

SZKOLENIE WSTĘPNE BHP

Cel szkolenia:

Celem szkolenia jest zaznajomienie się z:

- podstawowymi przepisami bezpieczeństwa i higieny pracy zawartymi w Kodeksie pracy, w układach zbiorowych pracy lub w regulaminach pracy,
- przepisami oraz zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązującymi w danym zakładzie pracy,
- zasadami udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku.

OBOWIĄZKI PRACODAWCY

Prawa i obowiązki pracownika oraz pracodawcy w zakresie bhp określa **Kodeks Pracy**.

Obowiązki pracodawcy:

- chronić zdrowie i życie pracowników poprzez organizowanie oraz zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy,
- znać i zapewniać przestrzeganie przepisów oraz zasad bhp,
- reagować, usuwać uchybienia w zakresie bhp i kontrolować wykonanie poleceń,
- doskonalić istniejący poziom ochrony życia i zdrowia pracowników,
- rozwijać wspólną politykę zapobiegającą wypadkom przy pracy i chorobom zawodowym,
- uwzględniać ochronę zdrowia:
 - młodocianych,
 - pracownic w ciąży lub karmiących dziecko piersią,
 - pracowników niepełnosprawnychw ramach podejmowanych działań profilaktycznych,
- zapewniać wykonanie zaleceń społecznego inspektora pracy, nakazów, wystąpień, decyzji i zarządzeń wydawanych przez organy nadzoru,
- wyznaczać pracowników do:
 - udzielania pierwszej pomocy,
 - wykonywania działań w zakresie zwalczania pożarów i ewakuacji pracowników,
- udzielać pierwszej pomocy, zwalczać pożary i ewakuować pracowników,
- zapewnić łączność ze służbami ratownictwa medycznego oraz ochrony przeciwpożarowej.

Pracodawca zobowiązany jest poinformować pracownika o:

- zagrożeniach na stanowiskach i zasadach postępowania (ocena ryzyka zawodowego),
- działaniach ochronnych i zapobiegawczych,
- pracownikach wyznaczonych do: udzielania pierwszej pomocy, wykonywania działań w zakresie zwalczania pożarów i ewakuacji pracowników.

Obowiązki pracodawcy a pracownicy zatrudnieni w tym samym miejscu przez różnych pracodawców:

- współpraca,
- wyznaczenie koordynatora bhp nad wszystkimi pracownikami zatrudnionymi w tym samym miejscu,
- ustalenie zasad współdziałania w przypadku zagrożeń,
- informowanie siebie nawzajem oraz pracowników i ich przedstawicieli o działaniach w zakresie zapobiegania zagrożeniom zawodowym.

Obowiązki pracodawcy a możliwość wystąpienia zagrożenia dla zdrowia lub życia:

- 1) niezwłocznie poinformować pracowników zagrożeniach oraz podjąć działania w celu odpowiedniej ochrony;
- 2) niezwłocznie dostarczyć pracownikom instrukcje umożliwiające, w przypadku wystąpienia bezpośredniego zagrożenia, przerwanie pracy i oddalenie się z miejsca zagrożenia w miejsce bezpieczne.

Obowiązki pracodawcy a wystąpienie bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia lub życia:

- 1) wstrzymać pracę i wydać pracownikom polecenie oddalenia się w miejsce bezpieczne;
- 2) do czasu usunięcia zagrożenia nie wydawać polecenia wznowienia pracy,
- 3) umożliwić pracownikom podjęcie działań w celu uniknięcia niebezpieczeństwa - nawet bez porozumienia z przełożonym - na miarę ich wiedzy i dostępnych środków technicznych, bez ponoszenia niekorzystnych konsekwencji tych działań, pod warunkiem, że nie zaniedbali swoich obowiązków.

Za stan bezpieczeństwa i higieny pracy w zakładzie pracy odpowiada pracodawca.

Odpowiedzialność za wykroczenia przeciwko prawom pracownika ponoszą:

- pracodawcy,
 - pracownicy na stanowiskach kierowniczych lub działający w imieniu pracodawcy.
- Prawo karania winnych posiadają inspektorzy pracy.

PRAWA PRACOWNIKA

PRAWO DO POWSTRZYMANIA SIĘ OD WYKONYWANIA PRACY

- gdy warunki pracy nie odpowiadają przepisom bhp i stwarzają bezpośrednie zagrożenie dla zdrowia lub życia pracownika albo gdy wykonywana przez niego praca grozi takim niebezpieczeństwem innym osobom.
- wymagającej szczególnej sprawności psychofizycznej (tj. prawidłowej reakcji na bodźce), gdy stan psychofizyczny pracownika nie zapewnia bezpiecznego wykonywania pracy i stwarza zagrożenie dla innych osób.

Nie dotyczy:

pracowników, których obowiązkiem pracowniczym jest ratowanie życia ludzkiego lub mienia.

Ważne!!!

Powstrzymujesz się od wykonywania pracy z powodu stwarzania bezpośredniego zagrożenia życia i zdrowia?

Pamiętaj!!!

Twoim obowiązkiem jest niezwłocznie powiadomić o tym przełożonego!

PRAWO DO ODDALENIA SIĘ Z MIEJSCA ZAGROŻENIA

- gdy po zgłoszeniu pracodawca/przełożony w dalszym ciągu nie usuwa przyczyny bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia lub życia pracownika/pracowników.

Ważne!!!

Oddalasz się z miejsca zagrożenia?

Pamiętaj!!!

Twoim obowiązkiem jest niezwłocznie powiadomić o tym przełożonego!

Nie opuszczaj jednak zakładu pracy pozostając do dyspozycji pracodawcy.

OBOWIĄZKI PRACOWNIKA

Podstawowym obowiązkiem pracownika jest przestrzeganie przepisów i zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.

