujamās normas
- C. Darbos ar vibrējošu virsmu
- D. Darbos ar pneimatiskajiem un elektriskajiem instrumentiem
- E. Darbos, kas saistīta ar tehnisko apkalpošanu lidostās

19. Kura no minētajām nodarbināto kategorijām ir īpaši jutīga pret smagumu pārvietošanas risku? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Nodarbinātie ar samazinātām fiziskajām spējām
- B. Jaunieši
- C. Vecāki cilvēki (vecāki par 40 gadiem)
- D. Jaunieši, kas sasnieguši 21 gadu
- E. Visas nodarbināto kategorijas ir vienlīdzīgi jutīgas pret smagumu pārvietošanu



- 20. Vai uzņēmums, kurš nodrošina pasta piegādi uz mājām, darba vides risku novērtēšanai, var nepiesaistīt kompetento institūciju? (Iespējamas 2 pareizās atbildes)**
- A. Jā, var nepiesaistīt
 - B. Var, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
 - C. Var, ja uzņēmumā ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību
 - D. Darba devējs var pats veikt darba vides risku novērtēšanu ar jebkuru izglītību
 - E. Var, ja uzņēmumā ir 6 līdz 10 nodarbinātie un nav sava darba aizsardzības speciālista
- 21. Kādos no minētajiem gadījumiem autobusiem, pārvadājot pasažierus, jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Ja autobusu sēdvietu skaits ir mazāks par 15
 - B. Ja autobusus sēdvietu skaits ir no 15 līdz 25
 - C. Ja autobusus sēdvietu skaits ir vairāk par 25
 - D. Tikai lielas ietilpības autobusus, kuros sēdvietu skaits ir vismaz 55
- 22. Kad drīkst veikt darba aprīkojuma tehnisko apkopi (uzturēšanu)? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Kad aprīkojums ir izslēgts un atvienots no enerģijas avota
 - B. Kad darbības zonā neatrodas cilvēki
 - C. Kad darbības zonā atrodas cilvēki, kas kontrolē procesu
- 23. Kura riska faktora gadījumā transporta nozarē nebūtu jāveic laboratoriskie mērījumi? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Paaugstināta trokšņa gadījumā
 - B. Plaukstas – rokas vibrācijas gadījumā, ja tiek veikti darbi ar vibrējošiem rokas instrumentiem (piemēram, pneimatiskajiem skrūvgriežiem)
 - C. Visa ķermeņa vibrācijas gadījumā, ja darbs tiek veikts autobusā
 - D. Nepietiekama apgaismojuma gadījumā
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - F. Neviena no iepriekš minētajām atbildēm nav pareiza
- 24. Kam ir pienākums segt individuālo aizsardzības līdzekļu iegādes izmaksas? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Darba devējam
 - B. Izmaksas uz pusēm sedz darba devējs un darbinieks
- 25. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
 - B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
 - C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
 - D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas
- 26. Kurā no minētajām nozarēm, 2017.gadā tika reģistrēts vislielākais arodslimnieku skaits? (Iespējama 1 pareizā atbilde)**
- A. Uzglabāšanas un transporta palīgdarbības
 - B. Sauszemes transports un cauruļvadu transports
 - C. Pasta un kurjeru darbība



27. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir 80 - 85 dB, kurš no minētajiem preventīvajiem pasākumiem būtu atbilstošāks trokšņa radītā riska mazināšanai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļi lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama

28. Ko no minētajiem gadījumiem, var uzskatīt par bīstamu iekārtu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Stacionāro datoru
- B. Spiedieniekārtu kompleksi
- C. Tehnisko darbagaldu
- D. Autotransporta cisternas
- E. Katliekārtu līdz 500kw

29. Kam jāsedz izmaksas, kas saistītas ar darbinieku periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pats darbinieks
- B. Darba devējs
- C. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs

30. Kur no norādītajām aizlieguma zīmēm, norāda gājēja kustības aizliegumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.





