

Darba aprīkojums

Ar **aprīkojumu** šajos noteikumos saprot – ierīces (mašīnas, mehānismus), aparātus, darbarīkus vai iekārtas.

Prasības aprīkojuma nosaka MK izdoti "**Noteikumi par minimālajām darba drošības un veselības aizsardzības prasībām darba aprīkojuma lietošanā**"

Dažas no minimālajām prasībām darba aprīkojumam:

Minimālo prasību nobeigumi jauktā secībā doti no a. līdz i punktam.

1. Darba aprīkojuma vadības ierīces un brīdinājuma (signalizācijas) ietaises, kuras ietekmē tā lietošanas drošību,
2. Darba aprīkojuma vadības ierīces izvietojums pēc iespējas
3. Darba aprīkojumu var palaist (iedarbināt) tikai
4. Darba aprīkojumam nepieciešama droša
5. Ja darba aprīkojuma kustīgās daļas rada risku darbinieka drošībai un veselībai,
6. Darba aprīkojums ir atbilstoši marķēts un apzīmēts ar
7. Darba aprīkojums ir ugunsdrošs un nodrošināts pret pārkaršanu, kā arī aprīkots tā, lai aizsargātu darbiniekus pret risku, kas rodas,
8. Darbiniekam nav tiešas saskares vai netiešas saskares ar tām darba aprīkojuma daļām,
9. Darba aprīkojums montējams vai demontējams drošos apstākļos, ievērojot

Prasību nobeigumi

- a) apstādināšanas ierīce pilnīgai darba aprīkojuma apstādināšanai
- b) ar apzinātu darbību, izmantojot šim nolūkam paredzētu vadības ierīci
- c) ārpus bīstamās zonas
- d) brīdinošiem uzrakstiem un brīdinājuma zīmēm
- e) ir skaidri saredzamas, atbilstoši marķētas, un to nozīme viegli saprotama
- f) izdalot apkārtējā vidē gāzes, šķidrumus, tvaikus, putekļus vai citas vielas, kas tajā tiek ražotas, izmantotas vai uzkrātas
- g) kuras var radīt elektriskas dabas risku
- h) nepieciešami speciāli norobežojumi vai aizsargierīces, kas neļauj darbinieku nokļūšanu bīstamajā zonā
- i) visas ražotāja norādītās instrukcijas

Par aprīkojuma drošību, pareizu lietošanu, apkopi atbild darba devējs prasot to no darbinieka. **Darba devējam jāsniedz nepieciešamā informācija par darba aprīkojumu ekspluatāciju un bīstamību.**

Aizsargierīces

Daudzām ražošanas un sadzīves iekārtām ir bīstamas vietas, kas var nodarīt cilvēkam kaitējumu. Tātad ap lielāko daļu no iekārtām veidojas bīstama zona.

Lai mazinātu iekārtu bīstamību (samazinātu bīstamo zonu) lieto aizsardzības ierīces.

Pēc darbības principa aizsardzības ierīces iedala:

- **pasīvās aizsardzības ierīces** - tās nosedz, norobežo bīstamās vietas, bet neatslēdz iekārtu (aizsargvāki, kas nosedz kustīgas, rotējošas, asas iekārtu daļas; vāki, kas nosedz bedres; margas, žogi un citu norobežojumi; režģi, sieti, kas aiztur atlūzas vai norobežo karstas virsmas u.t.m.);
- **aktīvās jeb bloķējošās aizsardzības ierīces** – tās automātiski aptur, atslēdz iekārtas, ja:
 1. tik pārkāpti darba drošības noteikumi;
 2. rodas bīstama situācija;
 3. tiek noņemtas aizsardzības ierīces.

Aizsargierīces nedrīkst traucēt darbu, veikt apkopes un remontu.

Bīstamās iekārtas

Iekārtas ar paaugstinātu bīstamību, kas var apdraudēt cilvēku dzīvību un veselību, vidi un materiālās vērtības tiek iedalītas īpaša grupā – **bīstamās iekārtas**, un uz tām attiecas speciāli darba aizsardzības noteikumi:

1. tām jābūt reģistrētām Valsts darba inspekcijā;
2. tās jāapgādā ar ekspluatācijas dokumentiem, brīdinošiem uzrakstiem;
3. ar tām drīkst strādāt speciāli apmācīts un atestēts personāls;
4. tām jābūt regulāri pārbaudītām, pārbaudes rezultāti jāieraksta žurnālā.

Bīstamo iekārtu sarakstu nosaka LR MK "Noteikumi par bīstamām iekārtām"

Piemēram.

- 2.1.1. lifti, kuru celjspēja ir 50 kg un vairāk;

.....

Jautājumi

1. Kādas pasīvās un aktīvās ierīces tiek ierīkotas, lai palielinātu Jūsu profesijā izmantoto iekārtu drošību?
2. Aprakstīt sadzīvē lietotās aizsarg ierīces.
3. Kurā priekšmetā vēl tiek mācīts par aizsardzības ierīcēm?
4. Vai Jūsu profesijā tiek pielietotas "Bīstamo iekārtu grupā uzskaitītās iekārtas?"

Pamatnoteikumi darbos ar iekārtām

Kopējās prasības:

1. Iekārtām jāatrodas noteiktas personas atbildībā;
2. Pareizi jāpilda instrukcijas prasības;
3. Personālam jābūt instruētām un apmācītām;
4. Pirms darba jāiepazīstas ar vadības ierīcēm;
5. Pirms darbināšanas jāpārbauda vai iekārta ir kārtībā (vizuāli, pagriežot ar roku, palaižot, darbojoties tukšgaitā, sākot darbu);
6. Darba laikā mašīnas tuvumā nedrīkst atrasties nepiederošas personas;
7. Nedrīkst atstāt bez uzraudzības neizslēgtas iekārtas;
8. Nedrīkst strādāt noguruma vai reibuma stāvoklī;
9. Nedrīkst darbināt iekārtas ja nav nepieciešamās aizsardzības ierīces;
10. Strādājot jālieto atbilstošs apģērbs un individuālie aizsardzības līdzekļi;
11. Nedrīkst tīrīt, eļļot regulēt, remontēt iekārtas, kuras nav izslēgtas un atvienotas no enerģijas avota (izņemot gadījumus kad to paredz instrukcija);
12. Iekārtas jāekspluatē tikai tām paredzētajos apstākļos un ar tām jāveic tikai paredzētās operācijas;
13. Iekārtas nedrīkst pārslogot;
14. Iekārtas ar iekšdedzes dzinēju var izmantot tikai tur, kur nodrošināta laba gaisa apmaiņa;
15. Nedrīkst atrasties zem paceltas iekārtas, ja tā nav droši nostiprināta;
16. No iekārtām nedrīkst nokāpt un uzkāpt uz tām iekārtu pārvietošanās laikā;

Noteikumi ja ar iekārtām strādā vairāki cilvēki vienlaicīgi:

1. Vienam jābūt atbildīgam;
2. Jābūt divpusējai signalizācijai (sazināšanās iespējai);
3. Cilvēku atrašanās uz kombainiem, piekabēm, lauksaimniecības mašīnām un citām pašgājēju ierīcēm atļauta stingrā saskaņā ar to ekspluatācijas noteikumiem.