Obowiązki szczególne:

- **Znajomość przepisów i zasad bhp**
- **Wykonywanie pracy** w sposób zgodny z przepisami i zasadami bhp, stosowanie się do wydawanych w tym zakresie poleceń i wskazówek przełożonych.
- **Dbanie o należyty stan** maszyn, urządzeń, narzędzi i sprzętu oraz o porządek i ład w miejscu pracy
- **Stosowanie i używanie przydzielonych środków** ochrony zbiorowej oraz odzieży i obuwia roboczego zgodnie z ich przeznaczeniem
- **Poddawanie** się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zaleconym badaniom lekarskim i stosowanie się do wskazań lekarza
- **Niezwłoczne zawiadomienie** przełożonego o zauważonym w zakładzie pracy wypadku albo zagrożeniu życia lub zdrowia ludzkiego oraz ostrzeżenie współpracowników i innych osób znajdujących się w rejonie zagrożenia o grożącym im niebezpieczeństwie
- **Współdziałanie** z pracodawcą i przełożonymi w wypełnianiu obowiązków dotyczących bezpieczeństwa i higieny pracy

ODPOWIEDZIALNOŚĆ PORZĄDKOWA PRACOWNIKÓW:

Pracodawca może zastosować karę upomnienia, karę nagany za:

Nieprzestrzeganie przez pracownika:

- ustalonej organizacji i porządku w zakładzie pracy,
- przepisów bhp,
- przepisów przeciwpożarowych,
- przyjętego sposobu potwierdzania przybycia i obecności w pracy oraz usprawiedliwiania nieobecności w pracy.

Kara pieniężna:

- nieprzestrzeganie przez pracownika przepisów bhp lub przepisów przeciwpożarowych,

- opuszczenie pracy bez usprawiedliwienia,
- stawienie się do pracy w stanie nietrzeźwości lub spożywanie alkoholu w czasie pracy.

Kara pieniężna za jedno naruszenie oraz za każdy dzień nieusprawiedliwionej nieobecności nie może być wyższa od jednodniowego wynagrodzenia pracownika, a łącznie kary pieniężne do 1/10 wynagrodzenia.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ MATERIALNA PRACOWNIKÓW:

- niewykonanie lub nienależyte wykonanie obowiązków pracowniczych wyrządzając pracodawcy szkodę.

Odpowiedzialność jednego pracownika za wyrządzoną szkodę:

- odszkodowanie ustala się do wysokości 3 miesięcznych wynagrodzeń.

Odpowiedzialność kilku pracowników za wyrządzoną szkodę:

- każdy za część szkody – stosownie do przyczynienia się do niej,

- brak możliwości ustalenia stopnia winy każdego z pracowników – w równych częściach.

Szkody wyrządzone umyślnie:

- pracownik jest obowiązany do jej naprawienia w pełnej wysokości.

OCHRONA PRACY KOBIEC

Pracodawca zobowiązany jest również do ochrony pracy kobiet i młodocianych.

Kobiet **NIE WOLNO** zatrudniać przy pracach:

- szczególnie uciążliwych,

- szkodliwych dla zdrowia.

(Rozporządzenie Rady Ministrów z 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet).

Wszystkim kobietom wzbronione są prace m.in.:

- związane z wysiłkiem fizycznym
- prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 5000 kJ na zmianę roboczą, a przy pracy dorywczej 20 kJ/min (1 kJ = 0,24 kcal)
- transportem ciężarów i wymuszoną pozycją ciała
 - prace pod ziemią we wszystkich kopalniach, z pewnymi wyjątkami.

Wyszczególnienie	Dopuszczalne normy dla kobiet nie będących w ciąży lub w okresie karmienia	Normy dla kobiet w ciąży lub w okresie karmienia
Ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów po powierzchni płaskiej	12 kg (praca stała) 20 kg (praca dorywcza - do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej)	3 kg (praca stała) 5 kg (praca dorywcza - do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej)
Ręczna obsługa elementów urządzeń (dźwigni, korb, kół sterowniczych, itp.), przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej:	50 N (praca stała) 100 N (praca dorywcza)	12,5 N (praca stała) 25 N (praca dorywcza)

Nożna obsługa elementów urządzeń (pedałów, przycisków, itp.) przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej:	120 N (praca stała) 200 N (praca dorywcza)	30 N (praca stała) 50 N (praca dorywcza)
Ręczne przenoszenie pod górę (po pochylniach, schodach itp.)	8 kg (praca stała) 15 kg (praca dorywcza)	2 kg (praca stała) 4 kg (praca dorywcza)
Przewożenie na taczkach jednokołowych	50 kg (po powierzchni równej) 30 kg (po powierzchni nierównej)	12,5 kg (po powierzchni równej) 7,5 kg (po powierzchni nierównej)

Kobietom w ciąży wzbronione są m.in. prace:

- w hałasie powyżej 65 dB odniesionego do 8-godzinnego dnia pracy,
- w drganiach,
- narażające na działanie przekraczających dopuszczalnych wartości natężeń pól elektromagnetycznych, promieniowania jonizującego,
- gdzie występuje przekroczenie $\frac{1}{4}$ wartości najwyższych dopuszczalnych natężeń promieniowania nadfioletowego,
- prace przy monitorach ekranowych – powyżej 4 godzin na dobę,
- prace na wysokości - poza stałymi galeriami, pomostami, podestami i innymi stałymi podwyższeniami, posiadającymi pełne zabezpieczenie przed upadkiem (bez potrzeby stosowania środków ochrony indywidualnej przed upadkiem) - oraz związanych z wchodzeniem i schodzeniem po drabinach i klamrach,
- prace w wykopach oraz w zbiornikach otwartych,
- w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych,
- w kontakcie ze szkodliwymi czynnikami biologicznymi,
- w pozycji wymuszonej,
- w pozycji stojącej łącznie ponad 3 godziny w czasie zmiany roboczej,
- stwarzające ryzyko ciężkiego urazu fizycznego lub psychicznego, w tym: gaszenie pożarów, udział w akcjach ratownictwa chemicznego, usuwanie skutków awarii, prace z materiałami wybuchowymi, prace przy uboju zwierząt hodowlanych oraz obsłudze rozplodników.

Ochronie zdrowia kobiet w ciąży oraz zapewnieniu właściwej opieki nad dzieckiem służą:

- zakaz zatrudniania kobiet w ciąży w wymiarze dobowym przekraczającym 8 godzin, w godzinach nadliczbowych i w porze nocnej;
- zakaz delegowania kobiety w ciąży, bez jej zgody, poza stałe miejsce pracy;
- obowiązek przeniesienia kobiety w ciąży do innej pracy, jeżeli ze względu na stan ciąży nie powinna ona wykonywać pracy dotychczasowej;
- prawo do urlopu macierzyńskiego;
- prawo do przerw w pracy na karmienie dziecka piersią;
- zakaz zatrudniania kobiety opiekującej się dzieckiem w wieku do 4 lat, bez jej zgody, w wymiarze dobowym przekraczającym 8 godzin, w godzinach nadliczbowych i w porze nocnej.

