



Zníženie a regulácia hluku

Odstrániť alebo znížiť hluku pri práci nie je len právnou zodpovednosťou zamestnávateľov, patrí to tiež ku komerčným záujmom organizácie. Čím bezpečnejšie a zdravšie je pracovné prostredie, tým nižšia je pravdepodobnosť nákladného absentérstva, úrazov a slabého výkonu. Tento informačný leták popisuje hlavné kroky, ktoré by sa mali vykonať na zníženie a reguláciu hluku pri práci.

Kroky k úspechu

Hluk môže byť problémom na mnohých pracoviskách, nielen na staveniskách a v závodoch, ale kdekoľvek, od fariem po bary, od škôl po koncertné sály. Bez ohľadu na pracovisko existujú tri hlavné kroky na zabránenie poškodeniu zdravia pracovníkov:

- posúdiť riziká;
- na základe posúdenia vykonať kroky na zabránenie alebo reguláciu rizík;
- pravidelne monitorovať a kontrolovať účinnosť zavedených opatrení.

Posudzovanie rizík

Stupeň a typ posúdenia bude závisieť od oblasti a rozsahu problému na pracovisku, ale mali by sa zväžiť všetky riziká vzniknuté v dôsledku hluku. Mali by sa napríklad zväžiť spôsoby, ktorými hluk môže zvýšiť riziko nehôd v závode spolu s rizikom straty sluchu spôsobenej nadmerným hlukom.

Hlavné body pri posudzovaní rizík

- Stanoviť rôzne riziká týkajúce sa hluku vo vašej organizácii. Napríklad:
 - Sú niektorí pracovníci vystavení silnému hluku s možným rizikom straty sluchu spôsobenej nadmerným hlukom?



- Sú prítomné nebezpečné látky, ktoré môžu zvýšiť riziko poškodenia sluchu?
- Sťažuje hluk komunikáciu pri plnení určitých pracovných úloh, čím sa zvyšuje riziko nehôd?
- Prispieva charakter hluku k pracovnému stresu v rámci organizácie?
- Zväžiť, kto môže byť poškodený a ako, vrátane sezónnych pracovníkov alebo pracovníkov na čiastočný úväzok, ako aj pracovníkov vo zvláštnych rizikových skupinách ako sú tehotné pracovníčky.
- Vyhodnotiť opatrenia, ktoré už sú účinné, na reguláciu hladín hluku a rozhodnúť, či je potrebné prijať ďalšie opatrenia.
- Zaznamenať všetky zistenia a oznámiť ich pracovníkom a ich zástupcom.

Vykonať kroky na zabránenie rizikám alebo ich reguláciu

Existuje hierarchia kontrolných opatrení, ktorá sa môže dodržať, aby sa zabezpečilo zdravie a bezpečnosť pracovníkov:

- odstrániť zdroje hluku;
- regulovať hluk na zdroji;
- kolektívne kontrolné opatrenia prostredníctvom organizácie práce a usporiadania pracoviska;
- osobné ochranné prostriedky.

Odstrániť zdroj hluku

Odstránenie zdroja hluku je najúčinnější spôsob ako zabrániť rizikám pre pracovníkov a malo by sa stále zvažovať pri plánovaní nového pracovného zariadenia alebo pracoviska. Politika zabezpečenia „žiadneho hluku alebo nízkeho hluku“ je obvyčajne najefektívnejším spôsobom ako zabrániť hluku, alebo ako regulovať hluk. Niekoľko členských štátov má databázy, ktoré pomáhajú podnikom pri výbere pracovných zariadení.

Regulácia hluku pri zdroji

Zníženie hluku, buď na jeho zdroji, alebo počas jeho prenosu, by malo byť hlavným cieľom programov riadenia hluku, pričom sa zväží návrh a údržba zariadenia aj pracoviska.

Toto sa môže dosiahnuť celou škálou technických kontrol vrátane:

- izolácie zdroja prostredníctvom jeho umiestnenia, ohradenia alebo stlmenia vibrácií pomocou kovových alebo pneumatických pružín, alebo pružných podpier;
- zníženia hluku na zdroji alebo počas prenosu – pomocou ohrád a bariér, tlmičov výfukov, alebo znížením rýchlostí rezania, fúkania alebo nárazov;
- výmeny alebo úpravy strojov – vrátane remeňových pohonov namiesto hlučnejších ozubených prevodov, alebo elektrických nástrojov namiesto pneumatických;

- ☑ použitia tichších materiálov – ako sú gumené puzdrá v zásobníkoch, dopravníkoch a vibrátoroch;
- ☑ aktívneho zníženia hluku („protihlukový“) za určitých okolností;
- ☑ vykonávania preventívnej údržby, len čo sa diely opotrebojú, hladiny hluku sa môžu zmeniť.