Strādājot ar elektroiekārtām:

1. Personālam jābūt atestētam elektrodrošībā;
2. Bojājumu gadījumā elektropadeve nekavējoties jāatslēdz;
3. Bojājumus drīkst novērst tikai kvalificēts elektromontieris.

Smagumu pārvietošana

Smagumu celšanā netiek piepūlēti tikai muskuļi, tā atstāj iespaidu uz visu cilvēka organismu. Ar smagumu celšanu un pārvietošanu šai gadījumā saprot kad fizisko spēku darbinieks pieliek tieši priekšmetam vai palīgierīcei (lāpstai, dakšai, vagonetei, ratiņiem, nestuvēm utt.).

Nepareizi ceļot vai pārvietojot smagumus visbiežāk iegūtie veselības traucējumi:

✓	_____	_____
	(Veselības traucējums)	(Kas tika pārkāpts)
✓	_____	_____
✓	_____	_____
✓	_____	_____

Lai mazinātu smaguma pārvietošanas procesa ietekmi uz cilvēku organismu ir noteiktas smagumu pārņemšanas vai pārvietošanas normas sievietēm un jauniešiem. Patreiz spēkā ir sekojošas normas apstiprinātas ar Latvijas Republikas Ministru Padomes lēmumiem:

1.
.....

ApstiprinātasgadaMK Noteikumi Nr.....
(Apstiprināšanas datums un lēmuma Nr.)

2.
.....

ApstiprinātasgadaMP lēmums Nr.....
(Apstiprināšanas datums un lēmuma Nr.)

Ar šiem lēmumiem noteiktās normas ir sekojošas:

Sievietēm:

Maksimāli pieļaujamā vienā paņēmienā pārvietojamā un paceļamā smaguma norma:

1.1.

1.2.

1.3.

2.

3.

Jauniešiem:

Nedrīkst iesaistīt darbos ar pastāvīgu smaguma pārvietošanu, ja pārvietojamais smagums pārsniedz:

no 16 līdz 18 gadiem - jauniešiem kg, jauniešiemkg

no 15 līdz 16 gadiem - jauniešiem kg, jauniešiemkg

jauniešus no 13 līdz 15 gadiem

.....

Galvenie pasākumi, kuri jāveic darba devējam organizējot smagumu pārvietošanu:

Pasākumi	Piemēri un paskaidrojumi
Nodrošina ar celšanas un pārvietošanas palīgierīcēm
Automatizē darbus
Novērtē telpu (darba vietu) un veicamo darbu un nosaka riska faktorus
Veic pasākumus, lai mazinātu riska faktorus, mazinātu iespējas gūt traumas – īpaši muguras.
Uzticot darbu ņem vērā darbinieka atbilstību un fiziskās spējas un smaguma pārvietošanas normas.
Nodrošina darbinieku apmācību smaguma pārvietošanā un ergonomikas principos
Nodrošina informāciju par pārvietojamā smaguma masu, smaguma centru un citiem būtiskiem faktoriem.

Riska faktori ceļot:

- ✓ pārāk liels smagums;
- ✓ neparocīgi, nedroši satverams;
- ✓ neērtā pozā ceļams
- ✓ grīda dažādos līmeņos;
- ✓ nelīdzena grīda;
- ✓ slikts mikroklimats;
- ✓ pārvietošana lielos attālumos;
- ✓ nogurums;
- ✓ ilgstoša piepūle.

Kā celt:

- ✓ ar taisnu muguru;
- ✓ negriezt ķermeni ceļot;
- ✓ stāvēt tā, lai smagumam krītot negūtu traumas;
- ✓ lietot drošas satveršanas ierīces.

Darba laiks un atpūtas laiks

Viens no priekšnoteikumiem, lai mazinātu darba procesa ietekmi uz cilvēka veselību, mazinātu pārslodzi, mazinātu iespējamās traumas, kuras var rasties noguruma iespaidā, ir pareizi ievērot darba un atpūtas režīmu.

Darba laiks un atpūtas laiks ir noteikts ar "**Darba likumu**", kurš stājas spēkā, daļā.

Normāls darba laiks (..... pants)

1. Darbinieka **normālais dienas darba** laiks nedrīkst pārsniegt stundas , bet nedēļas darba laiks - stundas.
2. Ja dienas darba laiks kādā no nedēļas darba dienām ir īsāks par normālo dienas darba laiku, citā nedēļas darba dienā normālo dienas darba laiku var pagarināt, bet ne vairāk kā parstundu. Šādā gadījumā jāievēro noteikumi par nedēļas darba laika ilgumu.
3. Darbinieki, kuri pakļauti **īpašam riskam**, normālais darba laiks nedrīkst pārsniegt stundas dienā un stundas nedēļā, ja viņi šajā darbā nodarbināti ne mazāk kā

Darba laiks personām, kuras jaunākas par 18 gadiem (..... pants)

Pusaudžus nedrīkst nodarbināt ilgāk par stundām dienā un vairāk par stundām nedēļā;
Mācību gada laikā bērnus, kuri sasnieguši 13 gadus nedrīkst nodarbināt ilgāk parstundām dienā un vairāk par stundām nedēļā;
Laikā, kad mācību iestādē ir **brīvlaiks**, bērnus, kuri sasnieguši 13 gadus nedrīkst nodarbināt ilgāk parstundām dienā un vairāk par stundām nedēļā;

Virsstundu darbs (..... pants) (darbs, kuru darbinieks veic virs normālā darba laika).

Virsstundu darbs pieļaujams, ja darbinieks un darba devējs par to vienojušies
Tas nedrīkst pārsniegt stundas četru nedēļu periodā un stundas kalendārā gadā.
Izņēmuma gadījumos var nodarbināt darbiniekus virsstundu darbā bez rakstveida piekrišanas.
Virsstundu darbā aizliegts nodarbināt:

.....
.....
.....

Nakts darbs (..... pants) (par nakts darbu uzskata laiku no plkst.22.00 līdz 6.00, bērniem no plkst. 20.00 līdz 6.00)

Nakts darbiniekam normāls dienas darba laiks ir stundas (darba laiks netiek saīsināts, ja tas nepieciešams uzņēmuma darbības īpatnību dēļ).

Nakts darbiniekam ir tiesības veikt veselības pārbaudes. (Izmaksas sedz darba devējs)

Darba devējam jāpārceļ nakts darbinieks piemērotā darbā, kas veicams dienas laikā ja

.....
.....

Nakts darbā aizliegts nodarbināt:

.....
.....
.....
.....

Maiņu darbs (..... pants)

Aizliegts nodarbināt darbinieku divās maiņās pēc kārtas. Ja noteiktajā laikā maiņā netiek nomainīta, darbiniekam, kurš nav nomainīts, ir pienākums turpināt darbu, ja darba pārtraukšana nav pieļaujama. Laiks kuru darbinieks nostrādājis virs maiņas beigām uzskatāms par virsstundu darbu.