OCHRONA PRACY MŁODOCIANYCH

Młodociany wg Kodeksu Pracy to:

osoba, która **ukończyła 15 lat**, a **nie przekroczyła 18 lat** (przedział wiekowy od 15 lat obowiązuje od 01 września 2018 r.).

Ochrona pracy młodocianych polega na:

- zakazie zatrudniania osób, które nie ukończyły 16 lat (wyjątek: młodociani zatrudniani przy lekkich pracach dorywczych i sezonowych),
- zasadach zatrudniania młodocianych w celu przygotowania zawodowego jak i w innym celu jak przygotowanie zawodowe,
- zasadach zawierania i rozwiązywania umów o pracę w celu przygotowania zawodowego,
- zasadach kształcenia,
- szczególnej ochronie zdrowia,
- zasadach określających warunki urlopów wypoczynkowych.

Badania lekarskie pracownika młodocianego:

- wstępne,
- okresowe,
- kontrolne.

Szkolenia z zakresu BHP pracownika młodocianego:

- szkolenie wstępne (instruktaż ogólny, instruktaż stanowiskowy),
- szkolenie okresowe (pierwsze w ciągu 12 miesięcy od podjęcia zatrudnienia, następnie co 3 lata na stanowiskach robotniczych).

WOLNO zatrudniać tylko młodocianych, którzy,

- ukończyli co najmniej gimnazjum,
- przedstawiają świadectwo lekarskie, stwierdzające, że praca danego rodzaju nie zagraża ich zdrowiu.

Ważne !!!

Młodociany nieposiadający kwalifikacji zawodowych może być zatrudniony tylko w celu przygotowania zawodowego.

Prace wzbronione młodocianym zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów:

- związane z nadmiernym wysiłkiem fizycznym, wymagające stale wymuszonej i niewygodnej pozycji ciała, zagrażające prawidłowemu rozwojowi psychicznemu,
- w narażeniu na szkodliwe działanie czynników chemicznych, fizycznych, biologicznych, które stwarzają zagrożenie wypadkiem

W ustaleniu prac wzbronionych uczestniczy lekarz, który sprawuje profilaktyczną opiekę zdrowotną nad osobą młodocianą.

Wykaz prac wzbronionych młodocianym i stanowisk pracy, na których są wykonywane te prace, pracodawca ma obowiązek wywiesić w widocznym miejscu, w każdej komórce organizacyjnej, w której są zatrudniani młodociani.

Czas pracy młodocianych wynosi:

do 16 lat – 6 godzin na dobę, a powyżej 16 lat – 8 godzin na dobę.

Do czasu pracy młodocianego wlicza się czas nauki w wymiarze wynikającym z obowiązkowego programu zajęć szkolnych, bez względu na to, czy odbywa się ona w godzinach pracy. Jeżeli dobowy wymiar czasu pracy młodocianego jest dłuższy niż 4,5 godziny, pracodawca jest obowiązany wprowadzić przerwę w pracy trwającą nieprzerwanie 30 minut, którą wlicza się do czasu pracy.

Młodocianego nie wolno zatrudniać w godzinach nadliczbowych ani w porze nocnej, tj. pomiędzy godzinami 22.00 a 6.00. Młodociani, którzy nie ukończyli gimnazjum lub nie ukończyli 16 lat zwolnieni są z obowiązku odbycia przygotowania zawodowego a pora nocna przypada pomiędzy godzinami 20.00 a 6.00.

PROFILAKTYCZNA OCHRONA ZDROWIA PRACOWNIKÓW

Podstawa prawna: Kodeks Pracy.

Profilaktyczna ochrona zdrowia pracowników to:

- profilaktyczne badania lekarskie:

- *wstępne* (osoby przyjmowane do pracy, pracownicy młodociani i inni pracownicy przenoszeni na stanowiska pracy, gdzie występują czynniki szkodliwe dla zdrowia lub warunki uciążliwe),
- *okresowe* (wszyscy pracownicy w miarę możliwości w godzinach pracy),
- *kontrolne* (w razie niezdolności do pracy trwającej dłużej niż 30 dni z powodu choroby pracownika),

- szkolenia bhp:

- *wstępne*
instruktaż ogólny (każdy nowo zatrudniony pracownik),
instruktaż stanowiskowy (pracownik zatrudniany na stanowisku robotniczym oraz innym, na którym występuje narażenie na działanie czynników szkodliwych dla zdrowia, uciążliwych lub niebezpiecznych; pracownik przenoszony na stanowisko, o którym mowa wyżej; uczeń odbywający praktyczną naukę zawodu oraz student odbywający praktykę studencką),
- *okresowe* (pracodawcy oraz inne osoby kierujące pracownikami; pracownicy zatrudnieni na stanowiskach robotniczych; pracownicy inżynieryjno-techniczni, w tym projektanci, konstruktorzy maszyn i innych urządzeń technicznych, technolodzy i organizatorzy produkcji; pracownicy służby bhp i inne osoby wykonujące zadania tej służby; pracownicy administracyjno-biurowi i inni, których charakter pracy wiąże się z narażeniem na czynniki szkodliwe dla zdrowia, uciążliwe lub niebezpieczne albo związane z odpowiedzialnością w zakresie bhp),

- informowanie pracowników o ryzyku zawodowym:

- ocena i dokumentowanie ryzyka zawodowego związanego z wykonywaną pracą, stosowaniem niezbędnych środków profilaktycznych zmniejszających ryzyko,
- informowanie pracowników o ryzyku zawodowym, które wiąże się z wykonywaną pracą, oraz o zasadach ochrony przed zagrożeniami,

- wskazywanie czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy,

- zapobieganie chorobom zawodowym:

- utrzymywanie w stanie stałej sprawności urządzeń ograniczających lub eliminujących szkodliwe dla zdrowia czynniki środowiska pracy oraz urządzeń służących do pomiarów tych czynników,
- przeprowadzanie, na swój koszt, badań i pomiarów czynników szkodliwych dla zdrowia, rejestrowanie i przechowywanie wyników tych badań i pomiarów oraz udostępnianie ich pracownikom;

- zapewnienie posiłków i napojów profilaktycznych pracownikom zatrudnionym w warunkach szczególnie uciążliwych, nieodpłatnie,

- zapewnienie odpowiedniego stanu higieniczno-sanitarnego oraz dostarczanie niezbędnych środków higieny osobistej, a także zapewnianie środków higieny osobistej.

