

DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, STRĀDĀJOT ĶĪMISKAJĀS TĪRĪTAVĀS



DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, STRĀDĀJOT ĶĪMISKAJĀS TĪRĪTAVĀS

Augot iedzīvotāju dzīves līmenim, pieaug pieprasījums pēc dažādiem sadzīves pakalpojumiem, t. sk. arī veļas mazgāšanas un ķīmiskās tīrīšanas. Lai gan iedzīvotāju nepieciešamība pēc veļas mazgātavu pakalpojumiem ir ievērojami samazinājusies, tomēr t. s. industriālā veļas mazgāšana (piemēram, viesnīcu, sabiedriskās ēdināšanas uzņēmumu u. tml. vajadzībām) un gan apģērbu, gan paklāju un līdzīgu izstrādājumu ķīmiskā tīrīšana ir ļoti pieprasīta. Pēdējo gadu laikā daudzas no veļas mazgātavām un ķīmiskajām tīrītavām ir modernizējušas darba vietas un aprīkojumu, tomēr joprojām ir sastopamas darba vietas ar novecojušām tehnoloģijām un drošības prasībām neatbilstošiem darba apstākļiem.

Šis atgādnēs mērķis ir informēt par svarīgākajām darba drošības un veselības aizsardzības prasībām un būtiskākajiem darba vides riska faktoriem, strādājot ķīmiskajās tīrītavās.

KAS IR DARBS VEĻAS MAZGĀTAVĀS UN ĶĪMISKAJĀS TĪRĪTAVĀS?

Šajā materiālā ir iekļauta informācija par darba vides riskiem, ikdienā strādājot veļas mazgātavās un ķīmiskajās tīrītavās, veicot dažādus darba procesus – apģērbu vai paklāju pieņemšanu, šķirošanu, iepakojšanu un pārvietošanu, mazgāšanu un tīrīšanu, labošanu, gludināšanu, locīšanu u. c. darbus. Un katrā no šiem darba procesiem ir iespējama dažādu darba vides riska faktoru iedarbība uz Tavu veselību.

Šajā materiālā vienkāršības labad darbu veļas mazgātavās un ķīmiskajās tīrītavās sauksim par darbu ķīmiskajās tīrītavās.

PIRMS SĀKT DARBU...

Pirms sāk darbu, atceries, ka jebkuras darba attiecības sākas ar darba līguma parakstīšanu. Tajā jābūt aprakstītiem Taviem pienākumiem, minētai darba samaksai un noteiktam darba laikam. Tikai rakstisks darba līgums nodrošinās Tev juridiskās un sociālās garantijas gadījumā, ja saslimsi, tostarp ar arodslimību, tiksi nepamatoti atlaists vai darbā cietīsi nelaimes gadījumā.

Pirms darba līguma parakstīšanas Tavam nākamajam darba devējam ir pienākums nosūtīt Tevi uz obligāto veselības pārbaudi. Tās mērķis ir pārliecināties, vai Tavs veselības stāvoklis atbilst veicamajam darbam (piemēram, ja Tev jau ir problēmas ar mugurkaulu, tad darbs, kas saistīts, piemēram, ar veļas maisu pārvietošanu, tās tikai vēl vairāk pasliktinās).

Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev apmācība par darba aizsardzības jautājumiem – gan ievadapmācība jeb tā saucamā ievadinstruktāža, gan darba aizsardzības instruktāža konkrētā darba veikšanai.

Ievadapmācības (ievadinstruktāžas) 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 (ķīmisko vielu glabāšanu, drošības zīmēm, veselības pārbaudēm u. c.), Taviem pienākumiem un tiesībām, nodarbināto pārstāvniecību, kā arī rīcību ārkārtas situācijās.

Darba aizsardzības instruktāžas laikā darba devējam Tevi jāiepazīstina ar veicamo darbu, darba devēja apstiprinātajām 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!

Atceries!

*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.

