



66
LT

FACTS

Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra

ISSN 1725-7042

Saugokitės pavojų darbe – patarimai jaunimui

Tai gali atsitikti ir jums

Nelaimingo atsitikimo darbe ar žalos sveikatai pasekmės gali būti skaudžios ir jaučiamos visą gyvenimą. Net pačią pirmą dieną darbe gali įvykti tragedija. Tačiau daugumai tokių tragedijų galima užbėgti už akių.

Kadangi jūs dar jaunas ir tik pradėdote dirbti, darbe jūs galite susidurti su didesne rizika nei jūsų vyresnieji kolegos. Jūs dar nesupažinę su darbu ir su darbovieta, todėl jums trūksta patirties ir žinių apie darbą ir galimus sveikatos ir saugos rizikos veiksnius. Jūs turite teisę dirbti saugiomis ir sveikomis sąlygomis, turite teisę gauti būtiną mokymą ir priežiūrą, teisę užduoti klausimus ir pranešti apie tai, kas jums atrodo nesaugu. Jei jums dar nėra 18 metų, įstatymai jums draudžia dirbti pavojingą darbą, nes jūs dar neturite patirties ir galbūt pakankamos brandos. Šiame informaciniame biuletenyje apžvelgiami pavojai darbe. Patarimus apie savo teises ir pareigas rasite atskirame informaciniame biuletenyje.

Europos statistikos duomenimis, susižeidimo atvejų tarp 18–24 metų jaunimo pasitaiko 50 proc. daugiau nei tarp vyresnio amžiaus darbuotojų.

➤ Aštuoniolikmetis mechaniko profesijos besimokantis jaunuolis mirė, praėjus keturioms dienoms po nelaimės, kurios metu jį apdegino sprogo benzininio liepsna; benziną sprogo, kai vaikinai padėjo savo vadovui į atliekų rezervuarą išpilti benzino ir dyzelino mišinį.

Bet jūs galite susidurti ne tik su nelaimingų atsitikimų rizika – darbe taip pat galite pakenkti ir savo sveikatai:

➤ Kirpėjos amato besimokanti mergina buvo jautri produktams, kuriuos ji turėjo naudoti; jos rankos pasidengė žaizdomis ir pūslėmis taip, kad ji nebegalėjo suimti net peilio ir šakutės, todėl turėjo atsakyti šio darbo...

Tokių nelaimingų atsitikimų ir susirgimų priežastis – nesaugi įranga, įtampa, greitas darbo tempas, nepakankamas pasirėngimas bei priežiūra ir procedūrų bei kontrolės stoka. Jei jums dar nėra 18 metų ir dirbate įstatymais draudžiamą joms dirbti darbą, nelaimingo atsitikimo tikimybė yra daug didesnė.

Patarimai, kaip dirbti saugiai (!)

- Nesiimkite jokios užduoties, kol jūsų tinkamai neapmokė.
- Jei manote, kad jus perkrauna informacija arba ją pateikia per greitai, paprašykite prižiūrėtojo sulėtinti tempą ir dar kartą pakartoti instrukcijas.
- Neišeikite už savo darbo vietos ribų, nebent jums tai lieptų daryti. Kitose darbo vietose gali būti įvairių jums nežinomų pavojų, pavyzdžiui, ištiesti virš galvos laidai, slidžios grindys ar toksiškos cheminės medžiagos.