TRANSPORTS UN UZGLABĀŠANA ATBILDES III

1. Kādā no minētajiem gadījumiem, pastāv risks iegūt traumu, it īpaši muguras, pārvietojot smagumus ar fizisko spēku? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
 - A. Ja pārvietojamais smagums ir pārāk smags vai pārāk liels;
 - B. Ja pārvietojamais smagums ir grūti satverams;
 - C. Ja pārvietojamais smaguma saturs var sakustēties;
 - D. Ja pārvietojamais smagums jāpārvieto izstieptās rokās;
 - E. Visas atbildes ir pareizas
 - F. Neviena atbilde nav pareiza
2. Vai transportlīdzekļa vadītājam pastāv risks saskarsmei ar ķīmiskām vielām? (*Iespējamās 2 pareizās atbildes*)
 - A. Jā, ja nodarbinātais veic nelielus remontdarbus
 - B. Jā, ja tiek iepildīta degviela
 - C. Nē, nepastāv
3. Neizmeklējot nelaimes gadījumu, kas notikuši ar cietušo: (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
 - A. uzņēmuma teritorijā darba laikā, ieskaitot darba laika pārtraukumus
 - B. pildot darba vai dienesta pienākumus ārpus uzņēmuma teritorijas vai ārpus darba laika, tai skaitā komandējumā vai darba braucienā
 - C. atrodoties darba devēja valdījuma esošajā transporta līdzeklī tieši ceļā uz darbu vai no darba vai atrodoties devēja valdījuma esošajā transporta līdz maīņu starplaikā
 - D. visas iepriekš minētās atbildes pareizas
 - E. visas iepriekš minētās nepareizas
4. Kurš no minētajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem būtu piemērots kurjeram, kas pārvietojas ar velosipēdu? (*Iespējamās 2 pareizās atbildes*)
 - A. Aizsargķivere
 - B. Austiņas
 - C. Apavi purngala daļas aizsardzību
 - D. Līdzekļi, kas novērš kritienu
 - E. Pilna sejas maska ar filtru P3
5. Kuros no minētajiem normatīvajiem aktiem ir atrunāts noteiktais smagumu celšanas svars smagumu pārvietošanai bez mehāniskām palīgierīcēm? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
 - A. 10.03.2009. MK noteikumi Nr. 219 "Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude"
 - B. 06.08.2002. MK noteikumi Nr. 344 "Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagumus"
 - C. 20.08.2002. MK noteikumi Nr. 372 "Darba aizsardzības prasības lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus"
6. Kuras no minētajām arodsaslimšanām visbiežāk ir saistītas ar piespiedu darba pozu, nepareizu smagumu pārvietošanu un palīgierīču neizmantošanu? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
 - A. Rokas mononeiropātijas
 - B. Reino sindroms
 - C. Spondiloze



7. Kādu no minētajiem apzīmējumiem nodarbinātajam būtu jāmeklē, ja būtu nepieciešams pirmās palīdzības punkts? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.

8. Kādos no minētajiem gadījumiem nodarbināto nosūta uz obligāto veselības pārbaudi biežāk kā vienu reizi trijos gados? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Ja pastāv rokas – plaukstu vibrācija un nav veikti mērījumi
- B. Ja pastāv visa ķermeņa vibrācija un nav veikti mērījumi
- C. Ja ir nakts darbs
- D. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums līdz 62 gadiem
- E. Ja ir vilces līdzekļa vadītāja (mašīnista) palīgs, kura vecums ir vairāk kā 62 gadi

9. Kādus no minētajiem gadījumiem var attiecināt uz vibrāciju ierobežošanas vai mazināšanas pasākumiem? (Iespējamās 4 pareizās atbildes)

- A. Vingrojumu veikšana
- B. Darba aprīkojuma ar zemāku trokšņa līmeni izmantošana
- C. Preventīvās apkopes veikšana detaļām, iekārtām un instrumentiem
- D. Klusinātāju uzstādīšana
- E. Atbilstoša sēdekļu izmantošana transportlīdzekļa kabīnē
- F. Rokas satvēriena mainīšana, turot iekārtas
- G. Amortizējošo elementu izmantošana
- H. Atbilstoša apģērba izmantošana

