

# TERVIS JA KARJÄÄR

Inimese tervis – eriala valiku ja tööalase karjääri mõjutaja

Tallinn 2008

---

Elukestva Õppe Arendamise Sihtasutus Innove



Koostanud:

Annika Kүүdorf, OÜ Töökeskkonna Haldus, töötervishoiuarst  
Eda Merisalu, Dr.Med.Sci  
Mare Lehtsalu, Elukestva Õppe Arendamise Sihtasutus Innove

Täname koostöö eest!  
Dr Anu Saar  
Kulla Naaber

Keeleline korrektuur: Wiedemanni Tõlkebüroo

Materjal on välja antud SA Innove Karjäärinõustamise Teabekeskuse projekti „Karjääriteenuste süsteemi arendamine Eesti Vabariigis” raames. Projekt on rahastatud ESF meetmest 1.1, kaasrahastajaks on Haridus- ja Teadusministeerium

## Sisukord

Eessõna.....	4
Sissejuhatus .....	5
1. MEDITSIINILINE KARJÄÄRINÕUSTMINE – KARJÄÄRITEENUSTE SÜSTEEMI OSA.....	6
2. MEDITSIINILINE KARJÄÄRINÕUSTAMINE.....	8
2.1 Mis on meditsiiniline karjäärinõustamine?.....	8
2.2 Meditsiinilise karjäärinõustamisteenuse osutamine .....	9
3. TERVISEGA SEOTUD RISKID ERINEVATES ELUETAPPIDES.....	10
4. TERVISLIK SEISUND JA ERIALA VALIK.....	11
Näiteid, millal elukutse valikus hakkab rolli mängima tervislik seisund .....	13
5. TÖÖTERVISHOID JA TÖÖOHUTUS.....	15
5.1 Milline on tervislik töökeskkond? .....	15
5.2 Väljavõtteid töötervishoidu reguleerivatest õigusaktidest ja töötervishoiualane terminoloogia .....	15
5.3 Alaealiste töötamine .....	20
5.4 Näited noortega juhtunud õnnetusjuhtumitest.....	21
5.5 Üksikuid näiteid surmaga lõppenud õnnetusjuhtumitest aastatel 2006 - 2008 .....	22
6. TERVIST KAHJUSTAVAD TÖÖD.....	26
7. KUTSEHAIGETE KARJÄÄRINÕUSTMINE.....	31
Soovitav kirjandus .....	42
Kasutatud allikad .....	43
LISAD.....	44
Lisa 1 Töötervishoiu- ja tööohutusosalased õigusaktid .....	44
Lisa 2 Töötervishoiuga seonduvad seadused.....	47
Lisa 3 Töötervishoiuga seotud riiklikud asutused .....	48

## Eessõna

### **Tervis on inimese kõige suurem rikkus – seda vara ei saa me osta ühegi rahaga.**

Elukutse valikul, tööelu kavandamisel või muutmisel tuleb mõelda alati ka tervisele, selle hoidmisele ja/või taastamisele. Teadlike eriala- ja karjäärivalikutega võib ära hoida nii tööst põhjustatud tervisehäired kui ka üldhaiguste süvenemist.

Käesolevas infomaterjalis püüame arstide, töötervishoiu- ja karjääriteenuste valdkonna spetsialistidena näidata, kuidas erialavalik ja töö võib mõjutada töötaja tervist ning miks juhtuvad tööõnnetused. Oleme toonud välja ka töötervishoiualase seadusandluse, mida tuleb eriala valikul arvestada. Samuti on toodud välja tegutsemisviisid tööst tingitud terviseprobleemide tekkimisel. Abistamiseks lugejat teabe leidmisel oleme siia raamatusse kirjutanud teemaga seonduvad teabeallikad ja nende leidmise võimalused nii Internetist kui ka raamatute-ajakirjade hulgast.

Loodame, et iga lugeja leiab käesolevast materjalist just talle vajaliku teabe töötervishoiu ja tööohutuse valdkonnas. Oleme tänulikud, kui üheskoos saame kaasa aidata inimeste teadlikkuse kasvule karjäärivalikutel tervisenäitajatega arvestamise vajalikkusest.

Koostajate nimel Dr. Annika Kүүdorf

töötervishoiuarst

## Sissejuhatus

Käesolev abimaterjal on suunatud karjääriteenuste valdkonna spetsialistidele, õpetajatele ja teistele koolitöötajatele, kes ühel või teisel moel puutuvad kokku noorte inimeste tulevase õpinguid ja tööalast karjääri puudutavate küsimustega.

