

Сельское хозяйство, лесоводство и рыбоводство



1. В помощь при создании благоприятной рабочей среды
2. Введение в рабочую среду
3. Анализ рисков рабочей среды
4. Временная нетрудоспособность
5. Опасность несчастного случая
6. Эргономичная рабочая среда
7. Шум
8. Социально-психологическая рабочая среда
9. Биологические факторы опасности и пыли
10. Химикаты
11. Вещества, раздражающие кожу
12. Общая вибрация
13. Локальная вибрация
14. Молодые работники, беременные и кормящие грудью работницы



1. В помощь при создании благоприятной рабочей среды

Руководством предоставлен обзор некоторых наиболее распространённых проблем рабочей среды и их решений в сельском хозяйстве, лесоводстве и рыбоводстве.

Руководство касается, к примеру, следующих рабочих заданий:

- работа в помещениях для содержания животных (хлев, конюшня)
- транспортировка материалов
- поднятие тяжестей
- работа с животными
- использование машин/станков, тракторов и ручных рабочих инструментов
- вырубка леса, обрезка и прореживание веток
- растениеводство (например, посадка саженцев в горшки)

Руководство предназначено для работодателя, специалиста по рабочей среде, уполномоченного по рабочей среде и других работников, которые занимаются рабочей средой или заинтересованы в её улучшении.

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Правило: работодатель должен обеспечить работнику в каждой связанной с работой ситуации безопасную рабочую среду и здоровые трудовые условия.

Правило: работник во время работы соблюдает данные работодателем инструкции по безопасности.

Что такое благоприятная рабочая среда?

В благоприятной рабочей среде обеспечена сохранность здоровья и трудоспособности работников, организации трудового развития и трудовой культуры в таком направлении, которое поддерживает безопасность труда и трудовое здравоохранение, совершенствует позитивную социально-психологическую рабочую среду и слаженную работу, создавая предпосылки для повышения производительности труда.

В зависимости от специальности, сферы деятельности и рабочего времени, благоприятная рабочая среда может иметь различные значения. К примеру, в благоприятной рабочей среде работника не беспокоят проблемы со спиной, шеей, плечевым поясом или запястьями, работники не находятся в стрессовом состоянии и т.д.

Проблемы в рабочей среде предприятия могут отличаться от описанных в руководстве. Естественно, следует обратить внимание на их особенности – как в повседневной работе, так и при проведении анализа рисков рабочей среды. В то же время, следует учитывать, что один недостаток рабочей среды может повлиять на другой. Неблагоприятная социально-психологическая рабочая среда либо нехватка времени могут, например, повысить риск возникновения проблем в костно-мышечной системе.



Асбест в рабочей среде

Во многих старых строениях находятся материалы с содержанием асбеста: например, кровельные или стеновые покрытия, уплотнители, изоляционные покрытия и т.п. Если в здании, которое предприятие использует для своей деятельности, обнаружены вредные материалы с содержанием т.н. «рыхлого» асбеста, которые могут выделять в воздух асбестовую пыль, работодатель должен незамедлительно принять меры во избежание соприкосновения работников с асбестовой пылью.

Более подробную информацию можно найти на портале www.tooelu.ee.

Правило: проинформируйте Трудовую инспекцию о том, что Вы осуществляете снос, реконструкцию, ремонт или обслуживание асбестосодержащих конструкций либо освобождаете от содержания асбеста строение, машину или оборудование.

Предупреждение: асбестовая пыль является канцерогенной! Избегайте образования асбестовой пыли!

Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда, предъявляемые к работе с асбестом».



2. Введение в рабочую среду

Закон о трудовом здравоохранении и безопасности труда (эст. TTOS)

В Эстонии сферу трудового здравоохранения и безопасности труда регулирует Закон о трудовом здравоохранении и безопасности труда, а также утверждённые на его основании постановления, в которых описаны предъявляемые к рабочей среде требования. В законе также приведены права и обязанности работодателя и работника, связанные с созданием безопасной для здоровья рабочей среды, а также организация трудового здравоохранения и безопасности труда как на уровне предприятия, так и на государственном уровне. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Первая помощь на предприятии

На каждом предприятии в случае необходимости должна быть обеспечена возможность оказания экстренной первой помощи. Для этого работодатель должен назначить на своём предприятии лиц, оказывающих первую помощь, и организовать для них обучение за счёт предприятия. Когда лица, оказывающие первую помощь, пройдут обучение, информацию о них следует разместить на видном месте, чтобы в случае необходимости можно было быстро их найти. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Контроль состояния здоровья

Контроль состояния здоровья необходим для работников, здоровье которых подвергается воздействию какого-либо фактора опасности рабочей среды. Целью контроля состояния здоровья является обнаружение и предупреждение о вредном воздействии опасного фактора рабочей среды на здоровье работника. Второй целью контроля состояния здоровья является проверка определённых профессий на предмет того, позволяет ли в принципе состояние здоровья работника выполнять данную работу или нет. Контроль состояния здоровья организует и оплачивает работодатель. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Предупреждение об опасности

Одной из возможностей предотвращения несчастных случаев и прочих рисков для здоровья на рабочем месте является использование предупреждающих об опасности знаков. Предупреждение об опасности используется в случае запрета, предупреждения или обязательного требования, для обозначения средств первой помощи и средств противопожарной защиты, их местонахождения, а также для обозначения препятствий, опасных мест и путей передвижения, резервуаров и труб. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Индивидуальные средства защиты

При выполнении работы может существовать риск для здоровья работника, который невозможно избежать при помощи организации труда или общих средств защиты. В этом случае работодатель должен обеспечить работников индивидуальными средствами защиты. При выборе индивидуальных средств защиты работодателю следует руководствоваться фактором опасности рабочей среды и индивидуальными особенностями работника. При необходимости выбор подходящего индивидуального средства защиты работодателю поможет осуществить специалист по трудовому здравоохранению. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Инструктаж и обучение

До того как работник приступит к работе, нужно провести инструктаж в области трудового здравоохранения и охраны труда по преодолению факторов опасности, связанных с профессией и рабочим местом. Цель инструктажа и обучения – ознакомить работника с безопасными для здоровья методами по предотвращению вредного воздействия факторов опасности рабочей среды. Полученные в ходе инструктажа знания работник может применить на практике в ходе обучения на рабочем месте. Только после прохождения инструктажа и обучения работник может приступить к работе. Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



3. Анализ рисков рабочей среды

Анализ рисков рабочей среды представляет собой совокупность действий, которые позволяют системно и эффективно заниматься рабочей средой предприятия. Анализ рисков используется как средство оценивания рисков рабочей среды, а также средство обнаружения и управления факторами опасности.

Анализ рисков следует начать с ознакомления с рабочей средой на всех рабочих местах предприятия, в том числе во всех подразделениях. Для ликвидации обнаруженных недостатков составляется программа деятельности, в которой определяются лица, ответственные за решение проблемы и временной график. Выполнение программы деятельности не может сопровождаться расходами со стороны работника.

К проведению анализа рисков следует привлекать и работников.

Анализ рисков оформляется письменно – на бумаге или в электронном виде – и должен быть доступен как работникам, так и руководству, а при необходимости также инспектору труда. О письменно оформленных результатах анализа рисков и о принимаемых мерах работники информируются через уполномоченных по рабочей среде, членов совета по рабочей среде и доверенных лиц работников. До начала проведения анализа рисков полезно рассмотреть статистику о нетрудоспособности предприятия и оценить наличие в рабочей среде факторов, которые могут обусловить заболевания. Если в рабочей среде обнаруживаются проблемы, которые могут вызвать заболевание, их нужно учесть при расстановке приоритетов и составлении программы деятельности.

Анализ рисков должен содержать следующие этапы:

1. Определение и картографирование рисков для здоровья

Анализ рисков начинается с картографирования рабочей среды, которое можно проводить посредством бесед с работниками либо использования опросных листов и анкет. Цель картографирования – выяснение возможных недостатков рабочей среды.

2. Выявление работников, подверженных опасности

Выявите, кто подвержен опасности и каким образом. Оцените риски для здоровья и безопасности работника, учитывая его возрастные и половые особенности, в том числе особые риски для беременных и кормящих грудью работниц, несовершеннолетних работников или работников с физическими и/или психическими недостатками. Оцените риски, связанные с рабочими местами, использованием средств труда и его организацией. При выявлении подверженных опасности не забудьте о посетителях предприятия, партнёрах по сотрудничеству и подрядчиках.

3. Описание и оценивание

Обнаруженные в рабочей среде недостатки следует описать и оценить риски в отношении лиц, находящихся в рабочей среде. При необходимости следует измерить параметры факторов опасности (www.tooelu.ee).