Strādājot ķīmiskajās tīrītavās, visbiežāk nodarbināto veselību var ietekmēt:

- **nelaimes gadījumi**, kuru rezultātā tiek gūti dažādi veselības traucējumi (traumas), piemēram, paslīdot vai apdedzinoties ar tvaiku u. tml.;
- **dažādi darba vides riska faktori**, kuru iedarbības rezultātā tiek gūti akūti vai hroniski veselības traucējumi (t. s. arodslimības), piemēram, nepareizi pacelta smaguma dēļ sastiepjot muguru vai izmantoto šķīdinātāju dēļ sabojājot ādu.

Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un biežākajiem nelaimes gadījumu cēloņiem ķīmiskajās tīrītavās, kuri var sabojāt Tavu veselību.

KĀDI IR ĶĪMISKAJĀS TĪRĪTAVĀS SASTOPAMIE RISKA FAKTORI UN TO RADĪTIE VESELĪBAS TRAUCĒJUMI?

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

- ķīmiskie riska faktori (t. sk. arī putekļi);
- ergonomiskie faktori;
- troksnis;
- vibrācija;
- nepiemērots mikroklimats un apgaismojums;
- bioloģiskie riski;
- nelaimes gadījumu risks.

Strādājot ķīmiskajās tīrītavās, uz nodarbinātajiem var iedarboties **vairāki riska faktori vienlaikus**, tādējādi ietekmējot un apdraudot dažādas organisma sistēmas – sākot no nervu vai elpošanas sistēmas un beidzot ar balsta un kustību sistēmu. Neraugoties uz pēdējo gadu laikā notikušajām pārmaiņām jaunu tehnoloģiju ieviešanā un uzņēmumu modernizācijā, nodarbināto veselība un drošība joprojām var tikt būtiski apdraudēta.

TROKSNIS UN VIBRĀCIJA

Troksnis un vibrācija ķīmiskajās tīrītavās ir samērā izplatīti darba vides riska faktori, kurus rada izmantotās iekārtas. Katra no iekārtām strādājot rada troksni, kas var pārsniegt pieļaujamo (drošo) līmeni, kā arī vibrāciju. Bieži vien ķīmisko tīrītavu darba telpās vienlaikus darbojas vairākas troksni un vibrāciju radošas iekārtas (veļas mašīnas, centrifūgas, preses, šujmašīnas u. tml.).

Ilgstošs troksnis var radīt tā saucamo aroda vājdzirdību – dzirdes neatgriezenisku un neārstējamu pasliktināšanos abās ausīs, kas var attīstīties dažu gadu laikā. Jau par 80 dB(A) (decibelu) augstāks trokšņa līmenis var radīt dzirdes izmaiņas,

taču īpaši kaitīgs ir trokšņa līmenis, kas augstāks par 87 dB(A). Parasti gan ķīmisko tīrītavu darbinieki nav pakļauti ļoti augstam trokšņa līmenim, tomēr troksnis vidēji ap 80 dB(A) var būt ikdiena šīs nozares darba vietās (piemēram, strādājot blakus veļas mašīnām un centrifūgām, strādājot ar šujmašīnu u. tml.). Par trokšņa līmeni, kurš varētu būt kaitīgs Tavai dzirdei, vajadzētu sākt uztraukties, ja trokšņa dēļ nevari sazināties ar kolēģiem.

Savukārt paaugstinātu vibrācijas līmeni parasti izraisa dažādās iekārtās nepietiekami sabalansētas rotācijas vai virzes kustībā esošas detaļas. Jāatceras, ka ir divu veidu vibrācija – t. s. plauksta-rokas vibrācija (iedarbojas uz rokas locītavu) un visa ķermeņa vibrācija (iedarbojas uz mugurkaulu). Plauksta-rokas vibrācija var radīt karpālā kanāla sindromu jeb saistaudu saaugumu plauksta locītavā, kurš nospiež nervus un asinsvadus, radot rokā tirpšanas un sāpju sajūtu. Savukārt visa ķermeņa vibrācija radīs dažādus traucējumus mugurkaulājā.