Summētais darba laiks (..... pants)

Ja darba rakstura dēļ nav iespējams ievērot noteikto normālo dienas vai nedēļas darba laika ilgumu nosaka summēto darba laiku

Summētais darba laiks nedrīkst pārsniegt 56 stundas nedēļā un 160 stundas četru nedēļu periodā, ja koplīgumā nav noteikts citādi.

Diennakts atpūta (..... pants)

Diennakts atpūtas ilgums 24 stundu periodā nedrīkst būt īsāks par stundām pēc kārtas (ja nav noteikts summētais darba laiks).

Pārtraukumi darbā (..... pants)

Ikvienam darbiniekam ir tiesības uz pārtraukumu darbā, ja darba laiks ir ilgāks par sešām stundām.

Ikgadējais apmaksātais atvaļinājums (..... pants)

Ikvienam darbiniekam ir tiesības uz ikgadējo apmaksāto atvaļinājumu. Tas nedrīkst būt īsāks par četrām kalendāra nedēļām, neskaitot svētku dienas. Atvaļinājumu var piešķirt pa daļām, taču viena no daļām kārtējā gadā nedrīkst būt īsāka par divām kalendāra nedēļām. Atvaļinājumu nedrīkst kompensēt naudā, izņemot gadījumu, kad darba tiesiskās attiecības tiek izbeigtas.

	Atļautais darba laiks stundās			
	Dienā	Nedēļā	4 ned. periodā	Izņēmumi
Normālais darba laiks				
Virsstundu darbs				
Saīsinātais darba laiks				
Jauniešu darba laiks				
Bērnu darba laiks (brīvlaikā)				
Bērnu darba laiks (māc. laikā)				
Summētais darba laiks				

Uzdevums. Sastādīt darba grafiku maiņām, ja jānodrošina stundu nepārtraukta ražošana .

Jauniešu darbs

Ierobežojumus nodarbinot jauniešus nosaka **Darba likums**.

37.pants **Nodarbinātības aizliegumi un ierobežojumi.**

No cik gadiem var nodarbināt pastāvīgā darbā?

.....
.....

Kas ir bērns šī likuma izpratnē?

.....
.....

Kādos darbos izņēmuma gadījumā ar vecāku rakstveida piekrišanu no mācībām brīvajā laikā var nodarbināt bērnus vecumā no 13 gadiem?

.....
.....

Kādos darbos aizliegts nodarbināt pusaudžus (tas ir personas no 15 līdz 18 gadiem)?

.....
.....

Kāds pienākums darba devējam pirms līguma slēgšanas ir attiecībā pret bērna vai pusaudža vecākiem (aizbildni)?

.....
.....

Personas, kuras jaunākas par 18 gadiem, pieņem darbā tikai pēc iepriekšējas medicīniskās apskates. Pēc cik ilga laika jāveic nākošā apskate?

.....
.....

53. pants. **Izpildījuma vieta**

Vai atļauts būt komandējumā personas, kuras ir jaunākas par 18 gadiem?

.....
.....

63. pants. **Darba samaksa personām, kuras ir jaunākas par 18 gadiem**

.....
.....

132. pants.

142. pants. **Diennakts atpūta**

.....

143. pants. **Nedēļas atpūta..**

.....

150. pants. **Ikgadējā apmaksātā atvaļinājuma piešķiršanas kārtība**

.....
.....

LR MK ir apstiprinājis sekojošus sarakstus:

1. "Par darbiem, kuros aizliegts nodarbināt skolu audzēkņus vecumā līdz 15 gadiem".
2. "Par smagiem darbiem un kaitīgos apstākļos veicamajiem darbiem, kuros aizliegts nodarbināt sievietes un personas, kas jaunākas par 18 gadiem"

Strādājošā īpatnības

Veselības un darbaspēju saglabāšanā ļoti liela nozīme ir katra cilvēka individuālajām īpašībām. Viņa fiziskajai un psiholoģiskai piemērotībai attiecīgajam darbam, viņa attieksmei pret savu veselību, pret darba kolēģiem, pret veicamo darbu.

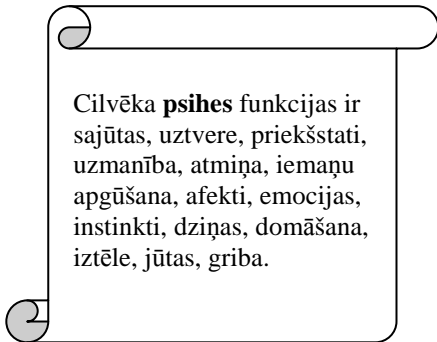
Šīs īpašības varam nosacīti sadalīt 3 grupās:

- ✓
- ✓
- ✓

Psiholoģiskās īpatnības

Cilvēka uzvedību, izturēšanos un rīcību nosaka katra indivīda psiholoģiskās īpatnības. Būtiskākās – raksturs, temperaments, uztvere, spējas.

19. gs. beigās un 20. gs. sākumā radās jauna psiholoģijas nozare – **darba psiholoģija**. Tā pēta darba zinātnisko organizāciju, profesionālās orientācijas un profesionālās atlases problēmas.



Cilvēka **psihēs** funkcijas ir sajūtas, uztvere, priekšstati, uzmanība, atmiņa, iemaņu apgūšana, afekti, emocijas, instinkti, dziņas, domāšana, iztēle, jūtas, griba.

Ir radies termins – psihotehnika – pēta cilvēka psihes norises darba procesā (pielāgošanos mašīnām, darba apstākļiem, pēta noguruma pakāpi). Viens no tās uzdevumiem ir cīņa pret traumatismu.

Apskatot darbu no psihosociālā viedokļa arvien lielāku vērību velta stresam un izsīkšanas sindromam. Angļu psihologs M.Argails stresam visvairāk pakļautās profesijas sagrupējis šādi:

.....
.....

Stress ir atkarīgs no darba apstākļiem un strādājošo attieksmes pret tiem.

Stresa situācijas darbā pastiprina:

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Ir ļoti būtiski apzināties savu psiholoģisko piemērotību darbam.

Taču ne jau vienmēr cilvēki ir gatavi un sper tos soļus, kas viņiem ļautu meklēt un atrast sev piemērotu, psiholoģiski vismazāk traumējošo darbu un sadzīves vidi. Cilvēki pierod, samierinās, cer, aizstāvas, uzbrūk jeb, vārdus sakot, izmanto visdažādāko līdzekļu arsenālu (protams, kāds nu kuram ir), lai ieņemtu savu vietu "zem saules".

Tiem, kurus skar vai apņēma, mazinās darbaspējas, zūd humora izjūta, paaugstinās agresivitāte vai asarainība. Citi metas pārdalīt vietas, citi meklē palīdzību.

Ikvienam cilvēkam būtu jāprot orientēties savās psiholoģiski stiprajās un vājajās pusēs un veikt to korekciju, sākot pašaudzināšanu, meklējot ceļu uz saskarsmi ar sevi saviem līdzcilvēkiem un reālo dzīvi.....

