

DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS BŪVMATERIĀLU RAŽOŠANĀ



Būvmateriālu ražošana ir ļoti būtiska Latvijas ekonomikas nozare, jo daudz izmantoto izejmateriālu iegūst tepat Latvijā. Katrs no mums ikdienā saskaras ar māju un ceļu būvmateriāliem – mūsu dzīve bez tiem nav iedomājama. Tomēr darbs šajā nozarē nav viegls – nodarbinātie ikdienā saskaras ar daudziem darba vides riskiem – troksni, vibrāciju, putekļiem un bīstamām iekārtām. Visi šie darba vides riska faktori var radīt augstu nelaiemes gadījumu risku un būtiski apdraudēt strādājošo veselību un drošību.

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

KAS IR DARBS BŪVMATERIĀLU RAŽOŠANĀ?

Vienkāršības labad šajā materiālā ar jēdzienu “darbs būvmateriālu ražošanā” tiks apzīmēti visi tie darbi, kuri ir iekļauti nozarē ar ko-pējo apzīmējumu “nemetālisko minerālu izstrādājumu ražošana”. Latvijā visvairāk tiek ražoti dažādi t. s. keramikas būvmateriāli, kā arī cementa, kaļķa, ģipša un betona izstrādājumi. Šajā materiālā aplūkosim arī tos darba veidus, kas ir saistīti ar izejmateriālu un gatavo produktu pārvadāšanu un uzglabāšanu (taču nepieminēsim ķīmisko produktu, piemēram, krāsu u. tml., ražošanu). Darot jebkuru no šiem darbiem, strādājošie var saskarties ar ļoti dažādiem darba vides riska faktoriem, kas var radīt risku veselībai un drošībai.

PIRMS SĀKT DARBU...

Pirms sākt darbu, jāatceras, ka jebkuras darba attiecības sākas ar darba līguma parakstīšanu – tajā jābūt aprakstītiem darba pienākumiem, minētai darba samaksai un noteiktam darba laikam. Tikai rakstisks darba līgums nodrošinās juridiskās un sociālās garantijas

gadījumā, ja tiks nepamatoti atlaists no darba, cietīsi nelaimes gadījumā darbā vai saslīmsi, t. sk. ar arodslimību.

Pirms darba līguma parakstīšanas Tavam nākamajam darba devējam jānosūta Tevi uz obligāto veselības pārbaudi. Tās mērķis ir pārliecināties, vai Tavs veselības stāvoklis atbilst veicamajam darbam (piemēram, ja Tev jau ir veselības problēmas ar mugurkaulu, tad ilgstoša sēdēšana iekrāvējā, kā arī visa ķermeņa vibrācijas ietekme veselības stāvokli vēl vairāk pasliktinās).

Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev mācības darba aizsardzības jautājumos – gan ievadapmācība jeb t. s. ievadinstrukcija, gan darba aizsardzības instrukcija darba vietā konkrētā darba veikšanai.

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

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

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

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

KĀDAS SEKAS VAR RASTIES, NEIEVĒROJOT DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS?

Dažādu darba vides riska faktoru iedarbības rezultātā var tikt apdraudēta nodarbināto drošība un veselība. Tāpat darba aizsardzības prasību neievērošana var radīt arī ekonomiskus zaudējumus gan pašam nodarbinātajam, gan uzņēmumam.

Strādājot būvmateriālu ražošanā, visbiežāk nodarbināto veselība var tikt bojāta:

- **nelaimes gadījumu** rezultātā gūstot dažādus veselības traucējumus (traumas), piemēram, uzkrītot izejmateriāliem vai gatavajai produkcijai, pakrītot, izkāpjot no iekrāvēja kabīnes, u. tml.;
- dažādu darba vides riska faktoru iedarbības rezultātā gūstot **akūtus vai hroniskus veselības traucējumus** (t. s. arodslimības), piemēram, putekļu ilgstošas iedarbības rezultātā sabojājot plaušas u. tml.

Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un iespējamiem nelaimes gadījumiem, kas var sabojāt Tavu veselību, strādājot būvmateriālu ražošanā.

KĀDI IR BŪVMATERIĀLU RAŽOŠANĀ BIEŽĀK NOVĒROJAMIE RISKĀ FAKTORI?