Vibrācijas līmenim darba vidē ir noteiktas pieļaujamās normas, tāpēc jāraugās, lai tas netiktu pārsniegts un nenodarītu kaitējumu veselībai:

- plauksta-rokas vibrācijai maksimāli pieļaujamais līmenis (eksponēcijas robežvērtība) ir 5 m/s^2 ;
- visa ķermeņa vibrācijai maksimāli pieļaujamais līmenis (eksponēcijas robežvērtība) ir $1,15 \text{ m/s}^2$.

Strādājot ķīmiskajās tīrītavās, vispārējās vibrācijas līmenis (piemēram, strādājot blakus centrifūgām) var būt lielāks nekā ikdienā sastopamais, tomēr parasti nepārsniegs pieļaujamās normas, savukārt plauksta-rokas vibrācija, strādājot ar atsevišķām iekārtām (piemēram, apģērbu labošanai izmantojot šujmašīnas, preses u. tml.) var sasniegt un pārsniegt zemāko t. s. eksponēcijas darbības līmeni ($2,5 \text{ m/s}^2$). Un tas nozīmē, ka var būt nepieciešamas papildu veselības pārbaudes.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- seko līdzi, lai darba devējs savlaicīgi veiktu iekārtu tehniskās apkopes. Ja tās netiek veiktas, iekārtas kļūst gan skaļākas, gan paaugstina vibrācijas līmeni. Esi modrs – ziņo darba devējam;
- ja nepieciešams, lieto dzirdes aizsardzības un citus individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, cimdus vai apavus vibrācijas efektu mazināšanai);
- apmeklē obligātās veselības pārbaudes;
- ievēro pietiekamas atpūtas pauzes un saudzē dzirdi brīvajā laikā (neklusies pārāk skaļi mūziku u. tml.).

ĶĪMISKĀS VIELAS UN PUTEKĻI

Ķīmiskajās tīrītavās ķīmiskās vielas un putekļi ir ikdienišķa parādība – ķīmiskās vielas tiek izmantotas gan mazgāšanai, gan arī apģērbu un citu izstrādājumu tīrīšanai, savukārt putekļi galvenokārt rodas mazgāšanai un tīrīšanai nodoto izstrādājumu šķīrošanas, pārvietošanas un tīrīšanas procesā.

Būtiskās ķīmiskajās tīrītavās izmantotās vielas ir:

- **Dažādi šķīdinātāji** (gaistošie organiskie savienojumi). Šī produktu grupa ir plaši izplatīta ķīmiskajās tīrītavās, kur tīrus šķīdinātājus izmanto tekstila izstrādājumu tīrīšanai (traipu un netīrumu šķīdināšanai) un metāla virsmu attaukošanai. Šķīdinātāju koncentrācija šajos darbos mēdz būt dažāda – to ietekmē gan izmantotā darba tehnika, gan tas, cik bieži šādi darbi ir jāveic, gan tas, vai darba telpās ir laba ventilācijas sistēma. Visaugstāko bīstamību rada šķīdinātāju nokļūšana uz ādas (piemēram, strādājot bez piemērotiem darba cimdiem) – lai arī saskares laiks nav ilgs,

ķīmiskās vielas ātri uzsūcas un ar asinīm var nokļūt dažādos orgānos (piemēram, aknās un centrālajā nervu sistēmā), taču arī to ieelpošana ir ļoti bīstama.