Fizioloģiskās īpatnības

Ir atsevišķa fizioloģijas nozare – darba fizioloģija, kas pēta cilvēka organisma fizioloģiskās funkcijas, to izmaiņas darba procesā un izstrādā pasākumus, kas vērsti uz darbaspēju paaugstināšanu, kopējā dzīvības tonusa celšanu un veselības saglabāšanu.

Orgānu sistēmas, kuras ļoti ietekmē cilvēka spēju veikt darbu:

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Fizioloģija – zinātne, kas pēta dzīvības procesu norisi un likumsakarības organismā, tā orgānu sistēmās, orgānos, audos un šūnās

Piemērotībai attiecīgam darba veikšanai būtiska nozīme ir

Vecums -

.....

.....

Dzimums -

.....

.....

Fiziskā sagatavotība -

.....

.....

Redze -

.....

Jautājumi.

1. Kādas profesijas piemērotas katram temperamenta tipam?
2. Vai temperamenta tips var veicināt nelaimes gadījumus?
3. Minēt noteikumus, kas pieņemti balstoties uz darba psiholoģijas un darba fizioloģijas atziņām?
4. Kā nosaka cilvēku psiholoģisko un fizioloģisko piemērotību darbam?
5. Kurām profesijām ir ļoti būtiska fizioloģiskā un psiholoģiskā atbilstība

Mainīgie jeb subjektīvie faktori

Ir faktori, kas cilvēkā ļoti strauji var mainīties, un tajā pašā laikā būtiski ietekmēt darba drošību un veselības saglabāšanu:

Faktori	Kādā veidā ietekmē darba drošību un veselības saglabāšanu	Kas ietekmē šos faktoros
Nogurums
Veselība
Garastāvoklis
Reakcija
Pieredze
Iemaņas
Motoriskas kustības
Izglītība

Reakcija

Situācija, uz kuru ātri jāreaģē var būt:

- ✓ vienkārša vai sarežģīta;
- ✓ pirmreizēja vai atkārtota.

Reakcijas laiku ietekmē:

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Lai uzlabotu reakcijas laiku

.....

Personiskā higiēna

Personiskā higiēna ir noteikumu kopa, kas nosaka ikviena cilvēka izturēšanos darbā, mājās, sabiedriskās vietās. Tā veicina veselības saglabāšanu un nostiprināšanu, palielina mūža ilgumu. Savukārt tās neievērošana var būt par iemeslu dažādām saslimšanām.

Personiskā higiēna sevī ietver:

- ✓ Ādas un matu kopšanu

- ✓ Mutes dobuma kopšanu

- ✓ Norūdišanos

- ✓ Racionāls un regulārs darba režīms

- ✓ Regulārs ēšanas režīms

- ✓ Pilnvērtīga atpūta

Jautājumi.

1. Kādām profesijām ir ļoti būtisks mainīgo faktoru stāvoklis?
2. Kādi pasākumi veicami, lai uzlabotu reakciju – pareizu un ātru rīcību notiekošā situācijā?
3. Kā alkohols ietekmē mainīgos faktorus?
4. Kāds nakts darba režīms ir kaitīgāks strādājošā veselībai?
5. Kādi ir darba devēja pienākumi, lai darbinieki varētu īstenot personiskās higiēnas noteikumus?

Individuālie aizsardzības līdzekļi

Tos lieto, lai samazinātu vai pilnībā novērstu vides kaitīgo faktoru ietekmi uz cilvēka organismu, samazinot saslimšanas, saindēšanos, kā arī mazinātu traumatismu.

Speciāls darba apģērbs – pasargā cilvēku no ķīmiskām vielām, augstas vai zemas temperatūras, elektriskās strāvas, dažādiem starojumiem utm. Tas nedrīkst traucēt kustības un tam jānodrošina ķermeņa termoregulāciju. (kombinizoni, aizsargvestes, priekšauti, gumijotie tērpi, termoaizsargājošie, starojumu aizturošie u.c.).

Sanitārais apģērbs – jālieto atsevišķām darbinieku grupām, lai aizsargātu viņu klientus.

Apavi – aizsargā kājas no vides ietekmes un traumām. (kurpes un zābaki ar mitrumaizsardzību, siltuma oderi, purngala pastiprinājumu, metāla zoli, antistatisku zoli, siltumizturīgu izolāciju u.c.)

Cimdi – parasti pirkstaiņi un dūraiņi, siltinātie, gumijas un gumijotie, metāla tīkliņu, satvērienu nodrošinošie, stiklinieku darbiem, elektroizolējošie, termoizturīgie, starojumu aizturošie u.c.)

Drošības ķiveres – pasargā galvu no mehāniskām traumām.

Drošības jostas – pasargā cilvēkus no krišanas no augstuma vai izsviešanas no darba vietas.

Ceļu aizsargi – pasargā ceļus no nospiešanas un apaukstēšanas.

Aizsargbrilles – pasargā acis no fizikālām (mehāniskām), un ķīmiskām, daļēji no termiskām traumām, kā arī no spilgtas gaismas un starojumiem. Nedrīkst sašaurināt redzes lauku un traucēt darbā. (atklāta tipa ar un bez sānu aizsargiem, slēgtas (sejai pieguļošas), ar dažādu krāsu gaismas filtriem, ar atklāto vai nosepto ventilāciju).

Aizsargmaskas – pasargā acis un seju. (Metāla tīkliņi, aizsargekrāni- caurspīdīgie, tonētie, starojuma necaurlaidīgie.)

Putekļu maskas – pasargā elpošanas ceļus no putekļiem (vates-marles, auduma apsēju, speciāla filtrējoša materiāla maskas utml.)

Respiratori – pasargā no putekļiem dūmiem, gāzēm, miglas (aerosolu) veida piesārņojuma. Ir puteklū, pretgāzu, un universālie respiratori. (Ar vates, filca, kartona, u.c. filtriem).

Gāzmaskas – paredzētas elpošanas orgānu, sejas un acu pasargāšanai no dažādu indīgu ķīmisku vielu iedarbības. Filtrējošās gāzmaskās saindētais gaiss tiek attīrīts filtros, kuru materiāls atkarīgs no attīrāmās ķīmiskās vielas.

Izolējošās gāzmaskas – elpošanas orgāni pilnībā tik izolēti no apkārtējās vides gaisa. Elpošanai izmanto skābekli, kas atrodas pašā gāzmaskā. Lieto vidēs, kurās ir ļoti maz skābekļa (O_2 gaisā < 16 %). Tās drīkst lietot tikai pēc speciālas instrukcijas apgūšanas un trenēšanās.

Prettrokšņu līdzekļi – pasargā dzirdes orgānus. (Īpaši vates, marles u.c. materiālu ielikņi ausīs, austiņas spilventiņi, kas nosedz auss gliemežnīcu, filtrējošās, kas nelaiž cauri noteiktas frekvences trokšņus, bet nepasliktina vajadzīgo skaņu dzirdamību)

Ādas aizsargziedes – pasargā ādu no ķīmisku vielu (naftas produktu, skābes, sārmu, laku u.c.) iedarbības. Atvieglo ādas kopšanu.