При описании проблемы обратите внимание на следующее:

1. можно ли избежать воздействия фактора опасности;
2. можно ли заменить опасный фактор безопасным или менее опасным фактором;
3. проведен ли инструктаж и обучение работников надлежащим образом;
4. можно ли приспособить подходящим для работника образом условия работы, рабочее место, средства труда или организацию труда;
5. можно ли общие меры и средства защиты предпочесть использованию индивидуальных средств защиты.

4. Программа деятельности и превентивная деятельность

Программа деятельности анализа рисков представляет собой продуманный план, содержащий временной график и описание, в котором по принципу приоритетности определяются действия и ответственные лица по устранению обнаруженных недостатков. Проблемы, которые невозможно решить сразу не должны остаться без рассмотрения. Программа деятельности должна быть реалистичной и учитывать фактические возможности предприятия.

Анализ рисков рабочей среды



Важно, основательно продумать программу деятельности – так Вы обеспечите по возможности реальное достижение Ваших целей и соблюдение сроков.

Планирование и реализация действий по снижению или избежанию рисков для здоровья на всех этапах работы предприятия, а также в целях развития физического, душевного и социального благополучия работников и представляет собой превентивную деятельность работодателя.

Руководство: “Налогообложение расходов, связанных с трудовым здравоохранением и безопасностью труда”.

5. Контроль выполнения программы деятельности

На последнем этапе анализа рисков разрабатывается система контроля программы деятельности, которой должно быть определено, когда и каким образом можно будет подтвердить, что применяемые меры принесли результаты. Также определяется частота пересмотров анализа рисков и программы деятельности.

Пересмотры анализа рисков и адаптация к изменённым условиям

Анализ рисков пересматривается, если изменилась организация труда, что, в свою очередь, влияет на рабочую среду. Также следует оценивать риски в отношении новых средств труда и технологий, появления новых данных о влиянии факторов опасности на здоровье работника, а также если по причине несчастного случая или опасной ситуации уровень риска изменился, по сравнению с первоначальным уровнем, либо если врач трудового здравоохранения в ходе проверки установил связанное с работой заболевание работника.

Консультации и добрые обычаи

При проведении анализа рисков можно также воспользоваться помощью лиц, оказывающих услуги трудового здравоохранения за пределами предприятия, если предприятие не может обеспечить необходимые знания собственными силами. Например, может потребоваться помощь при выборе метода картографирования, при оценивании рисков или при предложении по исправлению ситуации. Лица, оказывающие услуги трудового здравоохранения, зарегистрированы в Департаменте здравоохранения (Terviseamet).

Дополнительная информация об анализе рисков рабочей среды

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



Примеры добрых обычаев

Садоводческое предприятие по выращиванию органических томатов для продовольственных магазинов насчитывает 20 работников. Когда предприятие перевели на экологическое производство, было принято решение более основательно заняться также и благополучием работников. К примеру, на основании результатов анализа рисков была введена программа деятельности по развитию здоровья. Вдобавок к новым возможностям, предлагающим занятия спортом и массаж, садоводство заключило договор с одним местным предприятием питания, которое ежедневно привозит работникам на обед свежую и здоровую пищу. Благодаря программе по развитию здоровья и большему вниманию, которое теперь уделяется рабочей среде, текучка кадров за последние два года существенно снизилась.





4. Временная нетрудоспособность

Безопасная и благоприятная для здоровья физическая и социально-психологическая рабочая среда способствует сохранению здоровья работников. Поэтому в настоящем руководстве при решении описанных проблем следует рассмотреть и предотвращение заболеваний работников. При проведении анализа рисков предприятие должно обратить внимание также и на нетрудоспособность работников. Цель этого – оценить наличие факторов в рабочей среде, которые могут повлиять на заболевания работников. Настоящий подпункт описывает средство, которым можно воспользоваться при желании расширить работу по анализу рисков и более основательно подойти к снижению и предотвращению заболеваний на Вашем предприятии.

Нетрудоспособность на Вашем предприятии

Для того чтобы оценить основные причины временной нетрудоспособности на предприятии, следует исследовать статистику о нетрудоспособности.

При помощи неё можно будет выяснить число заболеваний в разрезе рабочих мест или отделов/подразделений предприятия. Полученные результаты помогут прийти к заключению, каким образом лучше всего предотвращать обуславливающие заболевание факторы.

Предприятие должно внедрить политику нетрудоспособности, которая будет способствовать созданию открытой и доверительной атмосферы в рабочей среде. Целью этого является обеспечение такого положения, когда и руководство, и работники знают об отношении предприятия к трудовому здравоохранению, развитию здоровья работников, предотвращению нетрудоспособности, а также о действиях в случае возникшей нетрудоспособности.

Действия по снижению заболеваемости

Меры по снижению временной нетрудоспособности будут приносить наибольшие результаты в том случае, если учитывать особенности рабочей среды предприятия и социально-психологические особенности рабочего пространства. Полезно будет скомбинировать общие меры с направленными на каждого конкретного работника решениями, например, согласование рабочих заданий и согласование условий труда с состоянием здоровья работника.

Сохранение рабочего места и возвращение на рабочее место

Для работника, у которого возникли проблемы со здоровьем, важно найти подходящее решение для продолжения работы. Для работодателя это может означать необходимость преобразования рабочего места, согласования рабочих заданий и консультирование с врачом трудового здравоохранения в целях нахождения возможностей для того, чтобы работник смог остаться на работе или вернуться на неё при особых условиях.

Важно, чтобы как руководители, так и коллеги отнеслись с пониманием к работникам, которые возвращаются на работу при особых условиях. Особыми условиями может быть возвращение на работу с неполным рабочим временем, со сниженной рабочей нагрузкой либо выполнение рабочих заданий, отличающихся от предыдущих.



Согласование рабочих заданий

Работодатель, работник и врач трудового здравоохранения должны сотрудничать по согласованию рабочих заданий работника в восстановительный период в соответствии с его состоянием здоровья и работоспособностью.

Примеры согласования рабочих заданий:

- работники, которые испытывают боли в тазобедренной области, коленях или спине, могут выполнять более лёгкие рабочие задания на приспособленном для их потребностей сидячем месте. Например, работу можно приспособить таким образом, чтобы обслуживающему клиентов работнику можно было менять сидячее и стоячее положение.
- согласование рабочего дня таким образом, что снизилась рабочая нагрузка. Например, можно предложить работнику возможность выполнять более простые рабочие задания, работать в более медленном темпе, раньше уходить с работы или делать больше перерывов на отдых, чтобы было возможно в сидячем положении подержать ноги поднятыми вверх либо полежать для расслабления спины.

Развитие рабочей среды способствует предотвращению травм и заболеваний работников

Заболевания работников и сопровождающую их нетрудоспособность помогут предотвратить также и действия предприятия по развитию здоровья. Оздоровительные действия (в т.ч. здоровый образ жизни) могут способствовать скорейшему возвращению выздоровевшего работника на своё рабочее место. Работодатель может при помощи простых средств создать среду, которая упрощает и способствует совершению здорового выбора. Например, можно организовать на рабочем месте проведение стимулирующей зарядки, предложить возможности занятий спортом и здоровое питание на предприятии. Важно, чтобы предлагаемые работникам возможности принимались с их стороны добровольно.

Руководство предприятия для достижения таких результатов на рабочем месте должно осознавать необходимость действий по развитию здоровья, обладать необходимыми навыками и знаниями. Это касается как развития общего благополучия, так и более конкретного диалога с находящимися на листе нетрудоспособности или возвратившимися после заболевания работниками.

В Эстонии множество предприятий приступили к развитию здоровья своего рабочего пространства и благополучия на рабочих местах таким образом, превышая обязательства, установленные правовыми актами в области трудового здравоохранения и безопасности труда. Такие предприятия объединились под т.н. девизом создания рабочих мест, способствующих развитию здоровья, и активно общаются между собой в сети, которую координирует Институт развития здоровья (Tervise Arengu Instituut – TAI).

Дополнительная информация о нетрудоспособности

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



5. Опасность несчастного случая

Происходящие в рабочей среде несчастные случаи могут повлечь за собой серьёзные последствия и долговременную нетрудоспособность. Опасность несчастного случая зависит от конкретной ситуации и не обязательно присутствует постоянно. Для предотвращения несчастных случаев следует продумать рабочие методы и технические решения.

Выявить возможные проблемы

Для оценивания риска несчастного случая на предприятии основательно продумайте следующие аспекты.