- Mūsdienās joprojām visbiežāk lietotie šķīdinātāji ir perhloretilēns (tetrahloretilēns) un trihloretilēns. Perhloretilēns ir atzīts par iespējamu kancerogēnu – audzēju radošu vielu, tāpat tas var ietekmēt centrālo un perifēro nervu sistēmu, izraisot nervu bojājumus (tas var radīt atmiņas pasliktināšanos un uzmanības samazināšanos, izraisīt dažādus nervu iekaisumus, kas rada kustību traucējumus, tirpšanu u. c.). Bez šiem minētajiem praksē tiek lietoti arī citi šķīdinātāji, kuru bīstamība ir ļoti līdzīga.
- **Stipras skābes un stipri sārmi.** Arī šīs vielas ķīmiskajās tīrītavās tiek lietotas dažādu traipu izņemšanai. Bieži tiek izmantota tāda spēcīga skābe kā fosforskābe, savukārt no sārmiem – nātrijs hidroksīds vai kalcijs hidroksīds. Organismam nonākot saskarē ar koncentrētām šīs grupas vielām, visbiežākais iznākums ir smags ķīmisks ādas un gļotādu apdegums. Atšķaidītā veidā šīs vielas rada ādas un gļotādu kairinājumu. Īpaši uzmanīgi jādarbojas ar nātrijs hidroksīdu (kaustisko sodu) un fosforskābi – sajaucot ar ūdeni, šīs vielas var izšļakstīties! Skābju un sārmu šļakatām nonākot acīs, var iestāties aklums!
- **Dezinfekcijas līdzekļi.** To lietošana arī ir ierasta lieta ķīmiskajās tīrītavās, īpaši industriālo izstrādājumu (darba apģērbu, paklāju u. tml.) tīrīšanā un dezinficēšanā. Daudzas šo līdzekļu sastāvā esošās vielas saskarē ar ādu var izraisīt ādas iekaisumu, niezi, izsitumus un dermatītu, dažas no tām var būt kaitīgas arī acīm. Biežāk lietotie un bīstamākie dezinfekcijas līdzekļi ķīmiskajās tīrītavās ir hloru saturošie, īpaši, ja tos lieto kopā ar

skābēm, – reakcijas laikā var izdalīties hlora gāze, kas var izraisīt gļotādu vai elpošanas ceļu kairinājumu un pat nosmakšanu.

- **Sintētiskie mazgāšanas līdzekļi.** Bez tiem veļas mazgāšanā neiztikt. Tomēr, lai gan mūsdienās izmantotie veļas mazgāšanas līdzekļi ir lietotājiem droši, vienmēr būtiski ir ievērot to glabāšanai, lietošanai un dozēšanai noteiktās prasības.

Visu šo ķīmisko vielu koncentrācija darba vietās parasti nav ļoti augsta, tomēr jāatceras, ka atsevišķas vielas, tādas kā perhloretilēns, ir kancerogēnas un var radīt bīstamas sekas veselībai arī nelielā koncentrācijā. Arī stipras skābes, sārmu vai dezinfekcijas līdzekļi, pat ja to koncentrācija ir zemāka par pieļaujamo, var izraisīt, piemēram, smagus apdegumus. Tāpēc īpaši būtiski ir ievērot visas noteiktās prasības drošam darbam – lietot noteiktos individuālās aizsardzības līdzekļus (sejas un acu aizsardzībai, cimdus, elpošanas ceļu aizsarglīdzekļus u. tml.).