Nozīmīgākie darba vides riska faktori, kas ietekmē vai var ietekmēt būvmateriālu ražošanā nodarbināto veselības stāvokli, ir:

- nelaimes gadījumu risks;
- vibrācija un troksnis;
- putekļi un ķīmiskie riska faktori;
- ergonomiskie faktori;
- mikroklimats un apgaismojums;
- psihoemocionālie riska faktori.

Bieži vien, strādājot būvmateriālu ražotnēs, uz nodarbinātajiem iedarbojas **vairāki riska faktori vienlaikus**, tādējādi ietekmējot un apdraudot gan skeleta un muskuļu sistēmu, gan dzirdes un redzes orgānus vai citas ķermeņa daļas. Neraugoties uz pēdējo gadu laikā notikušajām pārmaiņām darba apstākļu un ražošanas tehnoloģiju uzlabošanā (ir uzstādītas jaunas ražošanas līnijas, iekārtotas modernas noliktavas u. c.), arī šajā nozarē nodarbināto veselība un drošība joprojām var tikt būtiski apdraudēta.

BIEŽĀKIE NELAIMES GADĪJUMU IEMESLI BŪVMATERIĀLU RAŽOŠANĀ

Līdzīgi kā citās nozarēs, arī strādājot būvmateriālu ražošanā, nelaimes gadījumi bieži notiek nodarbināto neuzmanības un noņemto darba aizsardzības prasību neievērošanas dēļ. Būvmateriālu ražošanā bieži tiek izmantotas specifiskas liela izmēra iekārtas (piemēram, ražošanas līnijas u. c.) un darbs to tuvumā vai to apkopes rada augstāku bīstamību. Ne laimes gadījumi var notikt ar jebkuru nodarbināto, tāpēc ir svarīgi zināt iespējami vairāk par to, kā rūpēties par savu veselību un drošību darba vietā.

Negadījumi darbā ar izmantotajiem transportlīdzekļiem

Šādi negadījumi galvenokārt ir saistīti ar dažāda veida iekrāvēju, smago automašīnu, buldozeru vai līdzīgas tehnikas lietošanu cementa, smilšu, ģipša un tamlīdzīgu materiālu, kā arī gatavās produkcijas pārvietošanai.

Negadījumi visbiežāk ir saistīti ar:

- pārāk tuvu atrašanos transportlīdzeklim (īpaši t. s. “aklajās zonās”) un tā sadursmēm ar nodarbinātajiem – uzbraukšanu, aizķeršanu, saspiešanu u. tml.;
- darbu un tiešu atrašanos zem paceltām kravām (piemēram, iekrāvēju kausiem ar birstošiem materiāliem vai paceltām paletēm ar gatavo produkciju);

- atļautā braukšanas ātruma neievērošanu;
- pārāk smagu kravu pārvietošanu;
- sliktu vai nepiemērotu virsmas segumu (piemēram, ar augstuma starpību, nelīdzenām virsmām u. c.);
- mobilā tālruņa lietošanu (runājot, rakstot īsziņu u. c.) transportlīdzekļa vadīšanas laikā;
- nepareizu izkāpšanu no transportlīdzekļa vai bojātu pakāpienu izmantošanu.

Smagākās negadījumu sekas – uzbraukšana nodarbinātajiem vai pašas tehnikas apgāšanās – var beigties arī ar letāliem nelaimes gadījumiem.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievērot brīdinājuma zīmes (piemēram, STOP zīmes u. c.);
- ievērot drošu attālumu, nestrādāt tuvāk kā 5 metrus no citas tehnikas vai nodarbinātajiem;
- ieslēgt brīdinošos skaņas un gaismas signālus;
- lietot tikai darba kārtībā esošus iekrāvējus un citu tehniku, ziņot darba devējam par bojātu tehniku;
- iekāpšanai un izkāpšanai izmantot transportlīdzekļa kāpnītes / pakāpienus ;



Gājēju pārvietošanās ceļi tiešā smagās tehnikas darbības zonā var būt smagu nelaimes gadījumu iemesls



Norobežoti un skaidri apzīmēti gājēju pārvietošanās ceļi samazina nelaimes gadījumu iespēju

- nelietot mobilo tālruni, vadot transportlīdzekļus;
- lietot visus nepieciešamos individuālās aizsardzības līdzekļus (labi redzamu un gaismu atstarojošu apģērbu, apavus, ķiveri u. c.).

Atceries!