Ручные рабочие инструменты, машины/станки и оборудование

При работе с ручными инструментами и машинами/станками опасность несчастного случая может возникнуть, к примеру, при обслуживании и очистке работающих инструментов и машин, а также при неправильном использовании инструментов, например, электропил и ножниц для обрезки веток. Машины/станки всегда следует располагать на надёжной и ровной поверхности основания.

Опасность несчастного случая возникает также, когда автоматические системы, например, системы сбора навозной жижи не осматриваются или не обслуживаются.

Опасность упасть и поскользнуться

Связанные с падением и скольжением несчастные случаи могут произойти тогда, когда пол скользкий, грязный, пути передвижения не обслуживаются и не приводятся в порядок либо если, к примеру, работы выполняются на платформах, лестницах или на деревьях. Несчастные случаи могут произойти и тогда, когда пути передвижения имеют выбоины или неровности, если, например, хранилища для силоса не снабжены ограждениями безопасности или если осуществляется ремонт крыши.

Поднятие тяжестей

Опасность несчастного случая при поднятии тяжестей, например, при поднятии вручную животных или мешков с кормом может возникнуть тогда, когда отсутствуют подходящие для поднятия тяжестей подсобные средства или если они не используются по назначению.

Прочие опасности

В сельском хозяйстве возникают связанные с животноводством опасности – такие как, например, опасность укуса животным или получения удара от животного. Опасной является также работа с пистолетом для анестезии животных.

Дождливая погода обуславливает намокание материалов и поверхностей – не для всех методов работы и машин/станков это учитывается, поэтому опасность несчастного случая при такой погоде может быть выше обычной.

Также опасность несчастного случая повышает и нахождение на рабочем месте не прошедших обучение людей.

Решение проблем

Зачастую наилучшим образом предотвратить несчастный случай поможет комбинация нескольких решений. Хорошей отправной точкой превентивной деятельности будет основательно продуманная политика и культура безопасности труда, включающие в себя систематическую работу в целях повышения безопасности труда на предприятии.



Руководство должно обеспечить, чтобы все работники были в курсе стратегии и целей предприятия и следовали им в своей повседневной работе.

Для создания безопасной рабочей среды в сфере сельского хозяйства, лесоводства и рыболовства следует уделить особое внимание следующим аспектам.

Планирование работы

Организируйте работу так, чтобы опасных ситуаций не возникало. Избегайте излишней спешки при выполнении работы. Анализ рисков чётко указывает, какие меры необходимо принять, – например, обеспечить наличие средств защиты. Для защиты работников, работающих в одиночку, следует утвердить порядок регистрации начала и окончания работы и совершения контрольных звонков по телефону.

Руководства по эксплуатации и основательный инструктаж

Мотивируйте работников к безопасному поведению на рабочем месте. Установите безопасность в качестве позитивной цели, занимающей важное место в повседневной трудовой жизни, и основательно проинструктируйте работников в отношении той работы, которую они будут выполнять. Обеспечьте правильную эксплуатацию технических вспомогательных средств – например, при работе с электропилой или пневматическим мощным аппаратом следует пользоваться индивидуальными средствами защиты, лестницы нужно устанавливать правильно и т.д. Все машины/станки и технические вспомогательные средства поставляются вместе с руководством по эксплуатации, в котором написано, как их использовать и обслуживать, а также как безопасно устранять возможные проблемы. Всегда следуйте руководствам и убедитесь в том, что приняты все меры предосторожности, например, при работе с электропилой и проверке исправности лебёдки пользуйтесь индивидуальными средствами защиты.

Благоустройство рабочего места

Установите определённый порядок по благоустройству всей территории. Пути передвижения и пешеходные дорожки должны быть свободны от препятствий, на них нельзя складировать материалы и разбрасывать предметы.

Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда, предъявляемые к рабочему месту».

Анализируйте несчастные случаи

Изучая уже произошедшие несчастные случаи, можно многому научиться. Поэтому важно установить определённую процедуру проведения анализа несчастных случаев и опасных ситуаций, которые могли бы привести к несчастному случаю. На основании анализа можно принять меры во избежание несчастных случаев и по предотвращению их повторения.

Руководство и работники должны обсуждать между собой возможные опасности наступления несчастного случая, связанные с выполнением повседневных рабочих заданий. Так можно определить безопасность выполнения повседневных рабочих заданий в качестве естественной части.

Дополнительная информация об опасностях несчастного случая

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



6. Эргономичная рабочая среда

Эргономичная рабочая среда помогает избежать возникновения проблем с костно-мышечной системой.

Если Вы поднимаете, тянете или толкаете тяжёлые предметы либо работаете в неподходящей позе, вы рискуете возникновением боли в руках, шее, плечах, спине и коленях. Если Вы работаете длительное время в неудобном положении, совершая однообразные движения, Вы рискуете возникновением заболеваний суставов. Риск возникновения заболеваний суставов повышает также и работа на холоде и сквозняке.

Выясните возможные проблемы

Для того чтобы узнать, является ли рабочая среда эргономичной, следует обратить внимание на следующие аспекты.

Поднятие тяжестей

Поднятие тяжестей может представлять опасность, если поднимаются крупные, тяжёлые и трудно обхватываемые предметы, если их невозможно поднять в удобном рабочем положении либо если предметы следует перенести на большое расстояние.

Тяжести или трудно обхватываемые предметы нужно поднимать, например, в следующих ситуациях:

- при обращении с саженцами, землёй, удобрениями или мешками с кормом
- при обращении с материалами, используемыми при ландшафтных работах, например, гранитом, бетоном или керамикой
- при поднятии животных
- при поднятии предметов в условиях ограниченного пространства
- при копании вручную при посадке растений

Перемещение тяжестей (тяга или толкание)

Тянуть или толкать тяжести приходится, например, при транспортировке саженцев на тачках или тележках. При тяге и толкании нагрузка увеличивается на неровной или наклонной поверхности, в случае разноуровневых поверхностей, использовании транспортировочных средств на слишком маленьких колёсах, если технические вспомогательные средства не обслуживаются должным образом или в условиях ограниченного пространства. Нагрузка повышается также в таких условиях, когда при перевозке тяжестей нужно постоянно останавливаться и заново трогаться с места.

Обременяющие рабочие позы и движения

При работе с поднятыми руками или в положении, в котором руки находятся далеко от тела, или в условиях ограниченного пространства нагрузка падает на плечевой пояс. Так может быть, например, когда рабочее место оборудовано неподходящим образом, в неподходящих для разгрузки и погрузки условиях либо если не пользоваться подходящими техническими вспомогательными средствами.

На спину оказывается нагрузка при наклоне вперёд или при повороте спины, особенно при одновременном использовании силы для выполнения работы, например, при подъёме тяжёлых или движущихся грузов.

Однообразная, обременяющая и физически малоактивная работа

При работе большую часть рабочего дня в вынужденной позе с совершением однообразных движений, например, при работе водителем лесозаготовительной машины, работа является



физически малоактивной, однообразной и обременяющей. В более длительной перспективе вдобавок к проблемам с костно-мышечной системой такая работа сопровождается опасностью заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Решение проблем

Для того чтобы создать эргономичную рабочую среду, следует обратить внимание на следующее:

- для выполнения тяжёлой работы используйте технические средства, например, ручные тачки, вилочные тележки, вилочные подъёмники и платформы
- планируйте и организуйте работу так, чтобы было возможно использовать вспомогательные средства
- обеспечьте достаточное пространство для выполнения работы, стабильную ровную поверхность основания и достаточное освещение
- обеспечьте, чтобы в течение рабочего дня однообразная и обременяющая работа сменялась другой работой или перерывами для отдыха
- позаботьтесь о том, чтобы рабочее место было оборудовано надлежащим образом и приспособлено к конкретному работнику
- обеспечьте, чтобы все работники (в том числе новые и замещающие работники) были надлежащим образом проинструктированы и прошли обучение использованию правильных средств труда и методов работы.

Поднятие, перемещение и толкание тяжестей вручную

Для поднятия, перемещения и толкания используйте подходящие вспомогательные средства, например, ручные тачки, вилочные тележки, вилочные подъёмники и платформы.

Позаботьтесь о том, чтобы пути передвижения были ровными, нескользкими, свободными от хлама и препятствий – таких как ступени или выбоины, а также проверяйте, чтобы освещение соответствовало требованиям. Используйте вспомогательные средства, подходящие как с позиции транспортируемого груза и места транспортировки, так и с позиции выполняющего задание работника. Планируйте и организуйте работу так, чтобы не нужно было поднимать товары больше, чем это крайне необходимо. Важно провести инструктаж и обучение работников относительно правильных методов работы, например, обучить их правильному использованию вспомогательных средств и их размещению в зависимости от места их использования.