ZAGROŻENIA

Źródła i Zagrożenia	Środki ograniczające ryzyko zawodowe stosowane na stanowisku pracy.
<p>Prąd elektryczny – porażenie prądem zasilającym urządzenia biurowe (np. komputery, koparki), urządzenia oświetleniowe i grzewczo-wentylacyjne (np. lampy stołowe, wentylatory, dmuchawy), przedłużacze, przewody, gniazdka, wtyczki, tablice bezpiecznikowe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - okresowe pomiary instalacji i urządzeń elektrycznych pod względem ochrony przeciwporażeniowej oraz rezystancji uziemień i izolacji, - przeglądy i ocena sprawności wyłączników oraz stanu przewodów zasilających, - codzienne przeglądy urządzeń przed ich użyciem, - zgłaszanie wszelkich zauważonych usterek, w tym: uszkodzenia wyłączników i przewodów zasilających, - niezałączanie urządzenia w przypadku stwierdzenia jego niesprawności, - nienaprawianie samodzielnie instalacji elektrycznej lub urządzeń będących pod napięciem, gdy jesteś nieuprawniony do napraw, - używaj sprzętu tylko zgodnie z jego przeznaczeniem, - <u>NIE WYRYWAJ WTYCZEK Z GNIAZDKA.</u>
<p>Powierzchnie, na których możliwy jest upadek pracownika (np. uszkodzone podłogi i wykładziny, progi, zawilgocone posadzki z terakoty)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - prawidłowo oświetlone drogi komunikacyjne, tereny wykonywania prac, - likwidacja przeszkód na drogach komunikacyjnych (sprzętu, mebli), - stosowanie antypoślizgowych środków czyszczących, - układanie przewodów zasilających

	<p>w specjalnych listwach doprowadzających aby nie zalegały w przejściach i dojściach,</p> <ul style="list-style-type: none"> - ostrzeżenia dotyczące mokrej lub śliskiej nawierzchni, - zachowanie ostrożności podczas poruszania się, - nie zasłaniaj sobie widoczności przenosząc ładunek.
Wystające przedmioty, ostre krawędzie przedmiotów, narzędzi ręcznych	<ul style="list-style-type: none"> - zachowanie wymaganych szerokości na drogach komunikacyjnych oraz dojść do stanowisk pracy, - zachowanie ostrożność przy posługiwaniu się narzędziami.
Pożar	<ul style="list-style-type: none"> - prawidłowe oznakowania, - kontrole sprzętu przeciwpożarowego, - znajomość zasad ewakuacji, - umiejętność użycia podręcznego sprzętu gaśniczego.
Poparzenie, np. gorącą herbatą, kawą.	<ul style="list-style-type: none"> - zachowanie ostrożności
Wirus SARS-CoV-2 - transmisja wirusa przez osoby z zewnątrz, przez pracowników zatrudnionych w zakładzie pracy, poprzez rzeczy, materiały powszechnego użytku, sprzęt i narzędzia oraz powierzchnie dotykane przez pracowników w pomieszczeniach zakładu pracy, kontakt z osobą zarażoną podczas przemieszczania się.	<ul style="list-style-type: none"> - dezynfekcja powierzchni, - przestrzeganie zasad noszenia maseczki oraz dezynfekcji rąk, - zachowanie dystansu min. 2 m pomiędzy osobami, - umieszczenie na tablicach w łazienkach instrukcji mycia rąk, - niezwłoczne informowanie przełożonego o objawach zakażenia i/lub kontaktach z osobami, u których potwierdzono zakażenie wirusem.

ŚRODKI OCHRONY ZBIOROWEJ I INDYWIDUALNEJ

„Środki ochrony indywidualnej to urządzenia lub wyposażenie przeznaczone do noszenia bądź trzymania przez pracownika w celu ochrony przed jednym lub większą liczbą zagrożeń, które mogą mieć wpływ na jego zdrowie lub bezpieczeństwo pracy.

Pracodawca ma obowiązek nieodpłatnie dostarczyć pracownikom środki ochrony indywidualnej, a pracownicy mają obowiązek ich stosowania. Kupując środki ochrony indywidualnej, pracodawca powinien upewnić się, czy są one oznaczone znakiem CE, a także czy posiadają deklarację zgodności wyrobu z odpowiednimi normami lub właściwymi przepisami”.

Dla osób na stanowiskach sprzątających do środków ochrony indywidualnej należy fartuch, rękawiczki.

POSTĘPOWANIE W RAZIE WYPADKÓW I W SYTUACJACH ZAGROŻEŃ (NP. POŻARU, AWARII)

Przyczyny powstania pożaru:

- palenie tytoniu, niedopałki papierosów,
- posługiwanie się otwartym ogniem w miejscach, gdzie znajdują się materiały palne,
- nieostrożne użytkowanie, uszkodzone lub wadliwie eksploatowane instalacje elektryczne powodujące zwarcia, przeciążenia, nagrzewanie, iskrzenie,
- niewłaściwe użytkowanie maszyn i urządzeń technologicznych,
- wadliwy sprzęt i urządzenia biurowe,
- nagrzane powierzchnie zewnętrzne urządzeń grzewczych (np. piecyków),
- przechowywanie materiałów palnych w pobliżu źródeł ciepła, urządzeń elektrycznych,
- niewłaściwe zabezpieczenie prac niebezpiecznych pożarowo,
- umyślnie podpalenia,
- wyładowania atmosferyczne,
- wyładowania elektryczności statycznej.

Czynniki sprzyjające rozprzestrzenianiu się pożaru:

- późne zauważenie pożaru, opóźnione alarmowanie,
- brak lub niewłaściwy stan techniczny instalacji i urządzeń przeciwpożarowych,
- brak umiejętności obsługi podręcznego sprzętu przeciwpożarowego przez pracowników.

ALARMOWANIE

Oceń rozmiar i rodzaj zagrożenia:

- Duży pożar – Powiadom przełożonego o pożarze - WEZWIJ STRAŻ POŻARNĄ – Powiadom osoby bezpośrednio zagrożone z najbliższego otoczenia - EWAKUACJA
- Mały pożar – Powiadom przełożonego - Powiadom osoby bezpośrednio zagrożone z najbliższego otoczenia - Dostępnymi środkami (gaśnice, hydranty) należy podjąć próbę likwidacji lub ograniczenia rozmiaru zagrożenia.

NUMERY RATUNKOWE:

z komórki 112

Straż Pożarna 998

Pogotowie 999

Powiadamiając Straż Pożarną dobrze podać dane w następującej kolejności:

- gdzie się pali: adres, nazwę instytucji, piętro,
- co się pali: (np. pomieszczenie magazynowe),
- czy istnieje zagrożenie życia ludzkiego,
- swoje imię, nazwisko i nr telefonu.