Risku nodarbināto veselībai bez minētajām ķīmisko vielu grupām var radīt arī **putekļi**, kuri rodas, veicot mazgāšanai un tīrīšanai nodoto izstrādājumu pārvietošanu un tīrīšanu. Šajos izstrādājumos (apģērbos, veļā, paklājos u. tml.) var būt ļoti daudz putekļu ar dažādu sastāvu, un tajos var būt daudz bīstamu vielu! Būvniecībā nodarbināto darba apģērbā var būt cementa un citu būvmateriālu putekļi, savukārt paklājos būs sāli, riepju daļiņas un citas ķīmiskās vielas saturoši putekļi, kas var būt potenciāli bīstami Tavai veselībai. Ķīmiskajās tīrītavās veiktie mērījumi rāda, ka parasti putekļu līmenis gaisā, veicot šādus darbus, ir apmēram 1–2 mg/m³, t. i., tie var sasniegt apmēram pusi no maksimāli pieļaujamās koncentrācijas. Tomēr jāapzinās, ka tie visbiežāk būs dažādu kaitīgu ķīmisko vielu putekļi, kas var radīt bīstamību veselībai neatkarīgi no to koncentrācijas gaisā.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievēro noteikto darba procesu un drošības prasības (piemēram, ieslēdz ventilācijas sistēmu u. c.);
- seko līdzi tam, lai iekārtām, kurās izmanto ķīmiskās vielas, būtu uzlikti un aizvērti vāki, noslēgta ķīmisko vielu padeves sistēma u. tml., lai ķīmiskās vielas nenokļūtu gaisā;
- ievēro ķīmisko vielu pareizas glabāšanas principus (glabā tās tikai slēgtos, ķīmisko vielu glabāšanai piemērotos un marķētos traukos, turi tos noslēgtus u. tml.);
- iepazīsties ar lietoto vielu drošības datu lapām, lai būtu informēts par to iedarbību un rīcību dažādās ārkārtas situācijās;
- apmeklē obligātās veselības pārbaudes;
- lieto noteiktos individuālās aizsardzības līdzekļus (elpošanas sistēmas aizsardzības līdzekļus (respiratorus), cimdus, aizsargbrilles u. c.);
- neēd, nedzer un nesmēķē darba vietās, kur strādā ar ķīmiskām vielām.



Atsūces ventilācijas izvietošana virs traipu tīrīšanas, gludināšanas vietām ievērojami samazina ķīmisko vielu koncentrāciju darba vietā

BIOĻĢISKIE RISKA FAKTORI

Darbs ķīmiskajās tīrītavās noteikti ir saistīts ar bioloģiskajiem riska faktoriem, jo nodarbinātie ar tiem saskaras ļoti bieži. Jāatceras, ka jebkurš tīrīšanai nodotais apģērba vai veļas gabals var būt potenciāli inficēts – gan ar dažādiem mikroorganismiem, ar kuriem saskārušies šo izstrādājumu lietotāji, gan ar asinīm vai citiem bioloģiskajiem šķidrumiem, kuros var būt dažādu infekciju izraisītāji, piemēram, B vai pat C hepatīta vīrusi. Atceries – daži no šiem mikroorganismiem vai vīrusiem var būt ļoti izturīgi, piemēram, B hepatīta vīruss var būt infekciозs pat līdz 7 dienām. Pārvietojot šādu apģērbu (šķirojot, ievietojot veļas mašīnās, veicot ķīmisko tīrīšanu u. tml.), Tu vari saskarties ar šiem potenciāli inficētajiem bioloģiskajiem šķidrumiem.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- izturies pret katru mazgāšanai vai tīrīšanai nodoto izstrādājumu kā potenciāli inficētu – vienmēr ievēro visas drošības prasības (piemēram, strādā cimdos);
- pamanot mazgāšanai vai tīrīšanai nodotajos izstrādājumos asins pēdas vai jebkuru citu liecību par bioloģisko šķidrumu klātbūtni, ievēro noteiktās procedūras rīcībai šādās situācijās; ja nav noteikta specifiska rīcība – prasi darba devējam par to, kā rīkoties;
- ja esi sadūries vai savainojies ar kādu mazgājamā vai tīrījamā veļā vai apģērbā atstātu priekšmetu (adatu, stikla lausku u. tml.), ziņo savam darba vadītājam!

ERGONOMISKIE RISKA FAKTORI

Darbam ķīmiskajā tīrītavā, lai arī tas nav salīdzināms ar darbiem noliktavās vai ražošanā, ir raksturīga virkne tipisku t. s. ergonomisko risku. Viens no biežāk sastopamajiem ergonomiskajiem darba vides riska faktoriem šīs nozares darba vietās ir **smagumu pārvietošana** – gan tieša (piemēram, nesot vai ceļot), gan ar dažādu palīgierīču palīdzību (pārvietojot ar ratiņiem, stumjot stātīvā u. tml.). Smaguma pārvietošana bieži vien ir saistīta arī ar nepieciešamību to ilgāk noturēt rokās, piemēram, veicot tīrīšanu vai gludināšanu.