Cilvēkiem, kas lieto individuālos aizsardzības līdzekļus, jāzina to lietošanas, kopšanas un glabāšanas noteikumi. Tie laikus jālabo un jātīra. Svarīgi ievērot kalpošanas laikus.

Darba devējs bez maksas nodrošina darbiniekus ar aizsardzības līdzekļiem, veic pasākumus to uzturēšanai darba kārtībā.

Detalizētāka IAL lietošanas un uzskaitījums MK noteikumos Nr.

Ražošanas sanitārija

Sanitārijas uzdevums ir īstenojot higiēnas prasības (normatīvus, sanitāros noteikumus, ieteikumus) uzlabot cilvēku veselības stāvokli, novērst slimības, radīt veselīgu dzīves un darba apstākļus. Ražošanas sanitārija ir viena no sanitārijas sastāvdaļām.

Ražošanas sanitārijas galvenais uzdevums ir veselībai nekaitīgu darba apstākļu nodrošināšana, lai mazinātu saslimšanas darba vietā, tai skaitā ar **arodslimībām**.

Arodslimības ir strādnieku veselības stāvokļa pasliktināšanās (saslimšana), kas notikusi kaitīgiem ražošanas faktoriem pakāpeniski iedarbojoties uz cilvēku organismu.

Lai mazinātu iespēju saslimt ar arodslimībām:

- ✓ Jānodrošina nekaitīga darba vide un darba procesu strādājot ar labām iekārtām.
- ✓ Jāsamazina kaitīgo vielu klātbūtne darba vidē lietojot kolektīvos aizsardzības līdzekļus (ventilāciju, filtri, dažādi slāpētāji u.t.t..)
- ✓ Lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus.
- ✓ Veicot darbinieku apmācību un instrukcijas.

Populārākie kaitīgie faktori:

– Putekļi	_____	_____
	(profesija, kurā iespējams šis faktors)	(minēt. aizsardz. līdzekļus)
– Kaitīgas gāzes	_____	_____
– Paaugstināts mitrums	_____	_____
– Augsta vides temperatūra	_____	_____
– Zema vides temperatūra	_____	_____
– Indīgas vielas un to tvaiku	_____	_____
– Troksnis	_____	_____
– Vibrācija	_____	_____
– Slikts apgaismojums	_____	_____
– Caurvējš	_____	_____
– Bioloģiski bīstama vide	_____	_____
– Starojums	_____	_____
– Fiziska pārslodze	_____	_____
– Statiska slodze	_____	_____
– Garīga pārslodze	_____	_____

Arodslimības veidošanās ir atkarīga no:

- Kaitīgā faktora koncentrācijas darba vidē;
- Iedarbības (eksponēcijas) ilguma;
- Personu individuālajām īpašībām;
- Vairāku kaitīgo faktoru vienlaicīgas iedarbība.

Ir izstrādātas normas, kas nosaka kādām prasībām jāatbilst videi un darba procesam. Ja tiek pārsniegtas pieļaujamās normas, un kaitīgos faktorus nevar novērst ar kolektīviem aizsardzības līdzekļiem, jālieto individuālie aizsardzības līdzekļi.

Jautājumi.

1. Kādi ir Jūsu profesijā iespējamie kaitīgie faktori?
2. Nosaukt profesijā iespējamās arodslimības.
3. Nosaukt citās profesijās iespējamās arodslimības.
4. Kā mazināt, novērst augstāk minētos ražošanas kaitīgos faktorus?

Saindēšanās

Indes – vielas, kas jau mazās devās nāvējoši iedarbojas un dzīvu organismu

Kairinošas vielas – vielas, kas spēj izraisīt iekaisumu audos.

Smacējošas vielas – kas spēj pārtraukt vai apgrūtināt skābekļa piegādi šūnām.

Toksiskās vielas – vielas, kas iedarbojas uz noteiktām organisma sistēmām vai orgāniem

Kancerogēni – vielas, kas var veicināt vēža veidošanos

Kodīgas vielas – savienojumi, kas saskaroties izraisa audu ķīmisku bojājumu.

Indīgās vielas organismā var nokļūt:

1. Caur gremošanas traktu – ieēdot;
2. Caur elpošanas ceļiem – ieelpojot;
3. Caur brūcēm – tieši asinsrites sistēmā;
4. Caur ne bojātu ādu.

Akūtā saindēšanās - ja salīdzinoši liels indes daudzums īsā laikā nonāk organismā

Tipiskās pazīmes – slikta dūša, vemšana, galvassāpes, caureja.

Pirmā palīdzība – kuņģa skalošana, aktīvās ogles lietošana, mākslīgā elpināšana.

Hroniskā saindēšanās – ja indīgās vielas nelielās devās ilgstoši iedarbojas uz organismu

Tai nav tipisku saindēšanās pazīmes, tā izsauc saslimšanu vai slimību saasināšanos

Tā ir grūti ārstējama.

Tipiskākās vielas ar kurām saindējas:

- ožamais spirts, K, Na sārmī
- etiķskābe
- sālsskābe, sērskābe
- acetons (ieelpojot, iedzerot)
- lakām, krāsām
- svina savienojumi (kausējot svinu)etilēto benzīnu (etils uzsūcas caur ādu)
- tosolu
- dzīvsudrabu
- epoksīda sveķiem
- etilspirtu
- metilspirtu
- tvana gāzi
- motora izplūdes gāzēm
- cinka savienojumiem (glabājot pārtiku cinkotos traukos)
- augu aizsardzības līdzekļiem
- antiseptiķiem
- medikamentiem
- bojātu pārtiku
-

Galvenie saindēšanās iemesli:

1.
2.
3.
4.

Normatīvie akti – skat „Darba higiēna” 58 lpp.

Pareiza rīcība ar kaitīgām (indīgām) vielām

1. Pareiza kaitīgo vielu glabāšana:

- a) neglabāt kaitīgās vielas kopā ar pārtikas produktiem
- b) sevišķi kaitīgas vielas glabāt speciāli iekārtotās noslēdzamās vietās;
- c) neglabāt kaitīgās vielas pārtikas produktu iepakojumā, traukos;
- d) ja vielas netiek glabātas oriģinālos iepakojumos, tad uz iepakojuma obligāti jānorāda, kas tā par vielu, un ka tā ir indīga.

2. Strādājot ar kaitīgām vielām:

- a) pirms sākt darbu rūpīgi jāizlasa instrukcija;
- b) atbilstoši vielas kaitīgumam, jālieto individuālie aizsardzības līdzekļi;
- c) strādājot ar izgarojošām, putošām vielām telpām jābūt labi vēdināmām;
- d) strādājot ar putošām vielām jāapgērbj cieši nosedzošs apģērbs, apkaklei un piedurknēm jābūt aizpogātām. Jāstāv tā, lai vējš pūstu no muguras.