Однообразная, обременяющая и физически малоактивная работа

Работу следует организовать так, чтобы было постоянное чередование различных положений тела или перерывов для отдыха.

Обременяющие рабочие позы и движения

Неудобных рабочих положений можно избежать, если для выполнения работы достаточно места и используются подходящие средства труда. Люди бывают разного роста, поэтому необходимо приспособить рабочее место, например, водительское сиденье трактора под конкретного пользователя. При поднятии предметов обратите внимание на правильные приёмы поднятия тяжестей.

Дополнительная информация об эргономичной рабочей среде

Выбор материалов, рассматривающих поднятие, перемещение, толкание тяжестей, а также однообразную и обременяющую, однообразную и повторяющуюся работу, рабочие позы и движения можно найти на портале www.tooelu.ee.

Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда, предъявляемые к перемещению тяжестей вручную».



7. Шум

Шум может повредить слуховой аппарат и вызвать стресс, повышенное давление, усталость и т.п. Также излишне высокий уровень шума может снизить способность сосредоточиться, поэтому возрастает опасность несчастного случая, а в работе совершается больше ошибок. Расстройство слуха зачастую сопровождается таким заболеванием как тиннитус (звон или шум в ушах). Тиннитус может быть проходящим или постоянным. Часто это заболевание физически очень утомляет людей.

Выясните возможные проблемы

Для выяснения связанных с шумом проблем следует обратить внимание на уровень шума и на то, как долго работник соприкасается с шумом, возникает ли очень сильный шум кратковременного характера (импульсный шум).

Постоянный шум

Если уровень шума на рабочем месте постоянно высок, это может причинить ущерб слуховому аппарату. Уровень шума является слишком высоким, если при общении с другим человеком на расстоянии 0,5–1 метра нужно кричать, чтобы Вас услышали. Шум может повредить слуховой аппарат также в том случае, если создающее сильный шум оборудование используется в течение короткого времени либо менее шумные машины в течение длительного времени.

Самый сильный шум связан с комбайнами и тракторами без водительских кабин, с сельскохозяйственными машинами, имеющими водительские кабины без звукоизоляции, а также с крупной лесозаготовительной техникой. Сильный шум создают также молотковые мельницы, пневматическое оборудование, конвейерные сушилки для плодов, двигатели внутреннего сгорания и гидравлические системы. Механический шум могут создавать также, к примеру, плохо обслуживаемые посадочные машины и разнообразные сельскохозяйственные прицепные устройства – например, определённые прицепные разбрызгиватели, сеялки и разбрасыватели навоза. Также шум создают и ручные инструменты – такие как дисковые резак, пилы для обрезки кустарника, измельчители древесины и электропилы. Высокий уровень шума наблюдается также в свинарниках.

Очень сильный шум кратковременного характера (импульсный шум)
Вредное воздействие шума увеличивается при импульсном характере шума. Это может быть связано, например, с использованием пистолетов для анестезии животных.

Акустика помещений

Беспокоящее эхо в помещении указывает на плохую акустику.

Решение проблем

В качестве минимального требования следует придерживаться установленной законом предельной нормы уровня шума 85 дБ(А) и предельной нормы уровня импульсного шума 137 дБ(С). Дополнительно к этому следует снизить остающийся в пределах нормы беспокоящий шум на возможно низкий уровень. Когда Вы начнёте принимать меры по снижению уровня шума, подумайте о следующих аспектах.



Планирование работы

Планируйте работу так, чтобы с шумом соприкасалось как можно меньше работников. Организуйте работу таким образом, чтобы каждый конкретный работник соприкасался с шумом как можно меньше времени. Избегайте работы в таких местах, где выполняются очень шумные работы.

Разместите создающие шум машины и оборудование, например, молотковые мельницы и вальцовочные станки, в помещениях, в которых они меньше всего беспокоят работников. Избегайте пребывания работников вблизи работающего оборудования.

Поглощение шума вблизи его источника

Изучив все предложения на рынке, закупайте для своего предприятия такое оборудование, которое создаёт как можно меньше шума. Если уровень шума оборудования превышает 70 дБ(А), это должно быть отмечено в руководстве поставщика по эксплуатации.

Ограждайте создающее шум оборудование шумозащитой. Тщательно обслуживайте оборудование. Например, заменяйте износившиеся амортизаторы водительской кабины экскаватора и уплотняйте водительские кабины и окна.

Акустика помещений

В помещениях с бетонными стенами и потолками плохая акустика. Покройте потолки и при необходимости также стены звукопоглощающими материалами.

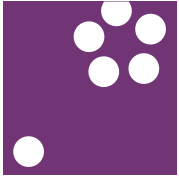
Средства защиты слухового аппарата

Если допустимый уровень шума превышает и его невозможно снизить, следует пользоваться подходящими индивидуальными средствами защиты органов слуха.

Дополнительная информация о шуме

Выбор материалов, рассматривающих шум, измерение уровня шума и использование средств защиты слухового аппарата, можно найти на портале www.tooelu.ee.

Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда к рабочей среде, подверженной воздействию шума, предельные нормы шума в рабочей среде и порядок измерения шума».



8. Социально-психологическая рабочая среда

Неблагоприятная социально-психологическая рабочая среда приводит к стрессу и «синдрому сгорания» на работе. Характерными физическими симптомами являются учащённое сердцебиение, напряжение в мышцах и головная боль. Кроме того, могут возникнуть расстройства памяти и трудности при сосредоточении, нервозность, угнетённость и усталость. Учащаются также расстройства сна и злоупотребление алкоголем.

Следствием неблагоприятной социально-психологической рабочей среды являются также частая заболеваемость работников, низкая производительность труда, конфликты внутри коллектива и текучка кадров.

Неблагоприятная социально-психологическая рабочая среда, которая держится в течение длительного времени, может привести работников к депрессии и спровоцировать сердечно-сосудистые заболевания.

Выявить возможные проблемы

При оценке социально-психологической рабочей среды работу и организацию следует рассматривать как единое целое. Большая рабочая нагрузка особенно изнуряет, если прав в принятии решений у работника недостаточно и в работе у него нет социальной поддержки. При оценке проблем связанных с социально-психологической рабочей средой следует учитывать следующие аспекты.

Большая рабочая нагрузка и недостаток времени

Проблемы большой нагрузки и недостатком времени могут заключаться, например, в том, что работник должен много работать сверхурочно без дальнейшего возмещения в виде свободного времени. Также нет времени для перерывов в работе или из-за жёстких сроков нужно очень быстро выполнять работу. Важно обратить внимание, не перекладывается ли нагрузка с одних работников на других.

Недостаточное право принятия решений в отношении работы

Проблемы с недостаточным правом принятия решений в отношении своей работы могут возникнуть тогда, когда работник сам не может влиять на объёмы своей работы, соблюдение перерывов, выбор методов работы и средств труда и качество работы. Также эти проблемы могут возникнуть тогда, когда работник не может влиять на организацию работы, а также на способ и очередность выполнения рабочих заданий.

Отсутствие социальной поддержки

Отсутствие социальной поддержки и помощи может заключаться в том, что при определении приоритетности выполнения рабочих заданий и при решении рабочих задач работнику оказывается недостаточно помощи, до работника не доходит необходимая информация, а в его отсутствие на работе задания не выполняет его заместитель. Также это может означать, что у работника отсутствует возможность обсудить с руководством качество своей работы и ожидания руководства в отношении выполнения работы.

Поддержка коллег и руководства особенно важна в том случае, если работнику трудно выполнять свои рабочие задания в одиночку или если он чувствует себя неуверенно, например, при работе с опасным оборудованием.

Конфликты, ущемление и притеснение

Следует обратить внимание на то, не возникают ли на предприятии конфликты, обусловленные личными нападениями, есть ли работники, которые в течение длительного времени неоднократно попадают в унижительные ситуации. Обратите внимание также на то, не возникают ли нежелательные унижительные ситуации сексуального характера.

Травматические события, в том числе тяжёлые несчастные случаи

Наступление тяжёлого несчастного случая или пребывание в качестве его свидетеля – например, при



вырубке леса, управлении трактором, падении с платформы или лестницы либо при работе с животными – может обусловить для человека высокое психологическое напряжение. Ситуация может ещё больше усугубиться, если работник находился на рабочем месте один, и для ожидания оказания помощи потребовалось много времени.