- Jei ko nors tikrai nežinote, pirma paklauskite. Išvengti nelaimingo atsitikimo gali padėti prižiūrėtojas ar bendradarbis.
- Drąsiai sakykite, kad jums reikia daugiau paaiškinimų ir mokymo.
- Atlikdami užduotį, naudokite tinkamą apsauginę aprangą, t. y. specialų apavą, kietą galvos apdangalą ir pirštines. Tikrai žinokite, kada tokią aprangą naudoti, kur ją rasti, kaip ją naudoti ir kaip prižiūrėti.
- Sužinokite, ką daryti ypatingais atvejais, pavyzdžiui, pasigirdus priešgaisrinei signalizacijai, dingus elektrai ir pan.
- Nedelsdami savo prižiūrėtojiui ir darbuotojų saugos atstovui, jei toks yra, praneškite apie visus nelaimingus atsitikimus.
- Neignorokite jokių ankstyvų problemos požymių, pavyzdžiui, tokių atvejų, kai skauda galvą ar kitą kūno dalį, sukasi galva, niežti kūnas, graužia akis, nosį ar gerklę. Apie tai praneškite gydytojui, medicinos seselei ar kitam medicinos tarnybos darbuotojui, jei tokia tarnyba yra. Arba jei lankotės pas savo šeimos gydytoją ir turite nusiskundimų sveikatai, pasakykite jam, kokį darbą dirbate.
- Laikykitės gautų patarimų ir instrukcijų, pavyzdžiui, darykite pertraukas, tinkamai susireguliuokite kėdę, naudokitės saugos priemonėmis.

Ko reikėtų paklausti viršininką

- Kokie man kyla pavojai ir kokia rizika (?) darbe?
- Ar mane kas nors mokys saugos ir kada?



(!) Pritaikyti šaltiniai www.ccohs.ca/youngworkers/

(?) Pavojus – tai bet kuris reiškinys, kuris gali sukelti ligą arba dėl kurio galima susižeisti. Rizika – tai tikimybė, kad taip atsitiks.

- Kokių apsaugos priemonių turėčiau imtis, ar turėčiau naudoti asmenines apsaugos priemones?
- Ką turėčiau daryti ypatingais atvejais? Ar mokymuose tai bus paaiškinta?
- Į ką turėčiau kreiptis, jei man kiltų klausimų dėl saugos? Kaip pranešti apie nelaimingą atsitikimą, sveikatos problemas arba kai pastebėsiu ką nors blogo?
- Ką daryti, jei susižeisčiau? Kas teikia pirmąją pagalbą?

Ko man reikėtų saugotis? ⁽³⁾

- **Paslydimų ir pargriuvimų** – tai dažniausiai dėl susigrūdimo, netvarkingų darbo vietų, aplaistytų ar aplūžusių grindų ar besidraikančių laidų pasitaikančios nelaimingų atsitikimų priežastys.
- **Mašinų ir mechanizmų** – daugelis nelaimingų atsitikimų įvyksta dėl jų blogos priežiūros, mechanizmų apsaugų nebuvimo, darbuotojų parengimo stokos, elektros gedimų, kurie tampa nudegimų ar gaisrų priežastimi ar net pareikalauja žmonių aukų, kai bandoma pataisyti mašiną, nesustabdytą ir neatjungtą nuo energijos šaltinio. Pavojingų mechanizmų yra visur – restoranų virtuvėse ir fabrikuose.
- **Krovinių kėlimo**, t. y. kelti kroviniai, kurie yra sunkūs ar nestabilūs; kelti kroviniai nepatogiai; kelti kroviniai, kurie turėtų būti keliami specialiais mechanizmais.
- **Pasikartojančių greitų darbo judesių, ypač esant nepatogiai kūno padėčiai ir be pakankamų poilsio pertraukų** – tai gali pakenkti raumenims ir sąnariams (sukelti kaulų ir raumenų sistemos pažeidimų) bei būti įvairių skausmų ir dieglių priežastis. Tokie judesiai būdingi, pavyzdžiui, darbui prie konvejerio, prekybos centrų kasose, darbui su kompiuterio klaviatūra ir pele.
- **Triukšmo** – per didelis triukšmas gali pakenkti jūsų klausai, nors tikriausiai jūs to nepajusite, nes tai vyksta lėtai. Bet pakenktos klausos nebesusigrąžinsite. Kiti fizikiniai pavojai – tai vibracija ir spinduliuotė.
- **Cheminių medžiagų**, įskaitant įprastas skystas valymo priemones, dažus, plaukų priežiūros priemones ir dulkes. Medžiagos, su kuriomis susiduriama darbe, gali sukelti jus darkančią alerginę odos išbėrimą, nepagydomą astmą, vėžį ir apsigimimą. Jos gali pakenkti kepenims, nervų sistemai ir kraujui.
- **Streso** – stresas gali atsirasti dėl prasto darbo organizavimo: pernelyg didelio darbo krūvio, neaiškiai apibrėžtos atsakomybės, per didelio tempo. Stresą gali sukelti priešiškas viršinių ar kolegų elgesys.
- **Smurto** – su juo susiduriama bendraujant su visuomenės nariais. Smurtas gali būti žodinis ir fizinis. Suprantama, tokie atvejai nėra tik „darbo dalis“.
- **Prastos darbo aplinkos** – varginantis karštis ar šaltis ir rimtesnės problemos, atsirandančios dėl ekstremalių temperatūros pokyčių, prasto apšvietimo ir t. t.