10. Savienojiet atbilstošo slimības aprakstu ar attiecīgo saslimšanu.

- 1. Ādas iekaisums, apsārtums, sausums, nieze, tūska, strutaini iekaisumi (1 – C)
- 2. Gļotādas iekaisums «rozā acs», niezoša sajūta, plakstiņu pietūkums, asarošana, izdalījumi (2 – D)
- 3. Nerva nospiedums plaukstu pamatnē (3 – B)
- 4. Perifērās asinsrites traucējumi, pirksti kļūst balti, samazinās satvēriena spēks un palielinās jušanas traucējumi (4 – A)

A. «Balto pirkstu» sindroms

B. Karpālā kanāla sindroms

C. Dermatīti

D. Alerģisks konjunktivīts

11. Kāds ir noteiktais minimālais apgaismojums transporta nozarē noliktavas šķirošanas un pakošanas zonās? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. 150 lx
- B. 300 lx

12. Kad jāveic pirmreizējā veselības pārbaude? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pirms darba līguma noslēgšanas
- B. Pirmajā darba dienā
- C. Uzreiz pēc darba līguma parakstīšanas



13. Ar kuru no minētajiem dokumentiem ir jābūt apgādātām bīstamajām iekārtām? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Lietošanas dokumentiem un brīdinošiem uzrakstiem latviešu valodā
- B. Inspicēšanas institūcijas izsniegtu pārbaudes zīmi, kas novietota uz bīstamās iekārtas vai pie tās pasēs un apliecina, ka attiecīgā iekārta noteiktā kārtībā ir izturējusi pārbaudi
- C. Atbilstību apliecinošiem dokumentiem
- D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
- E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas

14. Kuras ķermeņa daļas ir visjūtīgākās pret vibrāciju? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Mugurkauls
- B. Roku un kāju pirksti

15. Uz ko norāda šis rokas signāls? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



- A. **Bīstami.** Novērst avārijas situācijas
- B. **Sākt.** Uzmanību, sākt darbu
- C. **Beigt.** Izbeigt darbību

16. Kurš no zemāk minētajiem riska faktoriem, neattiecas uz mehāniskiem riska faktoriem? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Dažādi uzliesmojoši šķidrums
- B. Darbs ar transporta līdzekli
- C. Nenorobežotas, atvērtas transportlīdzekļu remontbedres
- D. Monotons darbs – vienmuļi ceļa posmi
- E. Satiksmes negadījumi

17. Kādām ir jābūt darba aizsardzības instrukcijām un apmācībai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Angļu valodā
- B. Valsts valodā un saprotamai
- C. Nodarbinātajiem saprotamai un piemērotai viņu profesionālajai sagatavotībai

18. Kurā no minētajiem gadījumiem jālieto auss ieliktņi vai austiņas? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Darbos, kuri jāveic augstumā
- B. Darbos, kuros trokšņa līmenis pārsniedz pielaujamās normas
- C. Darbos ar vibrējošu virsmu
- D. Darbos ar pneimatiskajiem un elektriskajiem instrumentiem
- E. Darbos, kas saistīti ar tehnisko apkalpošanu lidostās

19. Kura no minētajām nodarbināto kategorijām ir īpaši jutīga pret smagumu pārvietošanas risku? (Iespējamās 3 pareizās atbildes)

- A. Nodarbinātie ar samazinātām fiziskajām spējām
- B. Jaunieši
- C. Vecāki cilvēki (vecāki par 40 gadiem)
- D. Jaunieši, kas sasnieguši 21 gadu
- E. Visas nodarbināto kategorijas ir vienlīdzīgi jutīgas pret smagumu pārvietošanu