Mobilā tālruņa lietošana zvanīšanai vai īsziņu rakstīšanai, vadot transporta līdzekli, paaugstina nelaimes gadījumu risku! Numura sastādīšana vidēji aizņem 12 sekundes, atbildēšana uz zvanu – 5 sekundes. Šajā laikā var notikt nelaime!

Ar darba aprīkojumu un iekārtām saistītie nelaimes gadījumi

Ražošanā izmantotās iekārtas – konveijeri, maisītāji, fasēšanas iekārtas u. tml. – var būt nelaimes gadījumu iemesls. Darbs pie jebkuras no šīm iekārtām var būt potenciāli bīstams, jo nodarbinātajiem jāveic iekārtu uzraudzība tiešā to tuvumā, kā arī dažādi to tīrīšanas un apkopes darbi. Īpaši bīstama var būt t. s. “sastrēgumu” atbrīvošana iekārtās, kad nepieciešams atrasties uz iekārtas vai tiešā to tuvumā, kā arī jālieto palīginstrumenti (laužņi, āmuri u. tml.). Tāpat apkopēs un nelielajos remonta



Nenosegtas iekārtu kustīgās daļas var būt iemesls paaugstinātam nelaimes gadījumu riskam



Iekārtu kustīgo daļu nosegšana efektīvi samazina nodarbinātajiem iespēju ar tām saskarties

darbos izmantotā tehnika – leņķa slīpmašīnas, urbji, atslēgas u. c. – bieži rada sasitumus, saspiedumus, nobrāzumus u. tml. Papildu bīstamību var radīt neatbilstošs iekārtu tehniskais stāvoklis vai drošības ierīču trūkums un defekti (piemēram, kad nav vai ir bojāti drošības vāki, nav nosegtas iekārtu un konveijeru kustīgās daļas u. tml.). Diemžēl bieži nelaimes gadījumi ir saistīti arī ar to, ka nodarbinātie nelieto atbilstošus individuālās aizsardzības līdzekļus (ķiveres, aizsargbrilles u. c.).

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- lietot tikai darba kārtībā esošu aprīkojumu un informēt darba devēju par jebkuriem tā defektiem;
- lietot visus nepieciešamos individuālās aizsardzības līdzekļus (sejas un acu aizsarglīdzekļus, cimdus, darba apavus u. c.).

Paklupšana, pakrišana, paslidēšana un kritieni no augstuma

Šādi nelaimes gadījumi galvenokārt notiek, pārvietojoties pa nelidzenām virsmām vai slidenu segumu, kāpjot uz transportlīdzekļiem vai izmantojot nepiemērotus priekšmetus, lai pakāptos, kā arī pakļūpot uz nevietā atstātiem priekšmetiem (izejmateriāliem, paletēm, vadiem u. tml.).



Bojātu pakāpienu izmantošana un nevietā atstāti vadi rada paklupšanas risku

Strādājot pie ražošanas līnijām, bieži jāizmanto dažādas kāpnes, pakāpieni vai platformas, lai piekļūtu pie tām apkopju un remontu veikšanai. Pārvietošanās pa kāpnēm, darbs uz platformām vai cita veida piekļuves līdzekļiem bieži ir saistīts ar kritieniem no augstuma.

Daudz nelaimes gadījumu risku ir arī gatavās produkcijas noliktavās, visbiežāk tie ir saistīti ar nepareizu un nepārdomātu izejmateriālu vai gatavās produkcijas izvietojumu. Īpaša uzmanība jāpievērš tam, lai plauktu kravnesība atbilstu izvietojamiem materiāliem un plaukti tiktu regulāri pārbaudīti.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievērot piesardzību un uzmanību pārvietojoties, lietot piemērotus darba apavus, pieturēties pie rokturiem kāpšanas laikā, lietot visus pakāpienus;
- pārdomāti un droši izvietot un sakārtot materiālus un produkciju;
- ziņot darba devējam par trūkstošām margām vai bojātiem pakāpieniem u. tml.



Nepārdomāts materiālu un produkcijas izvietojums un nesakārtotība rada gan uzkrīšanas, gan aizķeršanās risku

ĶĪMISKĀS VIELAS UN PUTEKĻI

Ķīmiskās vielas un putekļi būvmateriālu ražošanā diemžēl ir neizbēgama parādība – gandrīz jebkura būvmateriāla ražošana ir saistīta ar putekļu rašanos, un daudzos darbos ir iesaistīta iekraušanas tehnika, kas iekšdedzes dzinēju izmantošanas gadījumā rada veselībai kaitīgus izmešus.