See, millisel tööalal inimene töötada soovib ja saab, sõltub väga paljudest erinevatest asjaoludest. Üks neist on inimese tervislik eeldus selleks tööks. Inimese karjääri ja tervise vahelisi seoseid saab vaadelda mitmeti: võimalike riskide vältimine ennetavalt erialaõpinguid kavandades; tööhutusnõuete järgimine ja tervise kaitse õpingute ning töö käigus; rangem meditsiiniline kontroll eritingimustes töötajatele; tervise probleemidega arvestamine uute karjääriotsuste langetamisel; tekkinud terviseprobleemide väljaselgitamine ja kõrvaldamine; uute võimaluste otsimine, näiteks kutsehaiguse diagnoosi korral uue sobiliku eriala või töö leidmine.

Läbi ajaloo on töö ja inimeste terviseprobleemide seosed olnud erinevad. Ajal, mil suurem osa oskustöödest oli käsitöö, eeldati töötajalt ka vastavat tervist. Tänapäeva ühiskonnas teevad suurema osa tööst ära masinad. Samas on ilmnunud uued terviseprobleemid, mille tingivad tänapäevased ohud, näiteks arvutiga töötamisel, keerukate seadmete käsitlemisel, vaimselt pingelisel töö jne. Probleemi põhiolemus on siiski sama.

Karjäärispetsialistide võimuses on teha tõhusat ennetustööd, et noored inimesed juba oma karjäärivalikute alguses oskaksid hinnata võimalikke tervisega seotud riske. Enne ühele või teisele erialale õppima asumist peaks kindlasti eneseanalüüsi käigus keskenduma ka neile asjaoludele. Teatud riskide või nende kahtluste korral on enamasti vajalik konsulteerida arstiga, otsida meditsiinilise karjäärinõustamise alast abi. Spetsialistide omavahelise koostöö ja abivajajate õigeaegse edasisuunamise eelduseks on see, et nii karjäärinõustajad, teabespetsialistid kui ka koolides karjääriplaneerimise teemat käsitlevad õpetajad omavad piisavalt sellekohast teavet, et tunda ära noorte terviseprobleeme ja neist tingitud ohuolukordi.

Kindlasti ei ole meditsiinilise karjäärinõustamise sisuks teatud eriala potentsiaalsete õppurite hirmutamise. Igal töö on erinevad riskid ja ohutegurid. Kui töö on põnev, perspektiivikas või muul moel väljakutseid esitav, ei tohiks võimalikud ohud elukutsevalikut liialt mõjutada. Ka kõige suuremate riskidega töö korral on esmatähtis teadlikkus, ohutusnõuete täitmine jms. Küll aga on meditsiinilise karjäärinõustamise sisuks vastunäidustuste väljatoomine ja tervise aspektist ebasoovitavate karjääriotsuste ärahoidmine.

## 1. MEDITSIINILINE KARJÄÄRINÕUSTMINE – KARJÄÄRITEENUSTE SÜSTEEMI OSA

Kaasaja ühiskonna järjest suureneva üleilmastumise, rahvusvahelistumise, IKT kiire arengu ja leviku tulemusena leiavad ka tööturul aset pidevad ja kiired muutused. Karjääriteenuste osutamine ei ole tänasel päeval kaugeltki vaid hädasolijate toetamine. Teadlik vaade tulevikku ja oma tööalase karjääri kavandamine on järjest suuremale osale inimestest üheks elu oluliseks, tihti vältimatuks osaks. 2005. aastal SA Innove Karjäärinõustamise Teabekeskuse tellimusel TSN Emori läbiviidud üleriigilise uuringu tulemused kinnitavad, et karjääriteenuseid vajab ja kasutab enamik Eesti inimesi. Olgu selleks siis teabeteenus sobiva töökoha või õppimisvõimaluste leidmiseks, karjäärinõustaja tugi enese paremaks tundmaõppimiseks või kindlama enesetunde tekkimiseks otsuste langetamisel.

Karjäärinõustamisest on näiteks abi isikutele, kes tunnevad vajadust olla enda ametikohal või valdkonnas edukamad ja efektiivsemad; seisavad silmitsi tööelumuutustega (näiteks koondamine); soovivad määratleda enda sobivust konkreetseesse valdkonda, juhtimistasandile või ametikohale; soovivad karjääriredelil edasi liikuda ja seetõttu vajavad kinnitust valitud suuna sobivuse osas. Karjäärinõustamises osalenud töötaja saab teadlikuks isiklikest arenguvajadustest ja vastavatest arendusmeetoditest; karjäärieesmärgid ja väljavaated konkretiseeruvad; kasvab ametialane enesekindlus ja ka enesehinnang muutub adekvaatsemaks; kasvab oskus määratleda alternatiivseid tegutsemisvariante; muutub efektiivsemaks isiksuse ressursside realiseerimine; lahkumine konkreetsest organisatsioonist ja uute rakendusvõimaluste leidmine muutub valutumaks. Kas ja kuivõrd keegi vajab ja kasutab spetsialisti tuge, jääb üldjuhul isiku enda otsustada, sest ainult tema ise saab võtta vastutuse enda valikute ja neist tulenevate edasiste karjäärivõimaluste osas.