20. Vai uzņēmums, kurš nodrošina pasta piegādi uz mājām, darba vides risku novērtēšanai, var nepiesaistīt kompetento institūciju? (*Iespējamas 2 pareizās atbildes*)
- A. Jā, var nepiesaistīt
 - B. Var, ja uzņēmumā nav vairāk par 5 nodarbinātajiem
 - C. Var, ja uzņēmumā ir savs darba aizsardzības speciālists ar atbilstošu izglītību
 - D. Darba devējs var pats veikt darba vides risku novērtēšanu ar jebkuru izglītību
 - E. Var, ja uzņēmumā ir 6 līdz 10 nodarbinātie un nav sava darba aizsardzības speciālista
21. Kādos no minētajiem gadījumiem autobusiem, pārvadājot pasažierus, jābūt aprīkoti ar diviem pirmās palīdzības komplektiem? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Ja autobusu sēdvietu skaits ir mazāks par 15
 - B. Ja autobusus sēdvietu skaits ir no 15 līdz 25
 - C. Ja autobusus sēdvietu skaits ir vairāk par 25
 - D. Tikai lielas ietilpības autobusus, kuros sēdvietu skaits ir vismaz 55
22. Kad drīkst veikt darba aprīkojuma tehnisko apkopi (uzturēšanu)? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Kad aprīkojums ir izslēgts un atvienots no enerģijas avota
 - B. Kad darbības zonā neatrodas cilvēki
 - C. Kad darbības zonā atrodas cilvēki, kas kontrolē procesu
23. Kura riska faktora gadījumā transporta nozarē nebūtu jāveic laboratoriskie mērījumi? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Paaugstināta trokšņa gadījumā
 - B. Plaukstu – rokas vibrācijas gadījumā, ja tiek veikti darbi ar vibrējošiem rokas instrumentiem (piemēram, pneimatiskajiem skrūvgriežiem)
 - C. Visa ķermeņa vibrācijas gadījumā, ja darbs tiek veikts autobusā
 - D. Nepietiekama apgaismojuma gadījumā
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes ir pareizas
 - F. Neviena no iepriekš minētam atbildēm nav pareiza
24. Kam ir pienākums segt individuālo aizsardzības līdzekļu iegādes izmaksas? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Darba devējam
 - B. Izmaksas uz pusēm sedz darba devējs un darbinieks
25. Kas jāņem vērā organizējot darba aizsardzības sistēmu? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Darba vides iekšējā uzraudzība, tai skaitā darba vides riska novērtēšana
 - B. Darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana
 - C. Konsultēšanās ar nodarbinātajiem, lai viņus iesaistītu darba aizsardzības uzlabošanā
 - D. Visas iepriekš minētās atbildes pareizas
 - E. Visas iepriekš minētās atbildes nepareizas
26. Kurā no minētajām nozarēm, 2017.gadā tika reģistrēts vislielākais arodslimnieku skaits? (*Iespējama 1 pareizā atbilde*)
- A. Uzglabāšanas un transporta palīgdarbības
 - B. Sauszemes transports un caurulvadu transports
 - C. Pasta un kurjeru darbība



27. Ja skaņas intensitāte uz nodarbināto ir 80 - 85 dB, kurš no minētajiem preventīvajiem pasākumiem būtu atbilstošāks trokšņa radītā riska mazināšanai? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Jāveic pasākumi trokšņa līmeņa mazināšanai, bīstamo vietu norobežošana un vizuālās informācijas par troksni nodrošināšana, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļi lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- B. Nekavējoties jāveic pasākumi trokšņa samazināšanai, obligātās veselības pārbaudes veikšana vienu reizi gadā un dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana
- C. Jāveic nodarbināto apmācība par troksni un tā iedarbību, obligāto veselības pārbaudes veikšana vienu reizi trijos gados, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana un attiecīgo drošības zīmju izvietošana nav nepieciešama

28. Ko no minētajiem gadījumiem, var uzskatīt par bīstamu iekārtu? (Iespējamās 2 pareizās atbildes)

- A. Stacionāro datoru
- B. Spiedieniekārtu kompleksi
- C. Tehnisko darbagaldu
- D. Autotransporta cisternas
- E. Katliekārtu līdz 500kw

29. Kam jāsedz izmaksas, kas saistītas ar darbinieku periodiskajām obligātajām veselības pārbaudēm? (Iespējama 1 pareizā atbilde)

- A. Pats darbinieks
- B. Darba devējs
- C. Pēc savstarpējās vienošanās – pats darbinieks vai darba devējs

30. Kur no norādītajām aizlieguma zīmēm, norāda gājēja kustības aizliegumu? (Iespējama 1 pareizā atbilde)



A.