NIE ROZŁĄCZAJ SIĘ PÓKI NIE OTRZYMASZ INFORMACJI OD DYSPOZYTORA, ŻE ZGŁOSZENIE ZOSTAŁO PRZYJĘTE!!!

ZASADY AKCJI RATOWNICZO-GAŚNICZEJ

- NIE PANIKUJ
- W PIERWSZEJ KOLEJNOŚCI RATUJEMY LUDZI
- NALEŻY WYŁĄCZYĆ DOPŁYW PRĄDU ELEKTRYCZNEGO DO POMIESZCZEŃ OBJĘTYCH POŻAREM (**nie wolno gasić wodą z hydrantów urządzeń pod napięciem**)
- USUNĄĆ Z ZASIĘGU OGNIĄ WSZYSTKIE MATERIAŁY PALNE (cenne dokumenty, urządzenia komputerowe, archiwa, itp.)
- NIE OTWIERAĆ BEZ KONIECZNOŚCI DRZWI I OKIEN (dopływ tlenu)
- ZAPEWNIĆ SOBIE DROGĘ UCIECZKI
- SZYBKIE I PRAWIDŁOWE UŻYCIE GAŚNICZY UMOŻLIWIA UGASZENIE POŻARU W ZARODKU (małe pożary, które nie rozprzestrzeniły się na kilka obiektów, np. kosz na śmieci).

Do ręcznego sprzętu przeciwpożarowego zaliczamy:

- gaśnice

- pianowe,
- wodne,
- śniegowe,
- halonowe – wyjątkowo dopuszczane do stosowania,
- proszkowe,
- przewoźne (agregaty gaśnicze) – pianowe, proszkowe i śniegowe,

- koce gaśnicze,

- hydronetki.

ZASADY UŻYCIA GAŚNICZY

Gaśnica – sprzęt przeciwpożarowy uruchamiany ręcznie, który służy do zwalczania pożarów w zarodku.

- Stań metr od źródła ognia
- Gaśnicę trzymaj pionowo
- Wyciągnij zawleczkę gaśnicy, naciśnij dźwignię zaworu (gasimy pulsacyjnie)
- Strumień środka gaśniczego skieruj bezpośrednio na źródło pożaru. Strumień kierujemy od zewnętrznej krawędzi do środka
- Przy gaszeniu przedmiotów ustawionych pionowo należy gasić od góry w dół
- Należy używać środków gaśniczych do gaszenia danej grupy pożarów.

Zasady rozmieszczania gaśnic:

Gaśnice powinny być rozmieszczone:

- w miejscach łatwo dostępnych i widocznych:
 - przy wejściach do budynków,
 - na klatkach schodowych,
 - na korytarzach,
 - przy wyjściach z pomieszczeń na zewnątrz,
- w miejscach nie narażonych na uszkodzenia mechaniczne oraz działanie źródeł ciepła (piece, grzejniki),
- w obiektach wielokondygnacyjnych – w tych samych miejscach na każdej kondygnacji, jeżeli pozwalają na to istniejące warunki.

(slajd: oznaczenie gaśnicy).

Warunki rozmieszczenia gaśnic:

- odległość z każdego miejsca w obiekcie, w którym może przebywać człowiek, do najbliższej gaśnicy nie powinna być większa niż 30 m,
- do gaśnic powinien być zapewniony dostęp o szerokości co najmniej 1 m.

Uprawnione jednostki raz w roku przeprowadzają kontrolę gaśnic.

ZASADY UŻYCIA KOCA GAŚNICZEGO

Koc gaśniczy służy do odcinania dopływu powietrza do płonących materiałów. Wykonany jest z włókna szklanego. Ma powierzchnię ok. 3m². Koc gaśniczy może być wielokrotnie używany, nie niszczy gaszonych przedmiotów. Skuteczny tylko do gaszenia niewielkich źródeł ognia i umiejscowionych blisko osoby gaszącej pożar. Może być stosowany do gaszenia palących się ludzi.

- Wyjmij koc z pokrowca,
- Rozłóż i szczelnie przykryj palący się przedmiot.

EWAKUACJA

PRZY DUŻYM ZADYMIENIU I OGRANICZONEJ WIDOCZNOŚCI

- kieruj się w stronę najbliższego wyjścia ewakuacyjnego - **NIE KORZYSTAJ Z WINDY**,
- ewakuuj się przy ścianie w celu zachowania orientacji,
- w pozycji pochylonej,
- chroń górne drogi oddechowe (np. chusteczka),
- po wyjściu z budynku zaczekaj w bezpiecznym miejscu na przyjazd służb ratunkowych

ZASADY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY W RAZIE WYPADKU

Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze **pozbawienia wolności do lat 3** (*Kodeks karny*).

Sposób postępowania osoby bez oddechu

- Oceń bezpieczeństwo swoje i innych (jeśli sytuacja zagraża Twojemu zdrowiu – ogranicz się do wezwania jak najszybciej pomocy)
- Jeśli jest taka potrzeba zabezpiecz miejsce wypadku (np. wypadek komunikacyjny)
- Sprawdź, czy:
 - poszkodowany jest przytomny? (głosem i dotykiem „Proszę Pani/Pana co się stało”)
- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc.
- Udrożnij drogi oddechowe
 - z jamy ustnej osoby nieprzytomnej usuń ewentualne ciała obce (również protezy zębowe):

- odchyl głowę do tyłu,
- otwórz usta i dwoma palcami wygarnij zawartość na zewnątrz.
(Wskazane jest uprzednie włożenie rękawiczek ochronnych. Nie wolno stosować żadnych narzędzi.)

- Sprawdź, czy poszkodowany:
- oddycha? (sprawdź, czy słyszysz, czujesz wydech osoby poszkodowanej lub widzisz poruszającą się klatkę piersiową).

Jeżeli po 10 sekundach poszkodowany nie oddycha wówczas:

Wezwij pogotowie ratunkowe.

999, 112 – numery alarmowe na pogotowie

Wskazana kolejność podawania informacji podczas wzywania pomocy:

- 1) Gdzie wydarzył się wypadek?
- 2) Ile osób zostało poszkodowanych?
- 3) Co się stało?

Połączenie z dyspozytorem pomocy kwalifikowanej należy utrzymywać do momentu, gdy uzyska się **potwierdzenie przyjęcia zgłoszenia!**

Nie opuszczaj osoby poszkodowanej.