Длинные рабочие дни и работа в непривычное время

Работа в непривычное время обременяет и физически, и психически. Например, на протяжении длительного времени у работника слишком длинный рабочий день, иногда отсутствует возможность сделать перерыв в работе либо перерывов недостаточно. Обременяет также и планирование рабочего времени с очень коротким сроком предуведомления.

Монотонная работа

Недостаточная осмысленность работы и отсутствие возможности переключиться на другую работу могут стать серьёзной проблемой, если работник выполняет однообразные рабочие задания, например, посадка семян в садоводствах или школах по лесопосадкам, ручной сбор и упаковка урожая. Если у работника нет возможности чередовать монотонную работу с рабочими заданиями другого типа, это может стать психологически обременительным.

Недостаточные возможности для развития

Проблемы с отсутствием возможностей развития могут возникнуть, например, тогда, когда преимущественно выполняются рутинные задания, нет возможности учиться чему-либо новому, недостаточный инструктаж или недостаточные возможности обучения.

Отсутствие признания

Отсутствие признания становится проблемой, если работник редко получает позитивную обратную связь о своей работе, например, от непосредственного начальника. Большая отдача в работе без получения признания повышает риск возникновения стресса.

Решение проблем

Для создания благоприятной социально-психологической рабочей среды важно, чтобы

- работодатель сосредоточился на тех проблемах, которые можно решить
- созданию благоприятной социально-психологической рабочей среды была посвящена определённая часть будней предприятия
- работодатель был осведомлён о влияниях на социально-психологическую рабочую среду со стороны существенных изменений, например, изменений рабочих заданий и организации труда
- внутри предприятия осуществлялось тесное сотрудничество, например, с советом по рабочей среде
- уделялось внимание также и тем обстоятельствам, которые способствуют формированию позитивной социально-психологической рабочей среды, поскольку это повышает трудовое рвение и позволяет сохранить хорошие отношения в коллективе.

Зачастую для предотвращения социально-психологических проблем необходимо комбинировать различные решения, в зависимости от характера конкретной проблемы.

Согласование рабочей нагрузки

Планируйте объём работ так, чтобы желаемого качества можно было бы достичь в том коллективе, который у Вас есть. Обеспечьте правильное общее планирование и координацию работ, чтобы рабочие задания можно было выполнять в разумной последовательности. Расставьте приоритеты выполнения рабочих заданий и избегайте неясных или противоречивых требований, а также длительных периодов работы в ускоренном темпе. Спокойные периоды можно использовать для выполнения подготовительных работ к более спешным периодам.

**Социальная поддержка**

Социальная поддержка предлагается на основании рабочего диалога между руководством и работниками на достаточно частых совещаниях (например, собраниях работников), совместных перерывах на отдых и в процессе тесного общения с коллегами. Особенно важным является предложение социальной поддержки тем работникам, которые работают в одиночку. Работникам всегда нужно помогать при определении приоритетности выполнения рабочих заданий, и им должно быть ясно, что от них ожидают при выполнении работы. Формированию благоприятной социально-психологической рабочей среды способствует также своевременное информирование о существенных изменениях и признание хорошо выполненной работы.

Конфликты, ущемление и притеснение

Обеспечьте, чтобы политика персонала поддерживала открытость и терпимость и предотвращала ущемление и притеснение работников. Если работник чувствует плохое к себе отношение, следует всегда относиться к этому серьёзно и избегать персонификации проблемы. В случае недоразумений нужно применить меры для разрешения конфликта или достижения договорённости.

Право самостоятельного принятия решений в отношении работы

Обеспечьте, чтобы работники обладали правом самостоятельного решения в отношении своей работы, предложив им возможность влиять на способ и последовательность выполнения отдельных рабочих заданий. Между работниками и руководством должен быть налажен обмен информацией в части выполнения рабочих заданий, работники должны также получать обратную связь о качестве своей работы.

Травматические события, в том числе тяжёлые несчастные случаи

Всем работникам следует дать чёткие и конкретные инструкции относительно того, как нужно действовать при несчастных случаях. Разработайте план готовности, в котором указаны меры по предотвращению тяжёлых несчастных случаев и правила поведения при их наступлении, в том числе предложение кризисной психологической помощи.

Работа в непривычное время и в выходные дни

Привлекайте работников по возможности в большей степени к составлению рабочего графика, чтобы они могли сами влиять на своё рабочее время. Обеспечьте заблаговременное предуведомление работников о рабочих сменах, чтобы им было нетрудно поменяться сменами. При необходимости в вечерние смены и в выходные дни используйте замещающий и дополнительный персонал.

Возможности развития

Возможности развития можно создать путём обеспечения для работников основательного инструктажа и обучения под руководством коллег, поддержки со стороны коллег и руководства, конструктивной обратной связи на работе и целенаправленного дополнительного обучения/повышения квалификации. Достаточные возможности развития способствуют тому, чтобы профессиональные и личные навыки работников всегда находились на одной высоте с теми рабочими заданиями, которые работник должен выполнять.

Дополнительная информация о социально-психологической рабочей среде

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



9. Биологические факторы опасности и пыль

При работе с домашней птицей, свиньями, скотом и другими животными имеется опасность заражения поражающими животных микроорганизмами, например, кишечными бактериями. Также можно заразиться инфекциями, переносчиками которых являются животные, например, круглыми червями, либо при попадании в рану вызывающих гнойные воспаления стафилококков.

Пыль может вызвать заболевания дыхательных путей – таких как астма, бронхит и сенная лихорадка, а также такие инфекции как аллергический альвеолит или токсический синдром органической пыли. Обычно эти заболевания вызывают бактерии и грибы, а также производимые ими токсины. Также они могут обусловить расстройство желудка.

При соприкосновении с микроорганизмами на работе имеется опасность заболевания вследствие полученной инфекции. Большинство болезней не представляют особой опасности, но они могут стать причиной значительных неудобств. Также встречаются отдельные виды заболеваний, которые могут повлечь за собой очень серьёзные и хронические последствия, – например, птичий грипп и астма.

Заразиться можно тремя способами:

- через раны
- через дыхательные пути, вдыхая содержащие микроорганизмы пары и пыль
- оральным путём (через рот), обычно по причине немытых рук. В результате недостаточного мытья рук возбудители болезней могут попасть и в глаза.

Выясните возможные проблемы

Чтобы оценить, могут ли работники соприкоснуться с бактериями и грибами, являющимися возбудителями заболеваний, следует обратить внимание на следующие аспекты.

Инфекции, получаемые от животных

Контакт с навозными отходами на грязных животных обуславливает возникновение ногтевого грибка. Навоз содержит плесневые споры, которые могут перейти на ногти.

К передающимся от животных инфекциям относятся также, например, болезнь Ньюкасла (псевдочума – высококонтагиозная вирусная болезнь птиц) и орнитоз.

Соприкосновение с бактериями сальмонеллы и кампилобактериями может повлечь за собой инфекцию кишечника.

Мокрые и влажные материалы

Разнообразные органические материалы – такие как, например, навозная жижа, солома, умершие или больные животные – содержат бактерии и грибы. Если солома намочена, бактерии и грибы начинают активно размножаться и создают проблемы.

Жидкости

Имеется опасность заражения при соприкосновении с навозной жижой и другими жидкостями, например, если жидкость брызнула на голову или в рот



работника.

Пыль

Больше всего пыли создаётся в свинарниках и птичьих фермах. Пыль может содержать шерсть/пух животных, омертвевшие клетки, перья, фрагменты настила, корма или высохшего навоза. Также соприкосновение с пылью происходит при уборке зерновых и выполнении прочих работ, связанных с сеном, соломой и зерновыми. Пыль может содержать микроорганизмы, плесневые споры и производимые ими токсины, особенно если их размножению способствовала мокрая среда. Пыль может образовываться также в процессе земледелия, подготовке силоса, уборке зерновых, изготовлении кормов и кормлении скота.

Решение проблем

Вредных воздействий микроорганизмов можно избежать, уделив внимание следующим аспектам.

Вентиляция

Вентиляция способствует уменьшению проблем, связанных с парами, аэрозолями и пылью. Обеспечьте наличие соответствующей требованиям вентиляции во всех помещениях. Если возникновения пыли и аэрозольных паров не избежать, проблемные процессы следует изолировать или обеспечить эффективную принудительную вентиляцию. Не забывайте о том, что вместо воздуха, удаляемого из помещения вытяжной вентиляцией, следует направлять в помещение свежий приточный воздух подходящей температуры.