Darbo pobūdis	Rizikos veiksnių pavyzdžiai
Valymas	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Toksinės medžiagos valiklių sudėtyje ➤ Aštrūs daiktai šiukšlėse ➤ Pavojus paslysti ir pargriūti
Visuomeninis maitinimas, restoranai, greitas maistas	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Slidžios grindys ➤ Karšta maisto gamybos įranga ➤ Aštrūs daiktai
Parduotuvės / pardavimas	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pirkėjų fizinis smurtas ir žodiniai įžeidinėjimai ➤ Sunkūs kroviniai ➤ Ilgas stovėjimas
Darbas biuruose	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prastai suprojektuotos darbo su kompiuteriu vietos ➤ Prastos kėdės ➤ Tampa ➤ Priekabiavimas
Žmonių slauga	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Užkrėstas kraujas ir kiti žmogaus kūno skysčiai ➤ Kėlimas ir nepatogi padėtis ➤ Fizinis smurtas ir žodiniai įžeidinėjimai ➤ Pavojus paslysti ir pargriūti
Darbas kirpykloje	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Nepatogi kūno padėtis ➤ Ilgas stovėjimas ➤ Alergijas sukeliančios cheminės medžiagos plaukų priežiūros produktų sudėtyje
Darbas fabrike	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pavojingi mechanizmai ➤ Didelis darbo tempas ➤ Pavojus paslysti ir pargriūti ➤ Transporto priemonių, pavyzdžiui, krautuvų, keliami pavojai

Naudokitės savo teisėmis ir elkitės atsakingai

Darbe jūs turite šias teises:

1. Teisę žinoti.
2. Teisę dalyvauti.
3. Teisę atsisakyti dirbti nesaugų darbą.

Darbas nėra žaidimas, todėl darbe jūs privalote:

- bendradarbiauti su savo darbdaviu sveikatos ir saugos klausimais;
- laikytis saugos procedūrų, kad apsaugotumėte save ir savo bendradarbius;
- naudoti ir dėvėti apsaugos priemones.

Susipažinkite su šia informacija: jaunimui ir darbo saugai skirtų informacijos šaltinių ieškokite adresu: <http://ew2006.osha.eu.int/>; informacijos apie atskirus pavojus ir rizikos veiksnius įvairiose darbovietėse: <http://osha.eu.int/>; informacijos galite gauti iš savo nacionalinių sveikatos ir saugos institucijų, profesinių sąjungų ir profesinių asociacijų.

Daugiau informacijos suteiks Lietuvos Respublikos Valstybinė darbo inspekcija www.vdi.lt

⁽³⁾ Pritaikyta iš www.tuc.org.uk/tuc/rights_worksafe.cfm

Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

Tel. (34) 944 79 43 60, faks. (34) 944 79 43 83

El. paštas: information@osha.eu.int

© Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra. Dauginti leidžiama, nurodžius šaltinį. Printed in Belgium, 2006