Vastutuse võtmine kehtib ka isiku tervise ja sellest ühel või teisel moel sõltuvate karjäärivalikute osas. Samas ei tohi unustada, et sellelgi on teine oluline pool. Meditsiinilise karjäärinõustamise teenuse kaasabil peaksid inimesed senisest rohkem mõtlema, kuidas mitte ainult enda, vaid ka rahva elujõud säilitada.

Hea tervisega töötegija on ülioluline väärtus riigi majandusliku arengu seisukohalt. Töö efektiivsuse üheks peamiseks aluseks on just töötaja tervis. 2008. aasta inimarengu aruande põhjal iseloomustavad Eesti elanikke kehvad tervisenäitajad. Hoolimata kiirest majanduskasvust, heaolu ja palkade tõusust on Eesti ühiskond võrreldes teiste ELi riikidega vastavate näitajate poolest oluliselt madalamal positsioonil. Tervislike mõttemüüside ja tööohutusnõuete täitmise propageerimine ühest küljest ja kaasaegsete ohutute töötingimuste loomine teisest küljest võimaldavad kokku hoida ravikulusid ja terviseprobleemidest tingitud ümberõppekulusid.

Karjääriteenuste süsteemi ülesanne riiklikul tasandil on toetada **ühiskonna inimressursi optimaalset rakendamist tööturul**. See tähendab isiku vajaduste, oskuste ja huvide kokkuviiimist reaalsete töö- ja õppimisvõimalustega. Karjäärispetsialistide igapäevatöö üheks oluliseks komponendiks on ka teave erinevate kutse- ja ametialade töötajatele tööks vajalikest eeldustest, sealhulgas töötajatele esitatavatest füsioloogilistest ja tervislikest nõuetest. Oluline on juhtida klientide tähelepanu tervisega seonduvatele asjaoludele **ennetustööna** võimalike mittesoovitud tagajärgede vältimiseks ja nõustada **riskiolkordades** töötajaid ning suunata neid otsima ümberõppe- või töökoha vahetamise võimalusi juhul, kui töötingimused, töö iseloom või muu tegur ohustab tervist. Näiteks terviseprobleemiga noor vajab meditsiinilist karjäärinõustamist erialavalikul, kutsehaigusse haigestunud isik nõustamist vähem kahjustava töö leidmisel jne. Karjääriotsuste langetamisel on tervisega seotud küsimustes enamasti vajalik

meditsiiniline konsultatsioon. Ilma vastava ettevalmistuseta karjäärispetsialist saab siinkohal olla vaid toetajaks nende probleemide teadvustamisel, suunates kliendid edasi meditsiinilisele nõustamisele.

Karjääriteenuste ajaloost Eestis on teada, et arstid osalesid kutsenõustamises aktiivselt 1970ndate aastate algul. Paljude tollaste kutsenõuandlate juures nõustas arst kutsevalikul tervist puudutavates küsimustes.

Eestis töotervishoiu ja ka kutsenõustamise rajajateks võib lugeda prof. Hubert Kahni, samuti dr. Naomi Loognat ja dr. Georg Loognat. Kutsetöoga seotud riskide õpetamisega ja arstidele töotervishoiualaste teadmiste edasiandmisega tegeleb suurel määral dotsent Eda Merisalu. Vähem või rohkem tegelevad praktilises töös meditsiinilise karjäärinõustamisega kõik töotervishoiuarstid ja töotervishoiuõed. Dr. Harri Jänes on uurinud ja avaldanud mitmeid materjale tervise ja kutsevaliku seostest.

Tänaseks on kitsas **kutsenõustamise süsteem asendunud** laiema, mitmetasandilise ja klientide abivajaduse eripära arvestava karjääriteenuste süsteemiga. Selle üks lahutamatu osa peaks olema ka meditsiiniline karjäärinõustamine. Samas tuleb tõdeda, et tänases Eestis on noorte ja täiskasvanute **meditsiinilisel karjäärinõustamisel** palju arenguruumi.

## 2. MEDITSIINILINE KARJÄÄRINÕUSTAMINE

Teatud elukutsete keerukus ja see, et töö esitab töötaja organismile erinõudeid, on peamiseks põhjuseks, miks mitte alati kõigil ei ole soovitatav mõned teatud tööd teha ja vastavat eriala õppida. Mis omakorda ei tähenda, et nad ei võiks edukalt hakkama saada mõnel muul alal. Tervisehäireteks, mis sagedamini eriala valiku võimalusi piiravad, on nägemishäired, liikumisaparaadi ja südame-vereringe kroonilised haiguslikud seisundid.

„Praktiliselt tervete inimeste hulka arvatakse harilikult mitte üksnes krooniliste haigusteta, vaid ka mitmesuguste talituslike kõrvalekalletega isikud. Neil kõrvalekalletel pole olulist tähtsust igapäevases elus, kuid mõne elukutse omandamisel võivad need segavaks osutada. Arsti ülesanne on leida ja soovitada neiuile või noormehele tuhandete elukutsete hulgast just selline, mis kõige rohkem vastab tema kehalise ja vaimse arengu astmele, haige organismi ehituslikele ja talituslikele iseärasustele ning võimetele.