Masz 4 minuty na uratowanie mózgu przed niedotlenieniem.

Uciski (slajd: zdjęcie osoby uciskającej)

- znajdź środek klatki piersiowej (1/3 dolnej części mostka),
- rozpocznij uciskanie (spłecione dłonie, łokcie wyprostowane)
- uciskaj klatkę piersiową 30 razy na głębokość 5-6 cm przy częstotliwości 100-120 uciśnień na minutę.

Oddechy ratownicze (slajd: zdjęcie osoby wykonującej wdechy)

Prowadź resuscytację w proporcji 30 uciśnień i 2 oddechy na zmianę.
Pamiętaj!!! Przerwy pomiędzy uciśnięciami a oddechami mają być jak najkrótsze.

Reanimacja ograniczona wyłącznie do uciśnień dopuszczalna w następujących sytuacjach:

- Jeżeli nie jesteś w stanie lub nie chcesz wykonywać oddechów ratowniczych, zastosuj uciśnięcia klatki piersiowej.
- Jeżeli stosujesz wyłącznie uciśnięcia klatki piersiowej, wykonuj je bez przerwy, z częstotliwością 100 uciśnień /min,
- Przerwij swoje działanie w celu sprawdzenia stanu poszkodowanego tylko wtedy, jeżeli zacznie on prawidłowo oddychać. W innym przypadku nie przerywaj resuscytacji.

Jak długo należy wykonywać resuscytację?

- do przyjazdu pogotowia ratunkowego,
- przywrócenia prawidłowego oddechu,
- wyczerpania sił ratownika,
- wystąpienia zagrożenia dla wykonującego resuscytację.

Sposób postępowania osoby, która oddycha

Pozycja boczna bezpieczna

Jeśli osoba jest nieprzytomna, ale oddycha:

- ustal przyczynę wypadku - uraz kręgosłupa szyjnego jest przeciwwskazaniem do układania poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej,
- wezwij pomoc,
- rękę poszkodowanego, która znajduje się po Twojej stronie zegnij pod kątem prostym,
- dalszą rękę poszkodowanego spleć ze swoją dłońią,
- dalszą nogę poszkodowanego zegnij w kolanie i przyciągnij do siebie dociskając do ziemi,
- sprawdź, czy osoba oddycha, kontroluj oddech,
- poszkodowanego nie pozostawiaj bez opieki. Chronić przed wychłodzeniem. Co 1-2 godziny obracaj delikatnie na drugi bok.

Urazy głowy i klatki piersiowej

Osobę przytomną **z raną głowy**:

- ułóż w pozycji półsiedzącej podpartej,
- osłoń ranę jałową gazą,
- nie uciskaj rany - grozi to uszkodzeniem mózgu,
- wezwij pogotowie ratunkowe.

Osobę **z raną klatki piersiowej**:

- ułóż w pozycji półsiedzącej,
- ranę przykryj jałową gazą i uciśnij,
- uprzednio założony opatrunek dodatkowo przykryj folią, a jej brzegi dokładnie uszczelnij plastrem. Zapobiega to ewentualnej odmie płucnowej.
- wezwij pogotowie ratunkowe.

UWAGA!!! Nie bandażuj mocno klatki piersiowej – brak możliwości swobodnego oddychania przez poszkodowanego.

Urazy brzucha i wstrząs

Poszkodowanego **z raną brzucha**:

- ułóż na plecach, z lekko ugiętymi nogami, by zmniejszyć napięcie mięśni ściany brzucha,
- ranę przykryj dużym jałowym opatrunkiem z gazy lub chusty trójkątnej,
- przy pełnym wytrzewieniu nie wkładaj jelit do środka jamy brzusznej – groźba niedokrwienia jelit,
- nie uciskaj rany,
- wezwij pogotowie ratunkowe.

Poszkodowanego nie pozostawiaj bez opieki. Chronić przed wychłodzeniem. W celu ochrony przed utratą ciepła można okryć chorego kocem lub folią termoizolacyjną NRC. Aby poprawić krążenie krwi, należy unieść wyżej nogi.

Opatrywanie złamań

Charakterystyka:

- odczuwalny narastający ból przy poruszaniu,
- niemożność poruszania uszkodzoną kończyną,
- nienaturalne ułożenie ciała,
- obrzęk.

Opatrywanie zwichnięć i złamań

Złamaną kończynę górną należy unieruchomić do klatki piersiowej, np. połą bluzy, koszuli. Złamaną nogę należy unieruchomić wiążąc z drugą zdrową nogą za pomocą bandaża lub chusty.

UWAGA!!! Nie należy nastawiać ani zmieniać położenia złamanej kończyny. Przy złamaniu otwartym należy unieruchomić dodatkowo widoczną kość.

Uraz kręgosłupa

Podejrzewając złamanie kręgosłupa należy unikać przenoszenia poszkodowanego (chyba że występuje bezpośrednie zagrożenie życia poszkodowanego i przeniesienie jest niezbędne). Ustabilizować głowę wałkami z ubrania. Nogi można związać razem ze sobą. O ile to możliwe, transport powinien się odbywać po usztywnieniu kręgosłupa szyjnego kołnierzem usztywniającym.

Opatrywanie rany urazowej

- unieś zranioną kończynę powyżej poziomu serca,
- uciśnij ranę opatrunkiem z gazy, tak aby zatamować krwotok,
- opatrunek z gazy silnie przywiąż bandażem lub chustą trójkątną,
- jeżeli opatrunek przekrwawia, na pierwszą warstwę przyłóż wałek z bandaża lub gazy i silnie przywiąż następnym bandażem.

Ciało obce w ranie

- nie usuwaj „ciała obcego” z rany. Wyrywanie grozi silnym krwotokiem i uszkodzeniem nerwów,
- ustabilizuj „ciało obce”,
- wezwij pogotowie.

W przypadku urazu oka, zabandażuj obydwie gałki oczne.

Oparzenie termiczne

- płonąca odzież ugaś wodą lub kocem gaśniczym. Ubranie ściągnij poszkodowanemu do 2 s. potem zostaw, gdy przylgnie do ciała.
- zdejmij poszkodowanemu biżuterię,
- oparzenie natychmiast schłódź zimną wodą (do 20% powierzchni ciała),

- załóż jałowy opatrunek,
- wezwij pogotowie.

Nie smarować kremem, nie dezynfekować spirytusem.