B.



ATBILDES			
1	E	16	B; C; E
2	A; B	17	C
3	E	18	B; D; E
4	A; C	19	A; B; C
5	A	20	B; C
6	C	21	C
7	A	22	A
8	A; B; E	23	F
9	A; C; E; G	24	A
10	1-C; 2-D; 3-B; 4-A	25	D
11	B	26	B
12	A	27	C
13	D	28	B; D
14	B	29	B
15	A	30	A

Par drošu transporta vadīšanu

Pirms uzsākt darbu, svarīgi novērtēt un novērst riskus



IZPLATĪTĀKIE RISKI TRANSPORTA UN UZGLABĀŠANAS NOZARĒ

Ceļu satiksmes negadījumi



Kravu iekraušana / izkraušana



Vibrācija



Ergonomiskie riska faktori



Atpūtas režīma ievērošana, uzmanība, koncentrēšanās

Aizsargķiveres lietošana

Transporta tehniskais stāvoklis, mērījumi, OVP

Pereiza kravas celšana ar slodzi kājām nevis mugurai



Valsts darba inspekcija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Par drošību iekšējā transporta vadīšanā

Pirms uzsākt
darbu, svarīgi
novērtēt un
novērst riskus



IZPLATĪTĀKIE RISKI TRANSPORTA UN UZGLABĀŠANAS NOZARĒ

Uzbraukšana
iekšējā
teritorijā



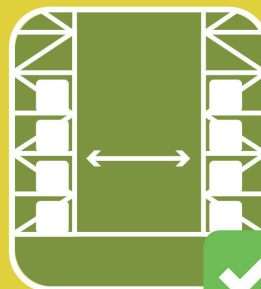
Pakļupšana,
pakrišana,
uztriekšanās



Uztriekšanās
plauktu
sistēmēm



Preču, materiālu
nepareiza
izvietošana



Gājēju,
transporta ceļu
apzīmēšana,
ātruma
ierobežojoša
zīme

Pareizi novietot
iekrāvēju
stāvēšanai
ar dakša
uz zemes

Ātruma
ierobežojums,
pietiekoša
platība
manevriem

Pietiekoša
platība
pārvietošanās
manevriem



Valsts darba inspekcija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



DROŠĪBA NOLIKTAVĀS



1.



DROŠĪBA NOLIKTAVĀS

- Grīdas apzīmējumi un aizsargbarjeras
- Gājēju vai tehnikas kustībai paredzētās zonas
- Tehnikas novietošanas zonas
- Gājēju pārejas

2.



SPOGULU IZVIETOJUMS nepārredzāmās vietās, krustojumos

- Brīdinājuma zīmes
- Ātruma ierobežojuma zīmes

3.



DROŠĪBAS APRĪKOJUMS uz iekrāvēja

- Oranžā zibšņu bākuguns
- Atpakaļgaitas gaismas lukturi
- Atpakaļgaitas skaņas signāls
- Atpakaļskata spogulis

4.



VADĪTĀJA DROŠĪBAS SISTĒMAS

- Iekrāvējos ar frontālo sēdekli ir JĀPIESPRĀDZĒJAS
- Slēgtas kabīnes
- Sānu aizsargi

5.



PALEŠU PLAUKTU DROŠĪBA

- Noteikumi LVS EN 15635
- Plauktu sistēmas slodzes informācija
- Plauktu pārbaudes
- Obligātās plauktu pārbaudes vismaz 1 reizi gadā!

6.



PĀRBAUŽU SARAKSTS darba uzsākšanai ar kraušanas tehniku

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| 1. Riepas/riteņi | 4. Dakšas |
| 2. Celtspējas diagramma | 5. Apgaismojums |
| 3. Skaņas signāls | 6. Bremzes |