Arstlikul kutsenõustamisel on kaks tahku: füsioloogiline ja meditsiiniline. Tegemist on ühtse meditsiinilis-bioloogilise küljega kutsenõustamises, kuid mainitud kahe aspekti eristamist peetakse siiski vajalikuks. Kutsenõustamist füsioloogia seisukohalt kasutatakse terve noore inimese kutsevaliku suunamiseks. Kutsenõustamisel meditsiini aspektist aga antakse nõu noortele, kellel esineb tervisehäireid, mis võivad takistada mõnel erialal töötamist.“

Allikas: H. Jänes, Nooruk asub tööle, Tervis ja kutsevalik, 1985

### 2.1 Mis on meditsiiniline karjäärinõustamine?

**Meditsiiniline karjäärinõustamine** on sobivate karjäärivalikute soovitamine tervisehälvetega inimesele.

Meditsiinilise karjäärinõustamise käigus:

- analüüsitakse isiku kaasasündinud või omandatud tervisehäirete muutumise võimalust ametist tingitud kutsekahjustuseks;
- teadvustatakse isiku eripära ja olemasoleva terviseseisundi vastavust soovitud või valitud erialale;
- ennetatakse kutsehaiguse teket;
- teavitatakse kutsesobivusest ja võimalikest kutsekahjustustest, mis võivad tekkida seoses olemasoleva, tulevase või vahetatava erialaga.

Meditsiiniline karjäärinõustamine ei ole seotud inimõiguste rikkumisega (Inimõiguste deklaratsioon), vaid on noorte ja täiskasvanute teavitamine kutsesobivusest ja võimalikest kutsekahjustustest, mis võivad ette tulla seoses olemasoleva, tulevase või vahetatava erialaga.

Meditsiiniline karjäärinõustamine on vajalik:

- võimalike riskide vältimiseks ennetavalt erialaõpinguid kavandades;
- tööhutusnõuete järgimise ja tervise kaitse tagamiseks õpingute ning töö käigus;
- rangem meditsiiniline kontroll eritingimustes töötajatele;
- terviseprobleemidega arvestamiseks uute karjääriotsuste langetamisel;
- tekkinud terviseprobleemide väljaselgitamiseks ja likvideerimiseks;
- uute võimaluste leidmiseks, näiteks kutsehaiguse diagnoosi korral uue sobiliku eriala või töö leidmine.



## 2.2 Meditsiinilise karjäärinõustamisteenuse osutamine

Põhikooli- ja gümnaasiumiõpilastele osutatav meditsiinilise karjäärinõustamise teenus on reguleeritud sotsiaalministri 24.08.1995 määrusega nr. 51 „Koolitervishoiu korraldamine”.

Eesti Vabariigi põhiseaduse §28 lg aühel on õigus tervise kaitsmisele.

Rahvatervise seaduse § 1 lg 1 Käesoleva seaduse eesmärk on inimese tervise kaitsmine, haiguste ennetamine ja tervise edendamine, mis saavutatakse riigi, omavalitsuse, avalik- ja eraõigusliku juriidilise isiku ning füüsilise isiku kohustustega ning riiklike ja omavalitsuslike abinõude süsteemiga.

Hetkel on kohustus pakkuda meditsiinilist karjäärinõustamist: **kooliarstil, kooliõel, perearstil, töötervishoiuarstil ja erialaarstil** (juhul, kui ta näeb nooruki tervise mittesobivust valitava erialaga).

Reaalne olukord on kahjuks murettekitav. Kooliõed üldjuhul ennetustööd ei tee, kooliarstid teevad vähesel määral ja töötervishoiu arstidki vaid minimaalselt. Miks?

Põhjused:

- kooliarste on vähe, ühel arstil on teenindada mitu kooli;
- kooliõdedel puudub töötervishoiualane ettevalmistus, vastavaid koolitusi ei ole korraldatud;
- töötervishoiuarstid on hõivatud tervise kontrolli teenuse osutamisega;
- perearstidel puudub töötervishoiualane pädevus, vastuvõtu aja sisse (7–10 min) ei mahu meditsiiniline karjäärinõustamine;
- perearst tegeleb peamiselt haiguste raviga, mitte ennetusega.

Üheks põhjuseks on kindlasti ka nappus meditsiinisüsteemi riiklikul rahastamisel. Kui töötajate kohustusliku tervisekontrolli kulud katavad tööandjad, siis muu töötervishoiualase tegevuse, sh meditsiinilise karjäärinõustamise teenuse pakkumiseks ei ole piisavalt vahendeid. Ainus riiklikult finantseeritud töötervishoiuteenus pakkuja on Põhja-Eesti Regionaalhaigla (PERH) Kutsehaiguste ja Töötervishoiu Keskus.