Otrs šajā nozarē biežāk sastopamais ergonomiskais risks ir saistīts ar atrašanos ts. **piespiedu pozās**, ar to saprotot ķermeņa vai tā daļu atrašanos ilgstoši nemainīgā stāvoklī. Visbiežāk tā ir ilgstoša stāvēšana (piemēram, tīrītājai vai gludinātājai) vai ilgstoša sēdēšana (piemēram, apģērba labotājai).

Tāpat ķīmiskajās tīrītavās daudzos darba procesos ir sastopamas arī **vienveidīgas – biežas un atkārtotas – kustības** (piemēram, tīrīšana, locīšana u. c.).

Ergonomiskie darba vides riska faktori var radīt dažādus veselības traucējumus gan mugurai, gan citām locītavām, kā arī saitēm un muskuļiem.



Gludekļa celšanu un noturēšanu ievērojami atvieglo tā novietošanai paredzēta ērti izvietota un regulējama vieta vai arī tā iekāršana speciālā turētājā

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- seko savas darba vietas ergonomiski optimālam iekārtojumam (lai darba virsmas būtu piemērotā augstumā, lai būtu pietiekams apgaismojums u. c.);
- nepieciešamības gadījumā lieto smagumu pārvietošanas palīglīdzekļus (ratiņus, iekārtu turētājus u. tml.), bet, ja tādu nav – prasi darba devējam, lai tie tiktu nodrošināti;
- ja Tu lieto smagumu pārvietošanas palīglīdzekļus – seko līdzīgi to tehniskajam stāvoklim (lai tiem nebūtu bojātu riteņu u. tml.);
- ievēro regulāras atpūtas pauzes un veic atslodzes vingrinājumus;
- apmeklē obligātās veselības pārbaudes.

NELAIMES GADĪJUMU RISKS

Līdzīgi kā daudzās citās darba vietās, arī ķīmiskajām tīrītavām ir raksturīgi vairāku veidu tipiski nelaimes gadījumi. Visbiežāk nelaimes gadījumi notiek pārvietojoties – pakļūpot, aizķeroties, paslīdot u. tml. Augstu nelaimes gadījumu risku rada arī darbs ar ķīmiskajām vielām (skatīt sadaļā par ķīmiskajām vielām), kā arī darbs ar dažādu ķīmiskajās tīrītavās lietotu aprīkojumu, piemēram, veļas presēm, centrifūgām, gludekļiem, gludināšanās presēm, kas var radīt daudzu dažādu nelaimes gadījumu risku, kas visbiežāk ir saistīts ar ievilkšanu tajās vai apdedzināšanos ar karstām virsmām un tvaiku.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- pārliecinies, vai ir veiktas regulārās darba aprīkojuma pārbaudes, īpaši attiecībā uz tā drošības sistēmām (vai darbojas avārijas apturēšanas pogas un drošības slēdži u.c.); ja apkopes nav veiktas – prasi, lai darba devējs tās nodrošina;

- prasi darba devējam, lai apmāca Tevi drošu darba metožu lietošanā;
- uzmanies no karstām virsmām, vienmēr ievēro piesardzību, strādājot ar gludekļiem vai karstu virsmu tuvumā;
- jebkuru iekārtu regulēšanu veic tikai pēc to izslēgšanas un nobloķēšanas;
- seko tam, lai būtu pietiekams apgaismojums darba vietās – prasi darba devējam notīrīt gaismas ķermeņus vai no-mainīt izdegušās spuldzes);
- pārvietojoties ievēro uzmanību un pārvietojies tikai pa tam paredzētām vietām;
- veic darba telpu regulāru tīrīšanu un nodrošini kārtību darba vietā (vienmēr uzreiz pacel tikko nokritušus priekš-metus vai savāc izlijušus šķidrumus).