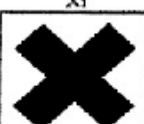

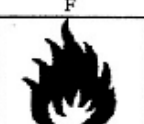

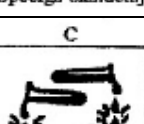

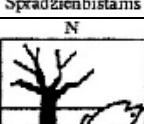
3. Jāievēro personiskās higiēnas noteikumi:

- a) darbu beidzot jāpārgērbjas un rūpīgi jānomazgājas;
- b) pirms ēšanas iespējams jāpārgērbjas (atkarībā no lietotās vielas);
- c) pirms ēšanas noteikti jānomazgā rokas un seja;
- d) neēst un neglabāt pārtikas produktus telpā (vai tuvu vietai) kur tiek strādāts ar kaitīgām vielām;
- e) drēbes, kurās strādā jāglabā un jāmazgā atsevišķi no pārējām drēbēm.

4. Iepakojuma un kaitīgo vielu likvidācija.

- a) neizmanto kaitīgo vielu iepakojumus nekaitīgu vielu glabāšanai (īpaši pārtikas produktu iepakojšanai).
- b) indīgas un kaitīgās vielas likvidēt instrukcijā un likumdošanā paredzētā veidā;
- c)

Ķīmisko vielu bīstamības simboli un apzīmējumi

SIMBOLS	BURTS		
<p style="text-align: center;">T+</p>  <p style="text-align: center;">Ļoti toksisks</p>	+T	ĻOTI TOKSISKS	
<p style="text-align: center;">T</p>  <p style="text-align: center;">Toksisks</p>	T	TOKSISKS	
<p style="text-align: center;">Xn</p>  <p style="text-align: center;">Kaitīgs</p>	Xn	KAITĪGS	
<p style="text-align: center;">Xi</p>  <p style="text-align: center;">Kairinošs</p>	Xi	KAIRINOŠS	
<p style="text-align: center;">F+</p>  <p style="text-align: center;">Īpaši viegli uzliesmojošs</p>	F+	ĀRKĀRTĪGI UZLIESMOJOŠS	
<p style="text-align: center;">F</p>  <p style="text-align: center;">Viegli uzliesmojošs</p>	F	VIEGLI UZLIESMOJOŠS	
<p style="text-align: center;">O</p>  <p style="text-align: center;">Spēcīgs oksidētājs</p>	O	OKSIDATĪVS	
<p style="text-align: center;">C</p>  <p style="text-align: center;">Kodīgs</p>	C	KODĪGS	
<p style="text-align: center;">E</p>  <p style="text-align: center;">Sprādzienbīstams</p>	E	EKSPLOZĪVS (SPRĀDZIEN- BĪSTAMS)	
<p style="text-align: center;">N</p>  <p style="text-align: center;">Bīstams videi</p>	N	BĪSTAMS VIDEI	

Darba drošības un veselības aizsardzības normatīvo aktu sistēma

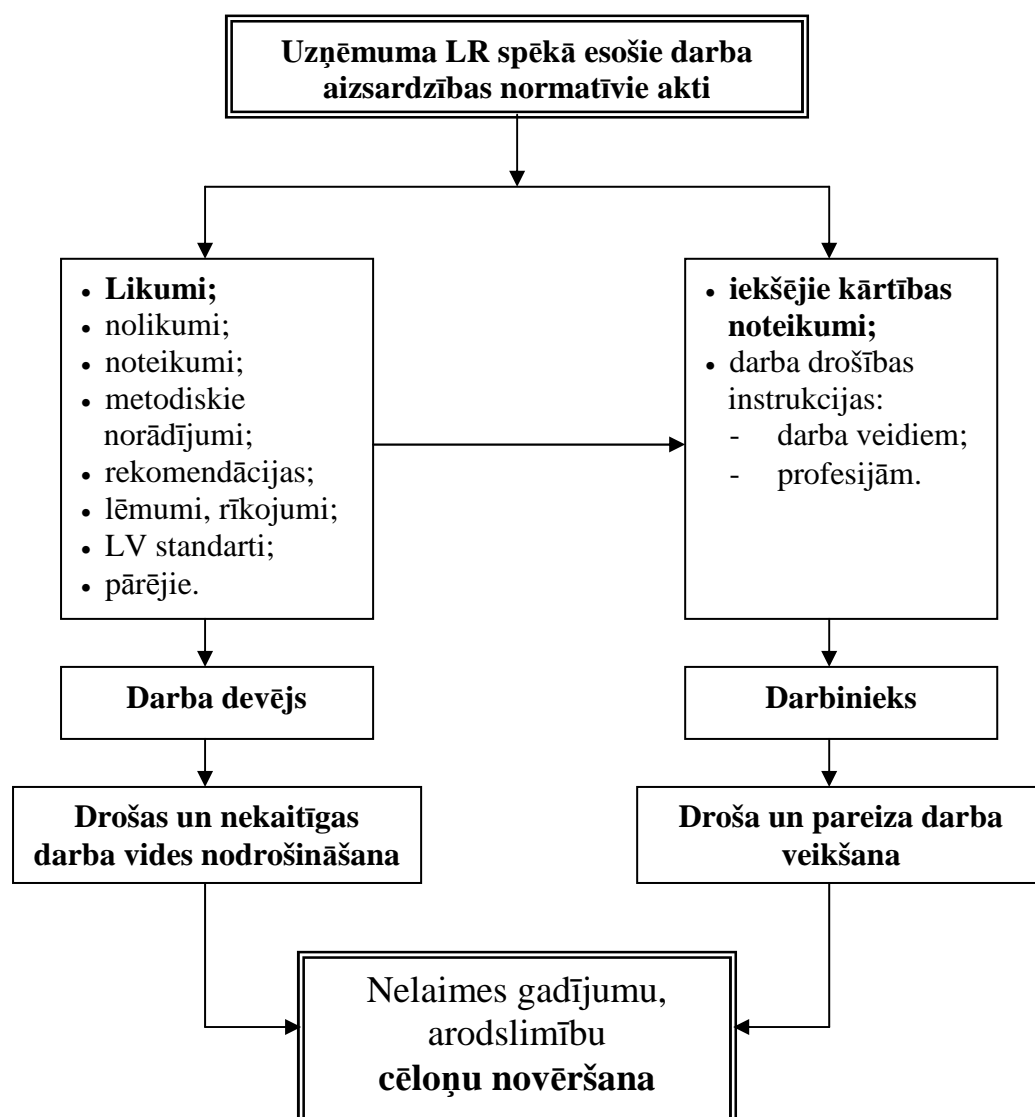
Darba tiesiskās attiecības regulē Latvijas Republikas Satversme, Latvijai saistošās starptautisko tiesību normas, darba likums darba aizsardzības likums un citi normatīvie akti, kā arī darba koplīgums un iekšējie darba kārtības noteikumi.

Likumi un normatīvie akti regulē darba tiesiskās attiecības starp darba devēju un darbiniekiem, ja darba attiecības dibinātas uz darba līguma pamata.

Likumu un normatīvo aktu mērķis un galvenie uzdevumi:

1.
2.
3.