Putekļi un ķīmiskās vielas viskaitīgākās ir elpceļiem, taču tās ietekmē arī ādu un gļotādas (piemēram, acis), kā arī nervu sistēmu.

Ķīmiskās vielas un putekļi visvairāk ietekmē tieši plaušas – ilgstoša un atkārtota putekļu ieelpošana var radīt hroniskas elpošanas sistēmas slimības, piemēram, hronisku obstruktīvu plaušu slimību vai pneimokoniozi (saistaudu ieaugšanu plaušās). Šajā ziņā īpaši bīstami ir tie materiāli, kas satur silīcija oksīdu, jo tā ietekmē plaušu slimības attīstās visātrāk.

Putekļi un ķīmiskās vielas var ietekmēt ādu, izraisot dažādus ādas iekaisumus (dermatītus). Dažas no būvmateriālu ražošanā izmantotajām ķīmiskajām vielām var būt arī kancerogēnas – tādas, kas rada audzēju risku (piemēram, šķīdinātāju un degvielas sastāvā esošais benzols u. c.). Pie īpaši bīstamiem produktiem jāpiemin arī cements, kura sastāvā var būt virkne veselībai bīstamu metālu (piemēram, hroms), turklāt, cementam reaģējot ar ūdeni (betona iegūšanai), tajā veidojas spēcīgi sārmi, kas, nokļūstot uz ādas vai drēbēm, var radīt ķīmiskus apdegumus.

Svarīgākās ķīmisko vielu un maisījumu grupas, kas visbiežāk sastopamas būvmateriālu ražošanā, ir šādas:

- degvielas sadegšanas produkti jeb izplūdes gāzes (CO, CO₂, NO_x, SO₂, oglekļa dioksīds, kvēpi, benzpirēns u. c.);
- degviela, eļļas (t. sk. eļļas aerosoli) un smērvielas, kas uzsūcas caur nebojātu ādu;
- dažādu izmantoto materiālu – dolomīta, kaļķakmens, ģipša, krīta, smilšu, māla u. c. – putekļi. Būvmateriālu ražošanas procesu (smalcināšanas, maisīšanas u. tml.) laikā var

izdalīties ievērojams daudzums putekļu, pārsniedzot pieļaujamo normu pat 10–20–30 reižu.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- nestāvēt darbojošos iekārtu vai ražošanas konveijeru tuvumā, ja vien to neprasa tiešais darbs;
- nestāvēt darbojošos dzinēju tuvumā;
- darba laikā (strādājot arī ārpus telpām) turēt aizvērtus transportlīdzekļa logus;
- ievērot ķīmisko vielu pareizas glabāšanas noteikumus (ķīmiskās vielas jāglabā tikai slēgtos, ķīmisko vielu glabāšanai piemērotos un marķētos traukos);
- vienmēr ieslēgt atsūces ventilāciju (ja tādas ir pieejamas), kā arī savlaicīgi un pareizi savākt izbīrušas vai izlijušas vielas;
- regulāri mainīt un mazgāt darba apģērbu, nelietot to ceļā uz mājām, pirms ēšanas mazgāt rokas un pēc darba noteikti nomazgāties dušā;
- lietot noteiktus un pareizi izvēlētus individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, respiratorus, cimdus u. c.);
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes.



Iekārtu operatora uzraudzības posteņa kabīnē ar ventilāciju ir būtiski mazāka putekļu koncentrācija



Lokālās atsūces ierīkošana materiālu sajaukšanas procesā ievērojami samazina putekļu nokļūšanu gaisā

Atceries!

Ja neesi pārliecināts, kā pareizi un droši jālieto konkrētā ķīmiskā viela, ieskaties šīs ķīmiskās vielas "Drošības datu lapā"! Tādai jābūt jebkurai profesionāli izmantojamai ķīmiskajai vielai!