Избегайте соприкосновения с пылью при сельскохозяйственных работах, уборке урожая и сборе плодов, используйте машины с закрытыми водительскими кабинами, вентиляционные отверстия в которых оснащены фильтрами. Можно снизить содержание пыли и других частиц в воздухе помещений для содержания животных, если использовать технологию подачи мокрых кормов, обрызгивая поверхности водой, поддерживая чистоту, используя настилы и обеспечивая соответствующую требованиям вентиляцию. Для измельчения и разворачивания настилов используйте оснащённое пылесборниками оборудование. Надлежащая вентиляция необходима также при очистке и дезинфекции помещений для содержания животных, например, когда используются разбрызгиватели, пневматическое моющее оборудование или обработка горячим газом.

Надлежащий инструктаж

Работники должны пройти надлежащий инструктаж по выполнению рабочих заданий таким образом, чтобы воздействие микроорганизмов и пыли снизить до минимума. За инструктирование работников отвечает работодатель. Работников следует обучить правильному использованию индивидуальных средств защиты и уходу за ними, чтобы обеспечить их наиболее оптимальное функционирование.

Безопасные методы работы

Используйте такие методы работы и процедуры, чтобы работники как можно меньше соприкасались с пылью, навозной жижей и т.п. По возможности



максимально ограничьте соприкосновение с микроорганизмами, избегая, например, соприкосновения с больными животными.

Гигиена и уборка

Во избежание вредного воздействия микроорганизмов следует уделить особое внимание гигиене, регулярной тщательной уборке и дезинфекции. Поэтому важно подумать обо всех местах возможного скопления микроорганизмов и пыли, например, о вентиляционных каналах. Обеспечьте гигиеничное и безопасное обращение с грязным бельём.

Индивидуальные средства защиты

Если проблему невозможно решить по-другому, во избежание вредных воздействий пользуйтесь эффективными индивидуальными средствами защиты, например, защитными перчатками, масками и одеждой. Обеспечьте надлежащий уход за индивидуальными средствами защиты.

Помните о том, что индивидуальные средства защиты являются персональными. Средства защиты должны подходить конкретному работнику, в противном случае не будет обеспечена эффективная защита.

В определённых случаях для предотвращения заражения можно применять вакцинацию.

Дополнительная информация о биологических факторах опасности

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee. Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда к рабочей среде, подверженной воздействию биологических факторов опасности».





10. Химикаты

Опасные химикаты, с которыми соприкасаются во время работы, могут обусловить заболевание раком, причинить ущерб репродуктивным органам, вызвать аллергию или повредить нервную систему. Болезни могут проявиться только через многие годы, поэтому важно предотвратить причинение ущерба здоровью, заменяя опасные вещества безопасными или избегая соприкосновения с опасными химикатами и пылью.

Выясните возможные проблемы

Оценивая рабочую среду на предмет наличия опасных химикатов, особое внимание следует уделить следующим аспектам.

Навозные газы

В навозохранилищах навоз животных и навозная жижа выделяют аммиак, метан и сероводород. Аммиак раздражает и разъедает дыхательные пути, глаза и кожу и может вызвать воспаление лёгких, астму и отёк лёгких.

Сероводород наносит вред нервной системе и дыхательным путям. В случае очень сильной концентрации сероводорода человек быстро теряет сознание, возникают серьёзные трудности с дыханием, и человек может умереть.

Метан – бесцветный газ без запаха. По причине содержания метана навозный газ в определённой концентрации может быть чрезвычайно пожароопасным и обусловить взрыв.

Опасность соприкосновения с газами обычно возникает при перемешивании навоза в хранилище, закачивании навозной жижи в грузовик для перевозки навоза, прокачке системы удаления навоза или при перемешивании навоза в хлеву. Навозные газы представляют особую опасность при входе в закрытое навозохранилище, например, в хранилище навозной жижи, промежуточное хранилище, основное хранилище или навозные каналы. Опасность может представлять также оборудование по удалению навоза, подсоединённое к общей канализационной системе.

Жидкий аммиак

При использовании жидкого аммиака, например, для пахотных работ следует обратить внимание на то, что в определённой ситуации концентрация аммиака может вырасти до такого показателя, что при вдыхании может привести к быстрому летальному исходу.

Выхлопные газы и пыль

В лесу, школах по лесопосадкам и при выполнении ландшафтных работ можно соприкоснуться с вредными выхлопными газами, выделяемыми двигателями внутреннего сгорания. При ландшафтных работах можно также соприкоснуться с пылью в процессе резки плит пешеходных дорожек и т.п.

Во время очистки площадей садоводческого участка по окончании производственного цикла в ходе очистительных работ может образоваться большое количество пыли, содержащей трупы вредителей, грибы, грибные споры и отходы химикатов.



Вредное/Раздражающее



Окисляющее



Взрывоопасное



Летальное/Ядовитое



Едкое



Огнеопасное



Опасно для окружающей среды

Рисунок 1. Символы опасности (действуют до 1 июня 2015 г.)

Опасные химикаты и содержащие их изделия обозначаются знаками опасности различных типов – см. пиктограммы. Фразы риска на этикетке говорят о степени опасности, например, «может вызвать раковые заболевания», «при вдыхании может вызвать аллергию», «опасен при соприкосновении с кожей» и т.д.

Биоциды

При использовании биоцидов, например, средств защиты растений (пестицидов) возникает опасность попадания этих средств на кожу или вдыхания их паров. Опасность особенно велика при смешивании и разведении веществ водой либо при соприкосновении с заражённым разбрызгивателем. Риск возникает также и в процессе опрыскивания и очистки разбрызгивателей и резервуаров. В теплицах используются разнообразные средства защиты растений, особенно инсектициды (химические средства борьбы с вредными насекомыми), фунгициды и регуляторы роста растений. Химикаты используются также и в садоводстве, фруктоводстве и лесоводстве. Со средствами защиты растений можно соприкоснуться, например, дотрагиваясь до обработанных ими растений, земли, средств труда и инвентаря либо вдыхая содержащий средства защиты растений воздух, например, при работе в теплице.

Средства защиты растений – биологически активные вещества, которые при неправильном использовании могут нанести вред растениям и людям.

Работы по очистке и дезинфекции

В сельском хозяйстве и теплицах садоводческих предприятий химикаты используются, например, для очистки и дезинфекции помещений для содержания животных, доильного оборудования, посадочного оборудования, ящиков и т.п. Некоторые используемые для дезинфекции вещества раздражают и разъедают кожу, глаза и дыхательные пути. Другие дезинфицирующие вещества при неоднократном соприкосновении могут вызвать экзему или аллергию. Очистка и дезинфекция могут происходить в процессе мойки водой или пневматическим аппаратом, путём опрыскивания или обработки горячим газом.

Обратите внимание на то, что хлор и кислоты нельзя держать вблизи друг от друга и не должно возникнуть возможности их смешивания во избежание риска возникновения паров хлора.

Раствор формальдегида используется для дезинфекции воды для аквакультуры (разведение водных организмов). Формальдегид считается веществом, вызывающим заболевание раком, также он может вызвать аллергию.

Прочие риски

В течение первых двух недель после силосования в силосных кормах может образовываться углекислый газ и опасный для жизни веселящий газ (закись азота).

Пыль в хлеву может содержать остатки лекарственных препаратов.

При работе с ручными инструментами, например, с дисковым резаком, возможно соприкосновение с вредной для здоровья пылью. При сварочных работах возникает вызывающий рак сварочный дым. До выполнения таких работ, в ходе которых работник соприкасается со сварочным дымом, ему следует пройти соответствующее обучение.

Используйте знаки опасности и карту безопасности

Информация о свойствах химического вещества представлена на указанных на



Вредное/Раздражающее



Газ под давлением



Окисляющее



Опасно для здоровья



Взрывоопасное



Летальное/Ядовитое



Едкое



Огнеопасное



Опасно для окружающей среды

Рисунок 2. Пиктограммы опасности (действуют с 1 июня 2015 г.)

упаковке знаках опасности и на карте безопасности (руководство поставщика по использованию).

Решение проблем

По возможности следует избегать соприкосновения с опасными химикатами, соблюдая следующие правила.

Во избежание соприкосновения с опасными химикатами и содержащими их материалами нужно знать:

- какие вещества используются на рабочем месте, какие виды пыли и какие пары могут выделяться в процессе работы. Ищите на маркировке химикатов и карте безопасности информацию о степени опасности вещества (NB! До использования опасных химикатов или содержащих их материалов необходимо исследовать их маркировку – символы опасности, фразы риска (R-фразы) и фразы безопасности (S-фразы), а также информацию о требованиях к их использованию);
- определите, каким образом работники соприкасаются с химикатами и пылью, например, вдыхают ли они пары, имеется ли контакт с кожей и т.д.;
- оцените продолжительность и частоту контакта с этими веществами в течение рабочего дня;
- составьте специфическую инструкцию по безопасности для рабочего места в соответствии с использованием химикатов и картой безопасности.