Meditsiinilise karjäärinõustamise juures on oluline mitmedimensionaalne koolitajate võrgustik ning nende koordineeritud ja süstemaatiline väljaõpe.

Meditsiinilise hariduseta karjäärispetsialist ei saa inimesi terviseprobleemide korral nõustada. Tähtis on, et karjäärinõustajad, õpetajad jt oskavad probleemi märgata ja vajadusel meditsiinilisele karjäärinõustamisele suunata.

### 3. TERVISEGA SEOTUD RISKID ERINEVATES ELUETAPPIDES

Yale'i ülikooli psühholoogiaprofessor dr. Daniel Levinsoni ja tema kolleegid on 30 aasta eest põhjalikult uurinud inimeste elu erinevaid etappe. Uuringut läbi viies nad mõistsid, et ükskõik millist perioodi inimese arengus ei ole võimalik mõista ilma tervikut hoomamata.

#### Inimene läbib elus viis põhietappi:

- täiseaeelik (0–22),
- varane täisiga (17–45),
- keskiga (40–65),
- hiline täisiga (60–85) ja
- väga hiline täisiga (80 ja edasi).

#### Peamised tervisega seotud riskid neljas eluetapis

Eluetapp	VÕIMALIKUD PROBLEEMID	KARJÄÄRINÕUSTAMINE
täiseaeelik 0–22	<p>Ei teadvustada, kas, millal, kuidas ja miks on vajalik õpingute ja tööelu kavandamisel arvesse võtta füsioloogilisi omadusi, tervislikku seisukorda.</p> <p>Ei osata hinnata oma tervislikust seisukorrast või füsioloogilistest omadustest tulenevaid riske.</p> <p>Ei ole piisavalt ja asjakohast informatsiooni huvipakkuvate kutse- ja ametialade kohta, konkreetselt töökeskkonnast või muudest tingimustest tulenevate riskide, tervist mõjutavate asjaolude kohta.</p>	<p>Ennetav nõustamine erialaõpingute eel, võimalike riskide selgitamine soovimatute tagajärgede ärahoidmiseks .</p> <p>Noorte teadlikkuse tõstmine, võimalike riskide äratundmise toetamine.</p> <p>Info ameti- ja kutsealadest, millel töötamiseks esitatakse nõuded töötaja tervisele.</p>
Varane täisiga 17–45	<p>Teatud töökeskkonna ohutegurid või muud tingimused mõjuvad tervisele kahjustavalt, põhjustades kergemaid või tõsisemaid tagajärgi.</p> <p>Eiratakse tööohutusnõudeid.</p>	<p>Inimeste teadlikkuse tõstmine, tööohutusnõuete järgimise vajalikkuse selgitamine, tervisliku eluviisi propageerimine, tervisekaitse alaste õpingute korraldamine jms.</p>
keskiga 40–65	<p>Kutsehaigus.</p> <p>Tööst tingitud haigus.</p> <p>Üldhaiguse süvenemine või krooniliseks muutumine.</p>	<p>Töötajate regulaarne tervisekontroll (eelnev ja perioodiline kontroll).</p> <p>Meditiiniline kontroll eritööde tegijatele (politseinik, päästetöötaja, meremees, lendur, turvatöötaja, vedurijuht, kaitseväelane, õppur jne).</p>
hiline täisiga 60–85		<p>Tekkinud terviseprobleemide väljaselgitamine, ravile suunamine jms .</p> <p>Tööst tingitud haiguse või kutsehaiguse diagnoosi korral nõustamine uue sobiliku eriala või töö otsimisel.</p>

## 4. TERVISLIK SEISUND JA ERIALA VALIK

Igal erialal esinevad teatud ohutegurid. Ohutegur muutub kahjulikuks siis, kui töötaja viibib selle mõjupiirkonnas pikka aega või kui ohuteguri hulk on nii suur, et see põhjustab tööga seotud tervisehäire või kutsehaigestumise.

Nii indiviidi kui ka ühiskonna seisukohalt on vajalik, et noore inimese tulevane elukutse vastaks tema tervise seisundile. Vastasel juhul võib kutsetöö põhjustada haigestumist või juba põetava haiguse ägenemist ja töövõime kaotamist lühemaks või pikemaks ajaks. Seetõttu osutuvad kutsevalikul oluliseks, tihti koguni määravaks teguriks meditsiinilises otsuses sisalduvad seisukohad ja soovitused.

(H. Jänes, 1985)

„Niisugune lähenemine kutsesobivuse määramisele vastab arstliku kutsenõustamise põhimõttele, mille järgi tuleb noorele inimesele soovitada tööala, mis üksnes ei väldiks olemasolevate tervisehälvete tugevnemist, vaid veelgi enam – soodustaks ajapikku nende paranemist,“ väitis parkümmend aastat tagasi ka dr. Harri Jänes.

