



66
SK

FACTS

Európska agentúra pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci

ISSN 1725-7085

Dávajte si pozor na nebezpečenstvá pri práci – rady pre mladých ľudí

Mohlo sa to stať vám

Ak sa vám v práci stane úraz alebo si ublížite, možno budete musieť žiť s následkami do konca života. Niečo tragické sa vám môže prihodiť i počas prvého dňa v práci. Väčšine týchto tragédií však možno zabrániť.

Ako mladí ľudia nastupujúci do práce ste možno vystavení väčšiemu riziku, než vaši starší kolegovia. Ako nováčikom v práci a na pracovisku vám chýbajú skúsenosti s prácou a rizikami v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, ktoré sa môžu vyskytnúť. Máte právo na bezpečnú a zdravú prácu, vrátane nevyhnutných školení a dohľadu. Máte právo klásť otázky a informovať sa o veciach, ktoré sa vám zdajú byť nebezpečné. Ak ešte nemáte 18 rokov, zákon vám zakazuje vykonávať niektoré rizikové práce, keďže ešte nemáte dostatok skúseností, a nie ste profesionálne vyspelí. Tento informačný leták sa týka nebezpečenstiev na pracovisku. Ďalší informačný leták vám poskytne rady o vašich právach a povinnostiach.

Podľa európskych štatistík je miera pracovných úrazov u mladých ľudí vo veku 18 – 24 rokov o 50 % vyššia než v akejkoľvek inej skupine zamestnancov.

- Osemnásťročný učeň – mechanik zomrel na následky popálenín 4 dni po tom, ako ho pohltili plamene. Práve pomáhal svojmu vedúcemu vyprázdňovať zmes benzínu a nafty do odpadovej nádrže, keď došlo k explózii tejto zmesi...

Nielen úrazy sú hrozbou na pracovisku, môžete si poškodiť i zdravie:

- Učnica – kadernička mala alergickú reakciu na výrobky, ktoré musela pri práci používať. Jej ruky sa pokryli ranami a pluzgiermi, dôsledkom čoho nedokázala udržať nôž ani vidličku. Svojej práce sa musela vzdať...

Medzi príčiny takýchto nehôd a ochorení patria nebezpečné pracovné prostriedky, stresujúce podmienky, rýchle tempo práce, nedostatok školenia a dohľadu a nedostatok bezpečnostných postupov a kontrol. V prípade mladých ľudí do 18 rokov je oveľa pravdepodobnejšie, že utrpia úraz, ak vykonávajú úkony, ktoré im zákon nepovoľuje.

Rady pre bezpečnú prácu (!):

- Žiadne úlohy nevykonávajte skôr, ako vás riadne nevyškolia.
- Ak máte pocit, že príliš rýchlo dostávate veľa informácií, požiadajte svojho nadriadeného, aby spomalil a zopakoval pokyny.
- Vzhľadom na to, že niektoré pracoviská môžu mať iné osobitné nebezpečenstvá, o ktorých neviete, ako sú

prevísajúce elektrické káble, šmyklavá podlaha či jedovaté chemikálie, ak vás nevyzvu, svoje pracovisko neopúšťajte.

- Ak si nie ste niečím istí, niekoho sa najprv opýtajte. Nadriadený alebo spolupracovník vám môže pomôcť predísť nehode.
- Neváhajte požiadať o viac školení.
- Noste osobné ochranné pracovné prostriedky k výkonu pracovných úloh, ako je bezpečnostná obuv, prilba či rukavice. Presvedčte sa, že viete, kedy máte nosiť ochranné oblečenie, kde ho nájdete, ako ho treba používať a starať sa oň.
- Zistite, ako sa treba zachovať v núdzovej situácii, či už ide o požiarne poplach, výpadok prúdu alebo inú situáciu.
- Svojho nadriadeného informujte o akýchkoľvek nehodách. Informujte o nich tiež zástupcu zamestnancov pre BOZP, ak tam pôsobi.
- Neprehliadajte skoré príznaky problémov, ako sú napríklad bolesti hlavy, iné bolesti, závrate, svrbenie pokožky alebo podráždené oči, nos či hrdlo. Ak je na pracovisku lekár, zdravotník či iní zamestnanci z oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia, porozprávajte sa s nimi. Ak navštívite svojho lekára kvôli zdravotným ťažkostiam, informujte ho o práci, ktorú vykonávate.
- Dodržujte rady a pokyny, ktoré ste dostali – to sa týka i prestávok, správneho nastavenia stoličky, nosenia prostriedkov osobnej ochrany.



(!) Prevzaté zo zdrojov na adrese www.ccohs.ca/youngworkers/

Niekoľko otázok pre vášho nadriadeného

- Aké sú nebezpečenstvá a riziká (²) mojej práce?
- Budem mať školenie o BOZP a kedy?
- Aké kroky musím urobiť, aby som sa chránil? Aké ochranné prostriedky mám nosiť?
- Čo mám robiť v prípade núdze? Budem o tom vyškolený?
- Na koho sa mám obrátiť, ak mám otázku týkajúcu sa bezpečnosti? Ako mám informovať o nehode, zdravotných problémoch, alebo ak si všimnem, že niečo nie je v poriadku?
- Čo mám spraviť, keď sa zraním? Kto je zodpovedný za prvú pomoc?