Замените опасные химикаты

Замените опасные химикаты и методы работы безопасными. Всегда пользуйтесь самым безопасным методом работы.

Изоляция процесса и вытяжка

Если использование опасных химикатов и методов работы является неизбежным, процесс работы следует по возможности изолировать от рабочей среды. Эффективная изоляция, проветривание и вентиляция в теплицах поможет уменьшить проблемы, связанные с пылью, вредными газами, парами и аэрозолями. При организации работ всегда отделяйте загрязняющую работу так, чтобы другие работники с ней не соприкасались.

Для изоляции опасной работы в теплицах можно использовать автоматические разбрызгиватели, держась при этом в отдалении. Если разделить теплицу на мелкие отделения, можно обрабатывать растения в одном отделении без оказания влияния на другие рабочие места.

Если невозможно избежать загрязнения химикатами, следует как можно ближе к источнику загрязнения установить эффективную вентиляцию.

Содержание аммиака в хлеву можно снизить, поддерживая чистоту, используя настилы и эффективную вентиляцию.

Включать вентиляцию и проветривать следует всегда после очистки, дезинфекции и использования средств защиты растений, особенно важно делать это после опрыскивания растений, пневматической мойки и обработки горячим газом.



Индивидуальные средства защиты

Если соприкосновения с опасными химикатами невозможно избежать другим способом, например, при помощи изоляции процесса или вентиляции, следует пользоваться индивидуальными средствами защиты.

При подготовке и разбрызгивании средств защиты растений, во время пневматической мойки и обработке дезинфицирующими средствами используются индивидуальные средства защиты от соприкосновения с химикатами, например, защитные перчатки, средства защиты дыхательных путей и защитные очки.

В теплицах после разбрызгивания средств защиты растений ещё некоторое время в воздухе, на растениях и внутреннем оборудовании присутствуют остатки средств защиты. Время ожидания, по прошествии которого можно войти в теплицу без индивидуальных средств защиты, зависит от использованных средств защиты растений, размеров теплицы, внутреннего оборудования и метода разбрызгивания. Средства защиты могут высыхать на растениях и улетучиваться в виде пыли при соприкосновении с растениями.

Пока средства защиты растений не исчезли с листьев растений, следует использовать защитные перчатки. Если растения опрыскиваются регулярно, они никогда не будут свободны от средств защиты.

Дополнительная информация о химических факторах опасности

Правовые акты: постановление министра социальных дел «Требования и порядок идентификации, классификации, упаковки и маркировки опасных химикатов».

Регламент Европейского Парламента и Совета (ЕС) № 1272/2008 от 16 декабря 2008 г. по классификации, маркировке и упаковке веществ и смесей.

Нужные материалы можно найти в портале www.tooel.u.ee.



11. Вещества, раздражающие кожу

Кожа защищает нас от внешних воздействий. Если на кожу падает слишком большая нагрузка, а защищающий её жировой слой исчезает, кожа не успевает восстанавливаться, и, к примеру, вызывающие аллергию вещества легче проникают сквозь кожу. Также существуют химикаты, способные проникать через все слои кожи и вызывать экзему. Экзема выражается в том, что кожа становится сухой, краснеет и чешется. На коже могут возникать небольшие водяные пузырьки или трещины.

Выясните возможные проблемы

При оценивании вредного воздействия на кожу следует обратить внимание на следующие аспекты.

Вещества, повреждающие кожу

Вред коже могут причинить дезинфицирующие средства и другие вещества.

Работники садоводства соприкасаются с разнообразными аллергенными растениями, например, с примулами, хризантемами, лилиями и луковичами тюльпанов. Овощи могут вызвать контактную аллергию.

Соки многих растений при взаимодействии с солнечным светом могут вызвать аллергическую контактную экзему. Чаще всего такую реакцию можно увидеть при контакте с борщевиком. Подобная реакция может возникнуть также и при соприкосновении с пастернаком, дикой морковью, сельдереем, садовым и аптечным укропом (фенхелем).

Клещи

При работе во внешних условиях возникает опасность укуса клеща, вследствие чего можно заразиться клещевым боррелиозом. Клещевой боррелиоз вызывают бактерии. Удалите клеща с кожи сразу, как только обнаружите. Проверьте, по меньшей мере, раз в день, чтобы на теле не было ни одного клеща, и научитесь распознавать симптомы боррелиоза.

Работа в мокрых условиях

Если руки находятся во влажной среде либо если работают во влагонепроницаемых защитных перчатках более двух часов в день, то это считается работой в мокрых условиях. Большая часть связанных с работой экзем обусловлена именно работой в латексных перчатках. То же касается работы, связанной с частым и тщательным мытьём рук.

Решение проблем

Независимо от того, является ли причиной раздражения кожи работа во влажной среде, работа с вызывающими аллергию веществами или создающаяся в процессе работы пыль, соприкосновение с факторами опасности следует ограничить настолько, насколько это возможно.

Прежде всего, следует выяснить, можно ли раздражающие кожу вещества и процессы заменить безопасными или менее опасными. Если это невозможно, нужно установить, можно ли изолировать процесс в виде закрытой системы и возможно ли обеспечить в нём вентиляцию. В качестве последней возможности



следует взвесить использование индивидуальных средств защиты, например, защитных перчаток.

При работе с растениями пользуйтесь защитными перчатками во избежание соприкосновения с соками растений, которые могут в определённых случаях обусловить сверхчувствительность кожи.

Если при выполнении работы используются защитные перчатки, следует обратить особое внимание на следующее.

Целые, чистые и сухие защитные перчатки

Подходящие защитные перчатки должны быть доступны для работников и ими следует правильно пользоваться. Это означает, что перчатки должны быть целыми изнутри, чистыми и сухими, их нельзя носить дольше, чем это необходимо, и под защитные перчатки надеваются хлопчатобумажные основные перчатки.

Перчатки без пудры

Если требуется использовать латексные перчатки, они должны быть без пудры (талька). Зачастую вместо них можно использовать синтетические резиновые перчатки.

Используйте холодную воду

Руки следует мыть прохладной водой и тщательно высушивать, часы и кольца на время работы нужно снимать. Во время перерывов на отдых и по окончании работы следует нанести на руки жирный крем. Помните, что крем не заменяет перчаток.

Дополнительная информация о веществах, раздражающих кожу

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.



12. Общая вибрация

При управлении транспортным средством можно соприкоснуться с вибрацией, которая воздействует на всё тело, причиняя ущерб, прежде всего, позвоночнику.

Выясните возможные проблемы

При оценивании связанных с общей вибрацией проблем предприятия следует полностью осмотреть рабочее место. Если предприятие использует транспортные средства, которые согласно руководству по эксплуатации создают вибрацию более $0,5 \text{ м/с}^2$, следует провести более точный анализ. На риск ущерба здоровью влияет как сила вибрации, так и время соприкосновения с вибрацией. Ущерб здоровью могут причинить как сильно вибрирующие транспортные средства, которые используют непродолжительное время, так и транспортные средства с менее сильной вибрацией, но которые используют продолжительное время. Чем больше делать перерывов на отдых, тем меньше риск.

Риск ущерба здоровью увеличивается, если работа выполняется на холодном воздухе, в вынужденной позе либо если нужно часто поворачивать спину. Риск ущерба здоровью повышает также сотрясение, причиной которого может быть, например, неровная почва.

Опасность могут обусловить следующие ситуации:

- транспортное средство имеет плохие рессоры или неудобное и износившееся сиденье
- долговременная езда по неровной поверхности
- езда на большой скорости

Работы, выполняемые в сельском хозяйстве и связанные с самой высокой вибрацией, – боронование, пахота, уборка свеклы и опрыскивание.

Машины и процессы в лесоводстве, связанные с самой высокой вибрацией, – измельчители веток, лесорубные машины и лесовозы, а также вывоз древесной стружки.

Машины и процессы в ландшафтных работах, связанные с самой высокой вибрацией, – колёсные погрузчики, садовые тракторы, перевозка погрузчиками земли и камней, очистка дорог тракторами.

Решение проблем

Если имеется подозрение на опасность вибрации, следует измерить или оценить уровень вибрации. При возможности нужно придерживаться установленного законом прикладного значения мер вибрации $0,5 \text{ м/с}^2$. Ни в коем случае нельзя превышать предельную норму соприкосновения $1,15 \text{ м/с}^2$. Если приступите к мерам по снижению вибрации, следует подумать о следующих аспектах.