Nii kooli tervishoiutöötajal kui ka perearstil on oluline tunda õpilaste terviseprobleeme, krooniliste või kaasasündinud haiguste eripära. Terviseseisundist peab olema huvitatud ja piisavalt teadma ka noor inimene ise. Sellest ringist ei saa välja arvata ka lapsevanemaid. Karjäärinõustaja peab tundma tööprotsessi ja töökeskkonna spetsiifilist mõju töötaja tervisele konkreetsetes ametis. Karjäärinõustamise käigus peavad noored saama teavet tööga seotud terviseriskidest, haigustest ja võimalikest kutsehaigustest.

Üldjuhul mingi tõsisema terviserikke korral on väike tõenäosus, et sellega karjäärivõimaluste kaalumisel ei arvestata. Küll aga ei pruugi igaüks piisavalt teadvustada teatud asjaolusid, mis võivad tervist mõjutama hakata pikemas perspektiivis.

### Enesetundmine

Terviseprobleemide äratundmine, ennetamine.

Inimese tervis on üks osa tema terviklikkusest. Eneseanalüüsi käigus on oluline isikuomaduste, oskuste, võimete ja muude eelduste kõrval keskenduda füsioloogilistele, füüsilistele omadustele. Heaks ja lihtsaks näiteks siinkohal on pikkusega seotud ohud. Kui tulevases huvipakkavas kutsetöös peab pikk inimene töötama ebasobivas asendis, on ka ebasoovitavad tagajärjed ja terviserikked kerged tulema. Ka närvisüsteemi tüüp kas soosib või vastupidiselt seab piirangud teatud kutsetöödele. Käitumisharjumuste ja laiemalt harjumuspärase elustiili analüüs on igati asjakohane luubi alla võtta, sest nii mõnelgi juhul saavad probleemid alguse ebatervetest harjumustest. Teiselt poolt isikule mittesobiva elurütmiga töö mõjub tervisele kahjulikult.

### Elukutsete ja ametite tundmine

Tulevase kutsetöö töötingimustega tutvumine, nendega seotud riskide teadvustamine.

Ameti- ja kutsealade tutvustamisel on vajalik juhtida noorte tähelepanu nii töö iseloomule, töötingimustele kui ka konkreetsetl töökeskkonna ohuteguritele ja muudele riskifaktoritele, mis teatud asjaolude kokkulangemise korral võivad ohtu seada inimese tervise. Oluline on teada, et igas ametis ja kutsealal töötades on paratamatult omad ohud. Pole olemas tööd ega töökeskkonda, kus täiesti puuduksid ohutegurid. Keskenduda on vaja küsimustele – kas ja kuidas toime tulla nii, et need võimalikult vähe tervist kahjustaksid. Näiteks kontoritöös, valdavalt arvutiga töötamist nõudvates ametites saab töötaja väga palju ise selleks ära teha, et oma tervist säästa. Õige asend ja regulaarsed puhkepausid silmadele

on need väikesed nipid, mida igaüks saab kasutada. Kui töö on pingeline, siis liigse stressi vältimiseks on töötaja käsutuses mitmeid abinõusid – tööaja parem plaanimine, mõtete korrastamine. Raske füüsilise töö puhul on aga tõsisemad piirangud. Suhteliselt nõrga füüsilise jõu, luu- ja lihaskonna haiguste esinemise korral tuleb erialavalikul ka sellega arvestada.

Keerukamate ja tervistkahjustavate töödega tutvumisel on vajalik uurida ka tööohutusnõudeid kirjeldavaid materjale. On kaks poolt: tööandja poolt tagatud nõuetekohased tingimused ja töötaja omavastutus pidada kinni kehtestatud tööohutusnõuetest.

Soovitav on kasutada:

Teabekirjanduse OÜ väljaantud materjali „Elukutsed ja terviseriskid”  
([www.rajaleidja.ee](http://www.rajaleidja.ee)) ametikirjelduste andmebaasis sisalduvaid kirjeldusi.

## Haridustee ja tööelu kavandamine

Kuidas tervist hoida täna ja tulevikus.

Kõik õppeasutused peaksid uute õpilaste vastuvõtu käigus pöörama tähelepanu tulevases kutsetöös tervisele esitatavatele nõuetele. On rida ameteid ja kutseid, millel töötamiseks esitatakse kõrgendatud nõuded töötaja tervisele. Sellest tulenevalt on teatud erialadele õppima asumisel rangelt nõutav tervisetõend. Siinjuures on oluline noortele selgeks teha, et eesmärk ei tohiks olla tõendi esitamine, vaid ka tegelik tervise kontroll ja hindamine.