Balstoties uz valstiski pieņemtajiem likumiem un normatīvajiem aktiem katrā uzņēmumā tiek veidota sava darba aizsardzības organizācijas struktūra un izstrādāti iekšējie noteikumi un instrukcijas.



Galvenie dokumenti uz ko balstās daba aizsardzības organizācija

Nosaukums	Nr.	pieņemšanas datums	Institūc., kura pieņēmusi	Kam tas ir saistoši
Likumi				
Darba likums				
Darba aizsardzības likums				
Valsts darba inspekcijas likums				
Par obligāto sociālo apdrošināšanu pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām				
Ugunsdrošības likums				
Būvniecības likums				
Noteikumi				
Valsts darba inspekcijas nolikums				
Nelaimes gadījumu darbā izmeklēšanas un uzskaites kārtība				
Obligātās sociālās apdrošināšanas pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām apdrošināšanas atlīdzības piešķiršanas un aprēķināšanas kārtība				
Noteikumi par darba drošības un veselības aizsardzības prasībām pārvietojot smagumus				
Noteikumi par individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu darbā				
Darbā nodarīto kaitējumu atlīdzības aprēķināšanas, finansēšanas un izmaksas kārtība				
Prasības drošības zīmju lietošanai darba vietās				
Darba drošības instrukcijas, instrukciju izstrāde				
Aprīkojuma lietošanas min. darba droš. prasības				
Bīstamo iekārtu noteikumi				
Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība				
Darba koplīgumi				
Darba vietas, drošības un veselības prasības nodarbinātiem				
Individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana darbā				
Obligātā sociālā apdrošināšana pret n/g darbā				
Kaitējuma darbā atlīdzināšana				
Arodslimību saraksts				
Atlīdzība piešķiršana, aprēķināšana par N/g darbā				
Iekārtu elektrodrošība				

Izvēlēties vēl citus arodam nozīmīgus normatīvos aktus no izlases saraksta vai (http://www.vdi.lv/Sadaljas/Norm_akti/Norm_akti.htm)

.....
Jautājumi.

1. Kāda ir likumu un normatīvo aktu nozīme?
2. Kāpēc valsts izdod līdzekļus darba aizsardzības jomā?
3. Kas izstrādā instrukcijas darba vietā?

Sociālā apdrošināšana

Likums

Katram ir tiesības uz sociālo apdrošināšanu.

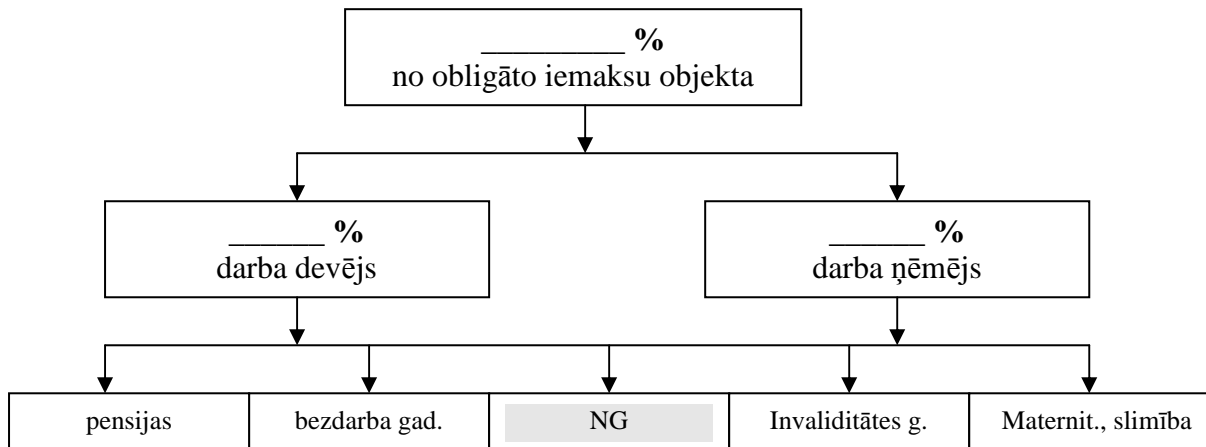
Personai, kura ir apdrošinājusies sociālās apdrošināšanas institūcijās, ir tiesības uz:

1. pasākumiem, kas nepieciešami veselības un darbaspēju aizsardzībai, saglabāšanai, uzlabošanai un atjaunošanai;
2. materiālu nodrošinājumu slimības, grūtniecības un dzemdību, invaliditātes un vecuma, kā arī bezdarba gadījumā. Šādas personas nāves gadījumā tiesības uz materiālu nodrošinājumu ir tās apgādībā bijušajiem ģimenes locekļiem.

Sociālās apdrošināšanas veidi:

1. valsts pensiju apdrošināšana;
2. sociālā apdrošināšana bezdarba gadījumā;
3. sociālā apdrošināšana pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām;
4. invaliditātes apdrošināšana;
5. maternitātes un slimību apdrošināšana.

Nejauciet **brīvprātīgo** veselības, dzīvības un mantas apdrošināšanu ar **sociālajiem apdrošināšanas** veidiem.



Sociālās apdrošināšanas likmes (% no iemaksu objekta) var mainīties pa gadiem, to nosaka

.....
Sociālās apdrošināšanas iemaksu likmes tiek aprēķinātas no visiem algotā darbā gūtiem ienākumiem.

Par katru apdrošināšanas veidu ir pieņemts atsevišķs likums.

Sociālā apdrošināšana pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām

Likums

Sociālai apdrošināšanai pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām ir obligāti pakļauti visi darba ņēmēji.

Persona ir sociāli apdrošināta no dienas, kad tai ir obligātās apdrošināto status (neatkarīgi no iemaksas).

Apdrošināšanas atlīdzība:

1. Apdrošinātai personai paredzētas šādas naudas izmaksas:
 - a) slimību pabalsti;
 - b) atlīdzība par darbaspēju zaudējumu;
 - c) vienreizējs pabalsts, ja noteikts nepārejošu darbaspēju zaudējums 10 līdz 24 % robežās;
 - d) papildu izdevumu kompensācija (ārstēšanās un ārstniecības līdzekļu iegāde, profesionālā rehabilitācija, tehnisko palīg līdzekļu iegāde un remonts, aprūpe ja cietušais nevar sevi apkopt, pārkvalifikācija).
2. Apdrošinātai personai paredzēti šādi pakalpojumi:
 - a) ārstēšana, aprūpe un medicīniskā rehabilitācija;
 - b) pārkvalifikācija
 - c) profesionālā rehabilitācija;
3. Trešai personai paredzētas šādas naudas izmaksas:
 - a) atlīdzība par apgādnieka zaudējumu viņa apgādība bijušiem ģimenes locekļiem;
 - b) apdrošinātās personas apbedīšanas pabalsts;

Ja darba devējs nav veicis sociālās iemaksas, tad izmaksu veic SAA un piedzen to no darba devēja.