TROKSNIS

Troksnis būvmateriālu ražošanā ir ļoti plaši izplatīts riska faktors, un reizēm tā līmenis var būt tik augsts, ka var izraisīt aroda vājdzirdību – dzirdes neatgriezenisku un neārstējamu pasliktināšanos abās ausīs jeb kurlumu. Visbīstamākais ir trokšņa līmenis, kas augstāks par 87 dB(A) (decibeliem), tomēr jau par 80 dB(A) augstāks trokšņa līmenis var radīt izmaiņas dzirdē. Troksni visbiežāk rada ražošanas iekārtas (konveijeri, smalcinātāji, maisītāji, fasētāji u. c.). Trokšņa līmenis ir atkarīgs gan no iekārtu tehniskā stāvokļa (jo sliktākā tehniskā stāvoklī tas būs – jo skaļāks), gan no tā, cik tuvu troksnim ir jāstrādā. Ja darbs jāveic tiešā iekārtas tuvumā, trokšņa līmenis var būt ļoti augsts!

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ja iespējams, bez vajadzības nestrādāt skaļu iekārtu tiešā tuvumā;
- atgādināt darba devējam, lai savlaicīgi tiktu veiktas iekārtu tehniskās apkopes (ja tas netiek darīts, trokšņa līmenis būs augstāks);
- ja nepieciešams, lietot dzirdes aizsardzības līdzekļus;
- apmeklēt obligātās veselības



Iekārtu norobežojumi efektīvi samazina gan trokšņa un putekļu līmeni, gan arī nelaimes gadījumu risku

- pārbaudes (ja trokšņa līmenis ir virs 80 dB(A));
- ievērot regulāras atpūtas pauzes un saudzēt dzirdi brīvajā laikā (piemēram, neklausīties pārāk skaļu mūziku u. tml.).

VIBRĀCIJA

Vibrācija, līdzīgi kā troksnis, ir būvmateriālu ražošanā izplatīts darba vides riska faktors, kuru visbiežāk rada izmantotie transportlīdzekļi un iekārtas. Katra iekārta strādājot rada ne tikai troksni, bet arī vibrāciju. Jāatceras, ka būvmateriālu ražošanā nodarbinātie biežāk tiek pakļauti visa ķermeņa vibrācijai (vibrācija iedarbojas uz mugurkaulu vai kājām, sēžot transporta līdzekļa kabīnē, kā arī strādājot uz platformām pie ražošanas iekārtām), savukārt t. s. plaukstas-rokas vibrācija (iedarbojas uz rokas locītavu, piemēram, caur stūri vai ātruma pārslēgu) ir retāk sastopama. Visa ķermeņa vibrācija radīs dažādus traucējumus (sāpes, stīvumu u. tml.) mugurkaulajā, savukārt plaukstas-rokas vibrācija var radīt karpālā kanāla sindromu jeb saistaudu saaugumu plaukstas locītavā, kas nospiež nervus un asinsvadus, radot tirpšanas un sāpju sajūtu rokās.



Bojātu krēslu lietošana ievērojami paugstina visa ķermeņa vibrācijas līmeni un tās ietekmi uz veselību



Palešu izmantošana, lai panāktu ergonomiski piemērotāku augstumu produkcijas nokraušanai, samazina slodzi mugurkaulam

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot līdzi iekārtu tehniskajam stāvoklim un tam, lai savlaicīgi tiktu veiktas to apkopes, kā arī tam, lai tehniskā kārtībā tiktu uzturēti autovadītāju krēsli, amortizatori, riepas u. tml.;
- lietot noteiktos individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, vibrāciju slāpējošus cimdus);
- veikt dažādus muskuļus atslābinošus vingrinājumus (piemēram, pastaipīt, papurināt, izkustināt visus pirkstus, pavingrot, pastaipīties u. tml.);
- ja nepieciešams, apmeklēt obligātās veselības pārbaudes.

ERGONOMISKIE RISKA FAKTORI

Līdzīgi kā daudzās citās nozarēs, arī būvmateriālu ražošanā ergonomiskie riska faktori ir vieni no būtiskākajiem. Galvenā ergonomiskā problēma ir saistīta ar nepieciešamību ilgstoši atrasties piespiedu pozā – gan sēdus (piemēram, vadot iekrāvēju noliktavā), gan stāvus (piemēram, uzraugot kādu no iekārtām). Tāpat nereti nodarbinātajiem joprojām nākas pārcilāt ievērojamus smagumus – gan dažādus produktu izejmateriālus, gan gatavo produkciju.