Oparzenie elektryczne - Porażenie prądem

- „Odłączenie” od prądu (WAŻNE: trzeba wiedzieć gdzie jest wyłącznik prądu, wyłączniki sieciowe (w obudowie urządzenia), bezpieczniki sieciowe (z reguły w oznakowanych szafkach ściennych), przewody zasilające, np. komputer.
- Rozwarcie dłoni i oderwanie od źródła prądu jest bardzo trudne i często wiąże się z dodatkowymi urazami (złamania, zwichnięcia stawów, pęknięcia mięśni, wiązadeł) **ostateczność !!! CIĄgnięcie poszkodowanego za suche ubranie, ewentualnie za włosy, aż do oderwania.**
- Dodatkowa izolacja: suche ubranie, gruba folia, blat stołu, drzwi od szafy, deska, gumowy dywanik – **WIĘKSZOŚĆ PODESZEW NIE JEST IZOLACJĄ ELEKTRYCZNĄ.**
- Zabezpiecz miejsca wypadku przed kolejnym porażeniem: docelowo należy odłączyć całą instalację, aż do czasu kontroli przez uprawnionego elektryka.
- Krótką oceną obrażeń ciała osoby poszkodowanej (np. oparzenia).
- ZAWSZE NALEŻY WEZWAĆ POGOTOWIE (możliwość wystąpienia opóźnionych objawów: zaburzenia rytmu serca, uszkodzenie nerek).
- Sprawdzić, czy osoba jest przytomna, czy oddycha...(patrz: pierwsza pomoc).
- Uszkodzenia i oparzenia skóry prądem elektrycznym należy przykryć niewielkim jałowym opatrunkiem z gazy. Można też je wcześniej schłodzić wodą, tak jak w przypadku zwykłych oparzeń. Czynność tę należy zgłosić przybyłemu na miejsce wypadku lekarzowi.

WYPADKI PRZY PRACY

Za wypadek przy pracy uważa się nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną, powodujące uraz lub śmierć, które nastąpiło w związku z pracą:

1. podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika zwykłych czynności albo poleceń przełożonych,
2. podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika czynności na rzecz pracodawcy, nawet bez polecenia,
3. w czasie pozostawania pracownika w dyspozycji zakładu pracy, w drodze między siedzibą zakładu pracy a miejscem wykonywania obowiązku wynikającego ze stosunku pracy.

Na równi z wypadkiem przy pracy traktuje się - w zakresie uprawnień do świadczeń określonych w ustawie z dnia 30 października 2002 r. o ubezpieczeniu społecznym z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych - wypadek, któremu pracownik uległ:

1. w czasie podróży służbowej, w okolicznościach innych niż określone wyżej, chyba że wypadek spowodowany został postępowaniem pracownika, które nie pozostawało w związku z wykonywaniem powierzonych mu zadań,
2. podczas szkolenia w zakresie powszechnej samoobrony,
3. przy wykonywaniu zadań zleconych przez działające w zakładzie pracy organizacje polityczne lub zawodowe, lub uczestnicząc w organizowanych przez nie czynach społecznych.

Ścieżka postępowania:

Pracownik:

- pracownik, o ile stan zdrowia na to pozwala, o wypadku niezwłocznie powiadamia pracodawcę/ przełożonego,
- dostarcza kartę informacyjną ze szpitala (jeśli jest).

Obowiązki pracodawcy w razie wypadku przy pracy:

- zabezpieczyć miejsce wypadku,
- zapewnić udzielenie pierwszej pomocy osobom poszkodowanym,
- podjąć działania eliminujące lub ograniczające zagrożenie,
- niezwłocznie zawiadomić inspektora pracy i prokuratora o śmiertelnym, ciężkim lub zbiorowym wypadku przy pracy oraz o każdym wypadku, który wywołał wymienione skutki, mającym związek z pracą, jeżeli może być uznany za wypadek przy pracy,
- zapewnić ustalenie okoliczności i przyczyn wypadku (koszty z tym związane ponosi pracodawca),
- zastosować odpowiednie środki zapobiegające podobnym wypadkom,
- powołać zespół powypadkowy, który sporządzi właściwą dokumentację wypadkową,
- pokryć koszty potrzebnych ekspertyz dodatkowych badań lekarskich itp. - według potrzeb,
- przekazać na prośbę poszkodowanego dokumentację powypadkową do ZUS,
- systematycznie analizować przyczyny wypadków przy pracy i na podstawie wyników tych analiz stosować właściwe środki zapobiegawcze.

Dokumentacja powypadkowa:

- protokół przesłuchania poszkodowanego,
- informacja świadka/świadków wypadku,
- protokół powypadkowy ustalenia przyczyn i okoliczności wypadku (*należy spisać nie później niż w ciągu 14 dni od dnia powiadomienia o wypadku*),
- inne dokumenty (opinie ekspertów, wyniki badań lekarskich, szkic miejsca wypadku itp.).

- protokół powypadkowy zatwierdza pracodawca nie później niż w ciągu 5 dni od dnia jego sporządzenia,
- zatwierdzony protokół powypadkowy otrzymuje poszkodowany pracownik (rodzina, w razie śmierci pracownika) wraz z pouczeniem o sposobie i trybie odwołania,
- protokół powypadkowy dotyczący wypadków śmiertelnych, ciężkich i zbiorowych pracodawca niezwłocznie doręcza właściwemu inspektorowi pracy,
- protokół powypadkowy wraz z pozostałą dokumentacją powypadkową pracodawca przechowuje przez 10 lat,
- prowadzenie rejestru wypadków przy pracy.

Kiedy wypadek NIE JEST UZNANY za wypadek przy pracy:

- umyślne działanie bądź rażące niedbalstwo pracownika,
- pracownik w chwili wypadku był pod wpływem alkoholu, środków odurzających albo substancji psychotropowych i przyczynił się w znacznym stopniu do spowodowania wypadku (rodzina zmarłego pracownika będącego pod wpływem alkoholu otrzymuje prawo do świadczeń jeśli zespół powypadkowy ustali, że był to wypadek przy pracy).

Świadczenia powypadkowe:

100% zasiłek chorobowy wypłacany maksymalnie przez 182 dni przez ZUS z ubezpieczenia wypadkowego,

możliwość ubiegania się o jednorazowe świadczenie odszkodowawcze (z ZUS),

możliwość ubiegania się o zasiłek rehabilitacyjny – zasiłek chorobowy się skończył a poszkodowany rokuje wyzdrowienie,

możliwość ubiegania się o rentę z tytułu niezdolności do pracy – utrata możliwości pracy,

możliwość ubiegania się o rentę szkoleniową – dla poszkodowanego, który musiał się przekwalifikować,

zasiłek wyrównawczy – dla pracownika, który wrócił do pracy, ale jego wynagrodzenie uległo obniżeniu,

renta rodzinna - otrzymuje ją rodzina pracownika zmarłego w wypadku przy pracy,

dodatek pielęgnacyjny,

pokrycie kosztów leczenia z zakresu stomatologii, szczepień ochronnych oraz zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne w zakresie określonym ustawą.