Noteikumi Nr. *Obligātās sociālās apdrošināšanas pret nelaimes gadījumiem un arodslimībām padrošināšanas atlīdzības piešķiršanas un aprēķināšanas kārtība 1999.02.16.*

Aģentūra jautājumi par sociālās apdrošināšanas atlīdzības piešķiršanu izskata pamatojoties uz:

1. apdrošinātās personas vai trešās personas rakstisku iesniegumu;
2. aktu par nelaimes gadījumu;
3. ārstu komisijas atzinumu par konstatēto arodslimību;
4. darbnespējas lapu B kopā ar darba devēja apstiprinājumu par neierašanos darbā;
5. citus dokumentus atbilstoši saņemamās atlīdzības veidam (kvītis par izdevumiem, izraksti no medicīniskās kartes u.t.t.).

Valsts darba inspekcija

Darba inspekcijas uzdevums ir veikt pasākumus, lai nodrošinātu efektīvu valsts politikas īstenošanu darba tiesisko attiecību, darba aizsardzības un bīstamo iekārtu tehniskās uzraudzības jomā.

Tās darbība pamatojas uz:

1. Likums "Par Valsts darba inspekciju";
2. Valsts darba inspekcijas nolikums.

Galvenās darba inspekcija funkcijas:

1.
.....
2.
3.
4.

Valsts darba inspekcijas amatpersonās ir tiesības:

1. bez iepriekšējs pieteikšanās un atļaujas jebkurā laikā, uzrādot dienesta apliecību, veikt kontroli uzraudzībā esošajos uzņēmumos (apsekot darba vietas darba apstākļus, iztaujāt darbiniekus un amatpersonas, pārbaudīt dokumentus, kas attiecas uz darbiniekiem, mērīt vides parametrus, utt.), arī darba devējam klāt neesot;
2. uzaicināt uzņēmuma vadītājus, darba devējus, amatpersonas, darbiniekus uz Valsts darba inspekciju, lai viņi sniegtu paskaidrojumus;
3. izteikt brīdinājumus, dot rīkojumus darba devējiem, amatpersonām un darbiniekiem par inspekcijai piekritīgos jautājumos;
4. uzlikt administratīvos sodus darba devējiem, bīstamo iekārtu vadītājiem, amatpersonām;
5. apturēt uzņēmuma darbību likumdošanā paredzētajā kārtībā.

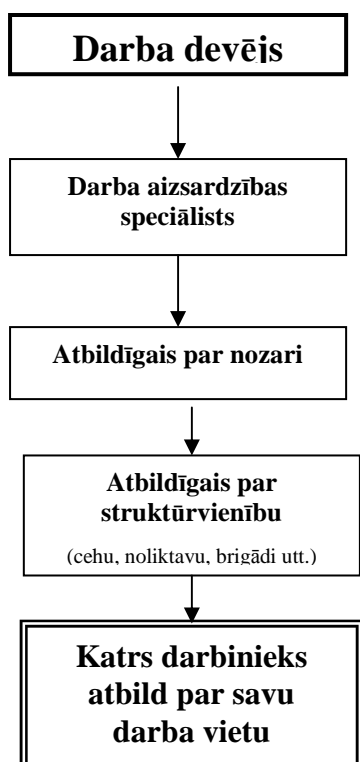
Valsts darba inspektora brīdinājumus, rīkojumus un lēmumus var pārsūdzēt:

1. Valsts darba inspekcijas direktoram 2 nedēļu laikā.
2. Inspekcijas direktora lēmumus var pārsūdzēt tiesā divu mēnešu laikā.

Darba aizsardzības organizācija uzņēmumā

1. **Darba devēja pienākums ir organizēt darba aizsardzības sistēmu, kurā ietilpst:**
 - 1.1. darba vides riska novērtēšana;
 - 1.2. darba vides iekšējā uzraudzība;
 - 1.3. darba aizsardzības organizatoriskās struktūras izveidošana;
 - 1.4. konsultēšanās ar darbiniekiem, lai iesaistītu viņus darba aizsardzības uzlabošanā.
2. **Darba devēja pienākums ir nodrošināt darba aizsardzības sistēmas darbību uzņēmumā;**
3. Ar darba aizsardzību saistītos izdevumus sedz darba devējs (daļēji arī no darba negadījumu speciālā budžeta).

Organizatoriskā struktūra



Darba devējs:

1. **pats var veikt** darba aizsardzības speciālista pienākumus – ja uzņēmumā ir ne vairāk kā 5 nodarbinātie un darba devējs ir apmācīts Ministru kabineta noteiktajā kārtībā;
2. **norīko darba aizsardzības speciālistu** – ja uzņēmumā ir 6... 49 nodarbinātie;
3. **norīko vairākus darba aizsardzības speciālistus** - ja uzņēmumā strādā 50 un vairāk nodarbinātie.

Darba devēja tiesības:

1. piemērot nodarbinātajiem disciplinārsodus par normatīvo aktu pārkāpumiem;
2. noteikt papildu apmācību pārkāpumu gadījumos;
3. izvēlēties uzņēmuma iespējām atbilstošu darba vides riska novērtēšanas metodi un standartus;
4. noteikt papildus garantijas un atvieglojumus nodarbinātajiem;
5. ierosināt noslēgt vienošanos ar nodarbinātajiem par darba aizsardzības pasākumiem nepieciešamajiem līdzekļiem;
6. apstrīdēt valsts darba inspekcijas lēmumus.

Lai veiksmīgi organizētu darbu darba devējs novērtē darba vides riska faktoros, nosaka kādi darba aizsardzības pasākumi jāveic un sastāda to realizēšanas grafiku.

Darba devēja pienākums ir informēt darbiniekus par darba vides riska faktoriem, plānotajiem un veiktajiem pasākumiem darba aizsardzības jomā.

Darba devējs risinot darba aizsardzības jautājumus uzņēmumā sadarbojas ar nodarbināto **uzticamības personu**.

Darba vides novērtēšana

Saskaņā ar "Darba aizsardzības " likuma 5. pantu darba devējam ir pienākums

.....
.....

Saskaņā ar "Darba aizsardzības " likuma 7. pantu 4 daļu MK ir izdevis noteikumus

.....
(Nr.) .

Tie nosaka kā veicama darba vides iekšējās uzraudzība uzņēmumā. Tiek izdalīti posmi:

1.
2.
3.
4.

Darba vides iekšējo uzraudzību uzņēmumā veic

.....
.....

Notikumu ievērošanu kontrolē Valsts darba inspekcija.

Darba vides uzraudzības posmi

1. Darba vides iekšējās uzraudzības plānošana

.....
.....

2. Darba vides riska novērtēšana

.....
.....

3. Darba vides iekšējās uzraudzības īstenošana

.....
.....

4. Darba vides iekšējās uzraudzības pārbaude un pilnveidošana

.....
.....

Noteikumi paredz speciālu darba vides riska novērtēšanu darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā.

Darba devēja pienākums ir informēt:

.....
.....
.....

Novērtēšanu veic..... vienu reizi gadā vai biežāk likumā paredzētajos gadījumos.
Novērtējot darba vidi aizpilda speciāli izveidotu tabulu.