MIKROKLIMATS

Mikroklimata raksturlielumu (temperatūras, gaisa mitruma, gaisa plūsmas ātruma, siltuma starojuma u. c.) neatbilstība ieteicamajiem normatīviem var radīt diskomfortu darba vietās. Nepiemērots mikroklimats parasti nerada tiešus veselības traucējumus, bet var veicināt, piemēram, elpošanas ceļu slimību, at-tistību. Ķīmiskajās tīrītavās lielākā bīstamība ir saistīta ar pārāk augstu gaisa temperatūru un gaisa mitrumu.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- seko līdzi, lai tiktu lietotas (ieslēgtas) ventilācijas un gaisa kondicionēšanas sistēmas, un lai tās tiktu periodiski tīrītas;
- samazini caurvēja iespējamību (aizverot durvis un vārtus u. tml.);
- lieto veicamajam darbam un mikroklimatam atbilstošu apģērbu.

APGAISMOJUMS

Veicot darbu ķīmiskajās tīrītavās, gan tīrīšanas kvalitātes nodrošināšanai, gan redzes sasprindzinājuma novēršanai ļoti būtisks ir pietiekams apgaismojums. Jāatceras, ka katram darba veidam ir nepieciešams atšķirīgs apgaismojuma līmenis – šajā nozarē tas svārstās no 300 lx (luksiem), strādājot pie veļas mašīnas, līdz 750 lx apģērbu labošanas darba vietās. Praksē novērots, ka šīs nozares darba vietās apgaismojums bieži neatbilst noteiktajām normām, turklāt jāatceras, ka kaitīgs var būt gan pārāk zems, gan arī pārāk augsts apgaismojuma līmenis. Neatbilstošs apgaismojums var radīt paaugstinātu redzes sasprindzinājumu un nelaimes gadījumu risku, kā arī veicināt mugurkaula deformāciju, jo, ja apgaismojums ir pārāk vājš, nodarbinātie ir spiesti liekties tuvāk darba virsmai, lai labāk saredzētu, un sāk nepareizi sēdēt.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ja nepieciešams, lieto viegli pārvietojamu (pielāgojamu) papildu apgaismojumu;
- veic gaismas ķermeņu regulāru tīrīšanu, prasi darba devējam, lai tiktu veikta spuldžu savlaicīga nomaiņa.

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 tāda ir), ja

darba apstākļi rada vai var radīt draudus Tev vai apkārtnējo cilvēku drošībai un veselībai;

- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ja darba veikšanai izmantojamais aprīkojums (iekārtas, darbarīki u. c.) neatbilst darba aizsardzības vai aprīkojuma ražotāju noteiktajām prasībām vai nav pārbaudīts;
- atteikties veikt darba uzdevumus, ja to izpilde neatbilst Tavai profesionālajai sagatavotībai;
- pieprasīt atbilstošus individuālos 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, piemēram, uz ādas nokļuvušas kodīgas ķīmiskās vielas vai Tev kļuvis slikti, **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 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 individuālās aizsardzības līdzekļi – var rasties arodslimības, kuru izcelsmē galvenā nozīme ir kādam no darba vides riska faktoriem.

Ja jūti, ka Tava veselība darba apstākļu dēļ 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 tās netiek laikus 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 strādā ar darba līgumu un 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 kompensāciju par darbspēju zudumu, ja radušies veselības traucējumi ir neatgriezeniski.



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 DARBA DEVĒJU KONFEDERĀCIJĀ

Raiņa bulvāris 4, 2. stāvs, Rīga, LV-1050
Tālrunis 67225162
www.iddk.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

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

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM

www.osha.lv
www.stradavesels.lv



Labklājības ministrija



Valsts sociālās
apdrošināšanas aģentūra



Valsts darba
inspekcija