Rodzaje wypadków:

Śmiertelny wypadek przy pracy - śmierć w miejscu wypadku lub w okresie nie przekraczającym 6 miesięcy od dnia wypadku.

Zbiorowy wypadek przy pracy - w wyniku tego samego zdarzenia, wypadkowi uległy co najmniej dwie osoby.

Ciężki wypadek przy pracy - ciężkie uszkodzenie ciała: utrata wzroku, słuchu, mowy, zdolności płodzenia lub inne uszkodzenie ciała albo rozstrój zdrowia, naruszające podstawowe funkcje organizmu, a także choroba nieuleczalna lub zagrażająca życiu, trwała choroba psychiczna, trwała, całkowita lub znaczna niezdolność do pracy w zawodzie albo trwał, poważne zeszpecenie lub zniekształcenie ciała.

Za **wypadek w drodze do pracy lub z pracy** uważa się nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną, które nastąpiło w drodze do lub z miejsca wykonywania zatrudnienia lub innej działalności stanowiącej tytuł ubezpieczenia rentowego, jeżeli droga ta była najkrótsza i nie została przerwana.

Za drogę do pracy lub z pracy uważa się oprócz drogi z domu do pracy lub z pracy do domu również drogę do miejsca lub z miejsca:

1. innego zatrudnienia lub innej działalności stanowiącej tytuł ubezpieczenia rentowego;
2. zwykłego wykonywania funkcji lub zadań zawodowych albo społecznych;
3. zwykłego spożywania posiłków;
4. odbywania nauki lub studiów.

Pracownik:

- poinformować niezwłocznie pracodawcę/przełożonego o wypadku,
- dostarczyć wyniki badań lekarskich, protokół z Policji (przy wypadkach komunikacyjnych).

Obowiązki pracodawcy przy wypadku w drodze do/z pracy:

- spisać dokumentację powypadkową:

Dokumentacja powypadkowa:

- protokół przesłuchania poszkodowanego,
- informacja świadka/świadków wypadku,
- Karta wypadku w drodze z domu do pracy lub z pracy do domu,
- inne dokumenty: wyniki badań lekarskich, protokół z Policji (przy wypadkach komunikacyjnych).

Świadczenia powypadkowe:

- 100% zasiłek chorobowy,
- brak możliwości ubiegania się o jednorazowe świadczenie odszkodowawcze z ZUS.

CHOROBY ZAWODOWE

Choroba zawodowa to:

- choroba wymieniona w wykazie chorób zawodowych (załącznik do rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 czerwca 2009 r., w sprawie wykazu chorób zawodowych (Dz.U. Nr 105, poz. 869),

- choroba spowodowana działaniem czynników szkodliwych dla zdrowia występujących w środowisku pracy albo w związku ze sposobem wykonywania pracy.

Zgłoszenie podejrzenia oraz rozpoznania choroby zawodowej:

- Zgłoszenie może nastąpić u pracownika lub byłego pracownika w okresie:
 - zatrudnienia w narażeniu zawodowym,
 - po zakończeniu pracy w narażeniu zawodowym w okresie, który został określony w wykazie chorób zawodowych.

Do choroby zawodowej dochodzi w szczególności wskutek:

- stałego przebywania ciała w niedogodnej pozycji,
- systematycznego wykonywania forsownych czynności,
- regularnego przebywania w otoczeniu zawierającym czynniki szkodliwe dla zdrowia, takie jak hałas, związki chemiczne i pyły, nieodpowiednie oświetlenie, promieniowanie,
- zwiększonego obciążenia psychicznego i fizycznego.

Podejrzenie choroby zawodowej:

- Zgłoszenia dokonuje:
 - pracodawca,
 - lekarz, który podczas wykonywania zawodu podejrzewa chorobę zawodową u pracownika,
 - pracownik, który podejrzewa, że występujące objawy mogą wskazywać na chorobę zawodową. Pracownik zgłasza podejrzenie za pośrednictwem lekarza sprawującego profilaktyczną opiekę zdrowotną,
 - lekarz stomatolog,
 - lekarz weterynarii (*dotyczy pracowników mających kontakt z chorymi zwierzętami*).
- Podejrzenie choroby zawodowej pracodawca powinien zgłosić niezwłocznie:
 - właściwemu organowi Państwowej Inspekcji Sanitarnej i Państwowej Inspekcji Pracy.

W przypadku rozpoznanej choroby zawodowej pracodawca powinien:

- ustalić przyczyny jej powstania, charakter i rozmiar zagrożenia chorobą,
- przystąpić niezwłocznie do usunięcia czynników powodujących powstanie choroby zawodowej,
- zastosować niezbędne środki zapobiegawcze,
- zapewnić realizację zaleceń lekarskich.

Procedura odwoławcza:

- pracownik, który nie zgadza się z orzeczeniem lekarskim, może wystąpić z wnioskiem (14 dni od dnia otrzymania orzeczenia lekarskiego) o przeprowadzenie ponownego badania przez jednostkę orzeczniczą II stopnia,
- jednostka orzecznicza powiadamia właściwego państwowego inspektora sanitarnego,
- orzeczenie wydane w wyniku ponownego badania jest ostateczne.

Stwierdzenie choroby zawodowej:

- decyzję o stwierdzeniu choroby lub braku podstaw do stwierdzenia choroby zawodowej wydaje Właściwy państwowy powiatowy inspektor sanitarny,
- Właściwy państwowy powiatowy inspektor sanitarny decyzję przesyła:
 - zainteresowanemu pracownikowi,
 - pracodawcy/pracodawcom,
 - jednostce orzeczniczej, w której zatrudniony jest lekarz wydający oświadczenie,
 - Właściwemu okręgowemu inspektorowi pracy.

Wszystkie przypadki zachorowań powinny być odnotowywane w “Rejestrze chorób zawodowych” prowadzonym przez pracodawcę.

Pracownikowi, który uległ wypadkowi przy pracy lub zachorował na chorobę zawodową określoną w wykazie, przysługują świadczenia z ubezpieczenia społecznego.