Gan ilgstoša sēdēšana, gan stāvēšana var radīt paliekošus veselības traucējumus gan mugurai, gan citām locītavām, kā arī saitēm un muskuļiem (piemēram, dažādus iekaisumus u. tml.). Jāatceras, ka ilgstoša sēdēšana transportlīdzeklī parasti ir saistīta arī ar visa ķermeņa vibrācijas ietekmi, kas vēl vairāk ietekmē nodarbināto veselību. Smagumu pārvietošana visbiežāk apdraud mugurkaulu (radot, piemēram, diska trūces) un, piemēram, plaukstas vai plecu locītavas.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sekot savas darba vietas ergonomiski optimālam iekārtojumam (vienmēr pieregulēt transportlīdzekļa sēdekli un stūri, lai nodrošinātu ērtu un pareizu pozu, regulēt ražošanas līniju vai produktu kraušanas vietu augstumu u. tml.);

- izmantot visus iespējamus smagumu pārvietošanas palīglīdzekļus;
- ievērot regulāras atpūtas pauzes un veikt atslodzes vingrinājumus (piemēram, pavingrot, pastaipīties. tml.);
- apmeklēt obligātās veselības pārbaudes.

PSIHOEMOCIONĀLIE RISKA FAKTORI

Psihoemocionālie riska faktori, kurus rada vienmuļš darbs, garas darba stundas, darbs naktīs un agra celšanās, var radīt paaugstinātu risku veselībai, veicināt miega traucējumus un hronisku nogurumu, kā arī samazināt uzmanību un koncentrēšanās spējas, paaugstinot nelaimes gadījumu risku. Lai cilvēks justos labi, nepieciešamas vismaz 8 stundas miega diennakts laikā, turklāt svarīga ir arī miega kvalitāte. Pirmās noguruma pazīmes ir aizsapņošanās, pārmērīga žāvāšanās un acu aizkrišana. Lielāko bīstamību rada t. s. “mikromiegs” – īslaicīga iesnaušanās, kas ilgst vidēji 4–5 sekundes, kuru laikā bieži notiek negadījumi darbā ar transportlīdzekļiem un citām ražošanas iekārtām.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievērot regulārus īslaicīgus pārtraukumus;
- veltīt pietiekamu laiku atpūtai un miegam starp darba maiņām.

CITI DARBA VIDES RISKA FAKTORI

Būvmateriālu ražošanā nodarbināto drošību un veselību var apdraudēt vēl daudzi citi riska faktori, piemēram:

- klimatiskie apstākļi – gan karstums vasarā, gan pazeminātas temperatūras ziemā, kā arī lietus, sniegš un caurvējš (piemēram, pārvietojoties uzņēmuma teritorijā, strādājot pie atvērtiem vārtiem u. c.). Darbs lietū, sniegā, caurvējā vai neapsildītās telpās var izraisīt saaukstēšanos, kā arī veicināt muguras sāpes;
- neatbilstošs (pārāk mazs) apgaismojums, kas var radīt paaugstinātu redzes sasprindzinājumu, vai prožektoru izmantošana, kas var veicināt apžilbšanu, tādējādi palielinot nelaimes gadījumu risku.

KĀDAS IR TAVAS TIESĪBAS?

Atceries!

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

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

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

Atceries!

Vienmēr atceries par savām tiesībām un nebaidies tās izmantot!

JA DARBĀ NOTICIS NELAIMES GADĪJUMS

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

Darba devēja pienākums ir izmeklēt nelaimes gadījumu darbā un reģistrēt to Valsts darba inspekcijā 30 darbdienu laikā pēc

nelaimes gadījuma. Cietušajam jāsaņem viens nelaimes gadījuma izmeklēšanas akta eksemplārs ar Valsts darba inspekcijas reģistrācijas numuru. Nelaimes gadījuma izmeklēšanas akts būs nepieciešams, lai saņemtu sociālo palīdzību ārstēšanas un rehabilitācijas izdevumu segšanai no Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras.

JA TAVA VESELĪBA IR PASLIKTINĀJUSIES

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

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

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

Atceries!

Sociālās garantijas pēc nelaimes gadījuma darbā vai konstatētas arodslimības Tu varēsi saņemt tikai tad, ja Tev būs darba līgums un Tu ziņosi par nelaimes gadījumu darbā!

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



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

Nr. 332-2017

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA ATTIECĪBU UN DARBA AIZSARDZĪBAS POLITIKAS DEPARTAMENTĀ

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

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

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

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

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

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

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

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM – www.osha.lv



Labklājības ministrija



Valsts sociālās
apdrošināšanas aģentūra



Valsts darba
inspekcija

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

Materiālu sagatavoja: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2017.
Bezmaksas izdevums.