Kolektívne kontrolné opatrenia

Keď sa hluk nemôže dostatočne regulovať pri zdroji, mali by sa podniknúť nasledujúce kroky, aby sa znížilo vystavenie pracovníkov hluku. Môže to byť zmena:

- ☑ pracoviska – absorpcia hluku v miestnosti (napr. strop absorbujúci zvuky môže mať výrazný účinok na zníženie vystavenia pracovníkov hluku);
- ☑ organizácie práce (napr. používanie pracovných metód, ktoré vyžadujú menšie vystavenie hluku) a
- ☑ pracovného zariadenia – spôsob inštalácie a umiestnenia pracovného zariadenia môže mať veľký vplyv na vystavenie pracovníkov hluku.

Mala by sa zväziť ergonómia každého opatrenia na reguláciu hluku. Keď opatrenia na reguláciu hluku spôsobujú pracovníkom ťažkosti pri vykonávaní ich úloh, môžu sa upraviť alebo odstrániť, čím sa vyhlásia za neúčinné.

Osobné ochranné prostriedky

Osobné ochranné prostriedky (OOP), ako sú chrániče sluchu, by sa mali používať ako posledné východisko, keď sa vyčerpajú všetky pokusy o eliminovanie alebo zníženie zdroja hluku. Pri používaní OOP by sa mali brať do úvahy tieto body:

- ☑ skontrolovať, či zvolené OOP sú vhodné pre daný typ a dobu trvania hluku – tiež by mali byť zlučiteľné s ostatnými ochrannými prostriedkami;
- ☑ zamestnanci by mali mať možnosť výberu vhodnej ochrany sluchu, aby si mohli vybrať najvhodnejšie riešenie;
- ☑ mnohí pracovníci ako vodiči, policajti, piloti a kameramani potrebujú komunikáciu s klapkami alebo slúchadlami na ušiach, často s aktívnym potlačením šumu (ANC), aby sa zabezpečila zrozumiteľná komunikácia a aby sa minimalizovali riziká nehôd;
- ☑ OOP by sa mali správne skladovať a udržiavať a
- ☑ mali by sa zabezpečiť školenia o tom, prečo je potrebné používať OOP, ako sa majú používať a ako sa majú skladovať a udržiavať.

Informácie a školenie

Pracovníkom by sa mali poskytovať informácie a školenia, ktoré im pomôžu pochopiť a zaoberať sa rizikami týkajúcimi sa hluku. Tieto informácie a školenia by mali obsahovať:

- ☑ riziká, ktorým pracovníci čelia, ako aj opatrenia prijaté na ich eliminovanie alebo zníženie;

- ☑ výsledky posudzovania rizík a akékoľvek merania hluku, vrátane vysvetlenia ich významu;
- ☑ opatrenia na reguláciu hluku a ochranu sluchu, vrátane OOP;
- ☑ prečo a ako zisťovať a ohlásiť príznaky poškodenia sluchu;
- ☑ kedy majú pracovníci právo na zdravotnú prehliadku a jej účel.

Pravidelne monitorovať riziká a kontrolné opatrenia

Zamestnávateľia by mali pravidelne kontrolovať, či zavedené opatrenia na ochranu a reguláciu hluku sú stále účinné. V závislosti od vystavenia hluku majú pracovníci právo na príslušnú zdravotnú prehliadku. Keď nastane taký prípad, musia sa viesť individuálne zdravotné záznamy a zamestnancom sa musia poskytovať informácie. Poznatky získané z prehliadky by sa mali použiť na revíziu rizík a kontrolných opatrení.

Angažovanosť zamestnancov

Konzultovanie so zamestnancami je právnou požiadavkou a pomáha zabezpečiť, aby boli pracovníci začlenení do postupov a zlepšovanie bezpečnosti a ochrany zdravia. Využívanie ich vedomostí pomáha zabezpečiť, že sa správne zistia nebezpečenstvá a zavedú sa uskutočniteľné riešenia. Zástupcovia zamestnancov majú v tomto procese dôležitú úlohu. Pred zavedením novej technológie alebo výrobkov sa musia uskutočniť konzultácie so zamestnancami o opatreniach na ochranu zdravia a bezpečnosti.

Právne predpisy

V roku 2003 bola prijatá smernica 2003/10/ES Európskeho parlamentu a Rady o minimálnych zdravotných a bezpečnostných požiadavkách pokiaľ ide o vystavenie pracovníkov rizikám vyplývajúcim z fyzikálnych faktorov (hluk). Táto smernica musí byť transponovaná do vnútroštátnych právnych predpisov všetkých členských štátov do 15. februára 2006 (¹).

Článok 5 ods. 1 tejto smernice vyžaduje, aby sa „riziká vznikajúce z vystavenia hluku eliminovali alebo znížili na minimum pri svojom zdroji“, berúc do úvahy technický pokrok a dostupnosť opatrení na reguláciu rizika pri zdroji. Smernica tiež stanovuje novú hraničnú hodnotu dennej hladiny vystavenia hluku 87 dB(A).

(¹) Nahrádza smernicu 86/188/EHS.

Ďalšie informácie

Tento informačný leták je časťou kampane Európsky týždeň pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci 2005. Ďalšie informačné letáky a informácie o hluku sú k dispozícii na adrese <http://ew2005.osha.eu.int>. Informácie o právnych predpisoch EÚ o bezpečnosti a ochrane zdravia sú k dispozícii on-line na adrese <http://europa.eu.int/eur-lex/>

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