Поверхность основания

Нужно выбирать подходящую для дорожных условий скорость.

Транспортные средства, создающие меньшую вибрацию

Уже приобретённые машины трудно приспособить для снижения вибрации – поэтому в дальнейшем покупайте транспортные средства, создающие меньшую



вибрацию. В руководстве поставщика по эксплуатации должны быть указаны данные относительно вибрации.

Следует осуществлять регулярный контроль исправности рессор и давления в шинах транспортного средства.

Поглощающее вибрацию водительское сиденье

Используйте на транспортном средстве подходящее водительское сиденье, поглощающее вибрацию. Доступны сиденья нового типа, уровень вибрации в которых существенно ниже. Спина водителя должна иметь надлежащую опору в соответствии с совершаемыми им движениями. Сиденье должно легко регулироваться как в направлении вперед-назад, так и в отношении угла наклона спинки. По возможности должна регулироваться также и часть сиденья, поддерживающая поясницу. Отрегулируйте также руль и ведущие рычаги подходящим для водителя образом.

Ограничьте время соприкосновения с вибрацией

Если вибрацию невозможно поглотить, нужно уменьшить время, в течение которого водитель должен соприкасаться с вибрацией.

Дополнительная информация об общей вибрации

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee. Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда к рабочей среде, подверженной воздействию вибрации, предельные нормы вибрации в рабочей среде и порядок измерения вибрации».



13. Локальная вибрация

Если на работе соприкасаются с сильной локальной вибрацией, например, при использовании электрических рабочих инструментов или инструментов с бензиновым мотором либо при управлении машиной, имеется опасность заболеть вибрационной болезнью.

Первыми симптомами вибрационной болезни являются «гудение» или потеря чувствительности пальцев рук. При воздействии локальной вибрации в течение длительного времени возникает опасность возникновения синдрома вазоспазма («побеления пальцев»). Болезнь проявляется периодическими обострениями, при которых пальцы белеют, холодеют и теряют чувствительность. Обострению способствует низкая температура воздуха или низкая температура поверхности средства труда. Если пальцы теряют чувствительность, трудно выполнять требующую точности работу, поэтому «белые пальцы» повышают риск наступления несчастного случая на производстве.

Выясните возможные проблемы

При оценивании связанных с вибрацией проблем предприятия следует полностью осмотреть рабочее место и процедуру работы. Если предприятие использует рабочие инструменты или машины, которые согласно руководству по эксплуатации создают вибрацию более $2,5 \text{ м/с}^2$, следует провести более точный анализ. На риск ущерба здоровью влияет как сила вибрации, так и время соприкосновения с вибрацией. Работа с вибрирующими инструментами может обусловить проблемы, если работают непродолжительное время с сильно вибрирующими рабочими инструментами, а также в том случае, если работают более продолжительное время с менее вибрирующими инструментами. Риск ущерба здоровью повышается, если работают с плохо обслуживаемыми и изношенными рабочими инструментами, например, с электропилой, цепь которой плохо заточена.

Самую сильную вибрацию создают электропилы, резак для кустарников, газонокосилки и почвенные фрезы. Зачастую создают вибрацию плохо сбалансированные двигатели, а также кривые и несбалансированные режущие диски.

Решение проблем

Если имеется подозрение на опасность вибрации, следует измерить или оценить уровень вибрации. Более точные измерения можно заказать в аккредитованной измерительной лаборатории.

При возможности нужно придерживаться установленного законом прикладного значения мер вибрации $2,5 \text{ м/с}^2$. Ни в коем случае нельзя превышать предельную норму 5 м/с^2 .

Если приступите к мерам по снижению вибрации, следует подумать о следующих аспектах.

Планирование работы

Работу следует планировать таким образом, чтобы работники как можно меньше соприкасались с вибрацией.

Методы работы и оборудование, работа с которым сопровождается меньшей вибрацией

Используйте в работе методы и инструменты, которые создают меньше



вибрации, и оцените, можно ли сократить время соприкосновения с вибрацией.

Уже приобретённые машины трудно приспособить для снижения вибрации – поэтому в дальнейшем покупайте оборудование, создающее меньшую вибрацию. Данные относительно вибрации должны быть указаны в руководстве по эксплуатации оборудования. Используйте рабочие инструменты с поглощающими вибрацию рукоятками.

Регулярно осуществляйте контроль технического состояния рабочих инструментов, Обеспечьте исправность поглотителей вибрации между инструментом и рукояткой. Регулярно очищайте вращающиеся детали машины в целях снижения вибрации.

Ограничьте время соприкосновения с вибрацией

Если вибрацию невозможно поглотить, нужно уменьшить время соприкосновения с вибрацией.

Рабочие перчатки

Рабочие перчатки могут поглощать высокочастотную вибрацию, но они редко снижают риск образования синдрома «белых пальцев». Использование рабочих перчаток усложняет управление машиной.

Дополнительная информация о местной вибрации

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee. Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда к рабочей среде, подверженной воздействию вибрации, предельные нормы вибрации в рабочей среде и порядок измерения вибрации».





14. Молодые работники, беременные и кормящие грудью работницы

В рабочей среде больше всего опасности подвержены беременные и кормящие грудью женщины, а также молодые работники.

Молодые работники

Молодым работникам следует уделять особое внимание на рабочем месте, поскольку по причине их неопытности и физического развития связанные с работой нагрузки и риски ущерба здоровью могут влиять на них больше, чем на старших работников. Нужно обратить особое внимание на проведение инструктажа и обучение молодых работников.

В отношении молодёжи в возрасте менее 18 лет действуют те же общие правила рабочей среды, как и для других работников, но для них установлены и некоторые ограничения в сфере труда. Для несовершеннолетних работников работодатель должен создать подходящие условия труда и быта. Несовершеннолетнего работника в возрасте 13-14 лет или 15-16 лет, обязанного посещать школу, можно допускать к работе только для выполнения несложных рабочих обязанностей, которые не требуют сильного физического или умственного напряжения (т.н. «лёгкая работа»). Работодатель не может заключить трудовой договор с несовершеннолетним работником и не может допустить его к работе, превышающей его физические или умственные способности либо представляющей опасность, которую несовершеннолетний не сможет вовремя заметить и предотвратить по причине недостаточного опыта или обучения либо которая угрожает здоровью несовершеннолетнего работника по причине характера работы или факторов опасности рабочей среды.

Правовой акт: постановление «Перечень факторов опасности рабочей среды и работ, в случае которых несовершеннолетнего запрещено допускать к работе».

Правовой акт: постановление «Лёгкие работы, разрешённые для несовершеннолетних».

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Беременные и кормящие грудью работницы

Работодатель должен обеспечить для беременной или кормящей грудью работницы рабочую среду, не представляющей угрозу для беременности или кормления грудью. В анализе рисков следует дать предварительную оценку возможного соприкосновения беременных или кормящих грудью женщин с факторами рабочей среды, которые представляют угрозу эмбриону или новорожденному.



При оценивании рисков ущерба здоровью беременной или кормящей грудью работницы работодатель обязан, прежде всего, учитывать следующие факторы опасности рабочей среды:

1. сотрясения, вибрация и обуславливающие её средства труда;
2. шум;
3. постоянная высокая или низкая температура воздуха;
4. соприкосновение с органическими растворителями (бензин);
5. соприкосновение с химикатами, причиняющими ущерб здоровью через кожу, которые обозначаются фразами риска R21, R24 и R27;
6. перемещение тяжестей вручную;
7. вынужденные позы или движения, обуславливающие физическую усталость или чрезмерную нагрузку, в том числе постоянная работа стоя или сидя, быстрый темп работы или прочие подобные факторы;
8. обуславливающая чрезмерную умственную нагрузку работа, в том числе работа с повышенным вниманием.

Нужные материалы можно найти в портале www.tooelu.ee.

Правовой акт: постановление «Требования трудового здравоохранения и безопасности труда, предъявляемые к работе беременных и кормящих грудью женщин».

Руководство по рабочей среде

Сельское хозяйство, лесоводство и рыбоводство

Другие руководства по рабочей среде

В связи с определёнными рабочими заданиями может возникнуть необходимость ознакомиться также со следующими руководствами:

- офисная работа – смотри руководство **Офисная работа**
- работа по очистке – смотри руководство **Работы по очистке**
- транспортировка товаров – смотри руководство **Перевозка товаров**
- складские работы – смотри руководство **Оптовая торговля**
- ремонт машин – смотри руководство **Установка и ремонт машин и оборудования**
- ремонт зданий – смотри руководство **Строительство и снос зданий** и руководство **Строительные работы.**