Čoho by som sa mal vystríhať (²)

- **Pošmyknutie a zakopnutie** – najbežnejšia príčina nehôd kvôli preľudneniu, znečistenému pracovisku, rozliatym tekutinám na podlahe, káblom či poškodenej podlahe.
- **Stroje a zariadenia** – mnoho nehôd spôsobuje nedostatočná údržba, chýbajúce bezpečnostné poistky, chýbajúce odborné školenia, elektrické poruchy, ktoré môžu spôsobiť popáleniny, požiare či smrť, pokusy o opravu stroja bez jeho zastavenia a odpojenia z elektrického zdroja. Nebezpečné stroje možno nájsť v kuchyniach reštaurácií i v továrňach.
- **Dvíhanie nákladov** – ktoré sú ťažké a nestabilné; dvíhanie nešikovným spôsobom alebo preto, že neboli k dispozícii pomôcky, ako je kladka.
- **Stereotypná rýchla práca, najmä v nevhodných polohách a s nedostatočnou dobou na odpočinok** – môže spôsobiť bolesti a poškodenia svalov a kĺbov (poruchy svalov a kostí). Ako príklad možno uviesť prácu pri pohyblivom páse v továrni, prácu pokladníka v obchodnom dome alebo používanie počítačovej klávesnice či myši.
- **Hluk** – príliš vysoká úroveň hluku vám môže poškodiť sluch, hoci si to pravdepodobne neuvedomíte, keďže to prebieha pomaly. Poškodenie je trvalé. Medzi iné fyzikálne nebezpečenstvá patria **vibrácie a žiarenie**.
- **Chemikálie** – vrátane bežných čistiacich roztokov, farieb, kaderníckych výrobkov a prachu. Látky používané pri práci môžu spôsobiť neestetické alergické vyrážky na pokožke, chronickú astmu, rakovinu či vývojové anomálie u novorodencov. Taktiež môžu poškodiť pečeň, nervový systém a krv.
- **Stres** – môže byť dôsledkom organizácie práce – nezvládnuteľné množstvo práce, nejasná zodpovednosť, príliš veľký tlak. Stres môže byť výsledkom šikanovania zo strany šéfa alebo spolupracovníkov.
- **Násilie** – ak ste v kontakte s verejnosťou. Zahŕňa slovné urážky a fyzické výpady. Rozhodne to nie je „súčasť práce“.
- **Pracovné prostredie** – príliš vykurované miestnosti, alebo naopak studené miestnosti a vážnejšie problémy spôsobené teplotnými extrémami; slabým osvetlením atď.

Typ práce	Príklad nebezpečenstiev
Čistenie	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jedovaté/toxické chemikálie v čistiacich prostriedkoch ➤ Ostré predmety v odpade ➤ Nebezpečenstvo pošmyknutia a pádu
Stravovanie, reštaurácie, rýchloobčerstvenie	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Šmyklivé podlahy ➤ Horúce nádoby na varenie ➤ Ostré predmety
Obchod/predaj	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Fyzické násilie a slovné urážky zo strany zákazníkov ➤ Dvíhanie ťažkých predmetov ➤ Dlhá pracovná doba strávená postojáčkami
Kancelárie	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Nevýhovujúci dizajn počítačovej pracovnej stanice ➤ Nekvalitné stoličky ➤ Stres ➤ Obťažovanie
Starostlivosť o ľudí	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kontaminovaná krv a telesné tekutiny ➤ Dvíhanie a neprirodzené polohy ➤ Fyzické násilie a slovné urážky ➤ Nebezpečenstvo pošmyknutia a pádu
Kaderníctvo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Nevhodné polohy ➤ Dlhá doba strávená postojáčkami ➤ Chemikálie vo vlasových prípravkoch spôsobujúce alergiu
Práca v továrni	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Nebezpečné stroje ➤ Rýchle tempo práce ➤ Nebezpečenstvo pošmyknutia a pádu ➤ Nebezpečenstvá z dopravy, napríklad s vysokozdvížnymi vozíkmi

Uplatnite svoje práva a konajte zodpovedne

V zamestnaní máte svoje práva, a to PRÁVO:

1. byť informovaný,
2. podieľať sa na BOZP,
3. odmietnuť nebezpečnú prácu.

Práca nie je hra a vy máte v práci povinnosť:

- spolupracovať so svojim zamestnávateľom v otázkach bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci;
- riadiť sa bezpečnostnými postupmi na vlastnú ochranu a ochranu svojich spolupracovníkov;
- používať či nosiť ochranné prostriedky.

Oboznámte sa: Informačné zdroje o mladých ľuďoch a bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci nájdete na adrese: <http://ew2006.osha.eu.int/>; informácie o jednotlivých nebezpečenstvách a rizikách na rôznych pracoviskách na adrese: <http://osha.eu.int>. K informačným zdrojom patria národné orgány poverené BOZP, odborové zväzy a iné obchodné združenia.

Ďalšie informácie

- informácie z www.ip.gov.sk
- informácie z Národného inšpektorátu práce, Masarykova 10, 041 33, Košice
- informácie z www.employment.gov.sk

(²) Nebezpečenstvo je čokoľvek, čo by mohlo zapríčiniť chorobu alebo úraz. Riziko je pravdepodobnosť, že to nastane.

(³) Prevzaté z www.tuc.org.uk/tuc/rights_worksafe.cfm

Európska agentúra pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

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

E-mail: information@osha.eu.int

© Európska agentúra pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci. Reprodukcia je povolená pod podmienkou, že sa uvedie zdroj. Printed in Belgium, 2006