Juba ilmnunud terviseprobleemid ja/või nende tekke võimalikud riskid seavad samuti inimese tööalastele võimalustele teatud piirangud ning sageli vägagi selged piirid. Eriti oluline on juhtida noorte tähelepanu, et nad ei asuks õppima mõnd sellist eriala, mis valmistab neid ette kutsetöök, millel töötamine on vastunäidustatud, kuna terviseprobleemid süvendab ja/või tekivad teatud eelduste ja ohutegurite kokkulangemise korral. Paratamatult tuleb siis leida teine töö ja/või õppida uus amet.

Siinkohal on soovitus ühene – kõhkluste korral, et tulevane töö võib olla tervisega vastuolus, tuleb noor inimene suunata meditsiinilisele karjäärinõustamisele.

Kutseõppeasutusse õpilaste kooli vastuvõtul juhendatakse HTM 11.04.2002 määruse nr 33 „Õpilaste kutseõppeasutusse vastuvõtu kord” § 4 (5) nõudest. Õpilaskandidaat peab koos muude vajalike dokumentidega esitama ka tervishoiuteenust osutavalt isikult õpilase tervisliku seisundi kohta väljastatud **tõendi** või selle koopia. Määruse kohaselt on vastuvõtukomisjoni ülesandeks koordineerida ja korraldada õpilaskandidaatide kutsenõustamist koolis õpetatavates kutseala valdkondades.

Vastavalt ülikooliseadusele on kõikidel keskkaridusega või sellele vastava välisriigi kvalifikatsiooniga isikutel on võrdne õigus konkureerida ülikooli astumiseks. Vastuvõtu korra kehtestab iga kõrgkool ise.

Käesoleva materjali koostamise käigus oleme küsitlenud paljude koolide vastuvõtukomisjonide liikmeid, et saada ülevaadet kas ja kuidas kooli sisseastumisel pöörab kool tähelepanu tulevaste õppurite eeldatavatele tervisnõuetele. Tuleb tõdeda, et kahjuks ei ole EV õppeasutuste vastuvõtu korraldamisel meditsiinilise karjäärinõustamise küsimused leidnud piisavalt tähelepanu. Õppima asumiseks pole valdavalt meditsiiniline läbivaatus vajalik ja erialasid, mille suhtes oleks kehtestatud mingid erinõuded on üksikud. Võib vaid oletada, et sellise olukorra üheks põhjuseks on asjaolu, et terviseprobleemid õppimise ajal veel ei ilmne. Koolide esindajate väitel on terviseprobleemide ilmumise tõttu (näiteks praktika käigus selgub, et tulevane töökeskkond allergikule ei sobi jne)

õpingute katkestamine suhteliselt erandlik. Samas puudub ka otsene statistika koolist lahkujate terviseprobleemidest.

Saame siinkohal esile tuua ka **positiivseid näiteid**:

Erinõuded tervisele ja vastuvõtu eeltingimuseks on meditsiiniline läbivaatus kehtestatud Tallinna Lasnamäe mehaanikakoolis.

1. autolukksepad – ei sobi allergia ja nahahaigustega noortele (ei sobi pikad inimesed, üle 187 cm ja pikematele ei ole soovitatav, kuna sundasenditest tekivad tervisehäired);
2. kinnisvarahooldajad – ei sobi astmahaigetele, vererõuhaigetele, allergikutele;
3. keevitajad – ei sobi kopsuhaigetele, allergikutele, silmahaigusi põdevatele inimestele, epilepsiahaigetele;
4. metallitöötledajad – ei sobi nahahaigustega inimestele;
5. autoplekksepp-maaler – ei sobi kopsuhaigetele, silmahaigusi põdevatele, allergikutele;
6. keskkonnatehnika lukksepp ei sobi kopsuhaigetele, allergikutele, silmahaigusi põdevatele inimestele, epilepsiahaigetele;
7. laevaehitajad – ei sobi allergiahaigetele, vererõuhaigetele;
8. automaatikud – ei sobi epileptikutele, diabeetikutele, kõrge ja madala vererõhuga inimestele.

Tervisenõuded õpitavatele erialadele on ka Eesti Mereakadeemia Merekooli järgmistel erialadel: merelaevandus- ja kalapüük; laevajuhtimine vahitüürimehe tasemel 500 ja suurema kogumahutavusega laevadel – avamere kalapüük; laevamehaanika vahimehaaniku tasemel 750 kW ja suurema peamasina efektiivse koguvõimsusega mootorlaevadel; siseveelaeva juhtimine.

Nõuded tulenevad meresõiduohutuse seadusest (RT I 2002, 61, 375/.../2006, 21, 162) § 261 lõigete 1 ja 4 alusel ning Tervishoiuameti põhimääruse (RTL 2001, 108, 1509/.../2006, 9, 172) § 17 punkti 12 alusel.

Tartu Lennukolledžisse õhusõiduki juhtimise ja lennuliiklusteeninduse erialadele kandideerijatel tuleb eelnevalt läbida väga põhjalik tervisekontroll.

Tervisekontroll teostatakse „Õhusõiduki meeskonnaliikmete, lennuliikluse lennujuhtide ja -informaatorite ning nimetatud erialadel õppivate ja õppima asuvate isikute tervisenõuded, tervisekontrolli ning tervisetõendite väljaandmise, pikendamise, uuendamise ja kehtetuks tunnistamise kord” (Vabariigi Valitsuse 22. detsembri 2005. a määruse nr 325) alusel. Näiteks värvitaju häirega isik võib osutada lennundusalale sobimatuks. Samuti hinnatakse südamehaiguste tekkeriske jms. Õppima kandideerijate terviseuuringud korraldab perearst. Kool edastab need uuringutulemused Tallinna Lennundusmeditsiinikeskusesse, kus otsustatakse, kas sisseastuja tervis lubab tal piloodi või lennujuhi erialale kandideerida. Täpsemalt saab lugeda kooli kodulehelt [www.tac.ee](http://www.tac.ee).

### **Näiteid, millal elukutse valikus hakkab rolli mängima tervislik seisund**

- Kaasasündinud või omandatud kopsukahjustustega noored ei saa valida elukutset, kus on tegemist toksiliste ainetega.
- Allergilise fooniga või kindlatele ainetele ülitundlikkusega noored peavad vältima tulevases ametis allergeensete omadustega toimeaineid.
- Veresoonte seina sidekoelise nõrkuse puhul ja käte-jalgade verevarustuse häirete puhul tuleb mõelda, et pidevalt seisvas või istuvas asendis töötamine ning pikaajalise jahtumise tingimustes töötamine soodustab veresooneelaiendite teket.

- Nägemishäirete korral ei saa eelistada sekretäri, statistiku, peenmehhaaniku, graafiku, täppistöölise või arvutigraafiku, kraanajuhi, tuukri elukutset. Nägemisfunktsiooni halvenemise vältimiseks tuleb hoiduda nägemiselundi ülepingest. Samuti tuleb tunda nägemist kahjustavaid keemilisi ühendeid ja tulevases ametis vältida nendega kokkupuudet.
- Kuulmiskahjustuste või raske keskkõrvapõletiku põdenud noor ei saa töötada müra ja vibratsiooni tingimustes.
- Sageli ägenevate krooniliste liigespõletike korral ja kalduvusega süsteemsetele liigeshädadele (reuma), skeletisüsteemi väärarengute korral või selgroolüli diski traumaatilise vigastuse puhul ei saa valida füüsiliselt rasket elukutset, kus on tegemist süstemaatiliselt suure lihaspingega, püsiva sundasendi, traumade, põrutuste või vibratsiooniga. Samuti pidevalt sundasendistes viibimisel mängib olulist rolli töötaja kasv, näiteks kahemeetrine inimene ei tohiks hakata tegema sellist tööd, kus ta peab pidevalt kummardama või töötama ebaloomulikus tööasendis – nt autoremondilukksepa töö.
- Ebastabiilse närvisüsteemiga inimesed ei saa valida elukutset, kus on tegemist intensiivse vaimse ülepinge ja suhtlemisega, kõrge vastutuse ja raskete haigete või puuetega inimeste eest hoolitsemisega.
- Sageli külmetushaiguseid põdevad nõrga tervisega noored peaksid vältima töid välitingimustes ja muutuvates keskkonnatingimustes, samuti kiirgusfaktoreid ja toksilisi ühendeid, müra ja vibratsiooni.
- Kaasasündinud või omandatud südamekahjustuste, samuti mao-sooletrakti haavandite korral soodustab töö psüühilises ülekoormuses või stressirohketes tingimustes, samuti müras ja vibratsioonis töötamine, nende organite funktsionaalsete häirete süvenemist.
- Psoriaasihaigetele on vastunäidustatud tööd, mille sooritamisel puututakse kokku mürgiste, ärritavate, naha tugevat mäardumist põhjustavate ainetega ja ebasoodsate meteoroloogiliste tingimustega (kõrge õhutemperatuur, suur õhuniiskus) ja ka töö, mis on seotud suure neuro-emotsionaalse pingega.
- Ekseemi põdevatele noortele ei sobi tööd, mis on seotud neuro-emotsionaalse pingega, ebasoodsates meteoroloogilistes tingimustes või puutuvad kokku üksiköik milliste mürgiste ja nahka ärritavate ainetega või kõrgpingevooluga.
- Kroonilise keskkõrvapõletikuga noortele ei sobi enamik ehituserialasid, kuna haigus võib ägeneda külmetuse tagajärjel.
- Krooniliste kõripõletike korral ei tohi töötada ebasoodsates meteoroloogilistes tingimustes, tolmu, gaaside ja auruga saastatud õhus, samuti ei sobi ametid, kus on paratamatult vaja palju häält kasutada, näiteks õpetajaamet.
- Epilepsiat põdev inimene ei saa töötada professionaalse autojuhina, samuti on keelatud töökohustusi täita isikliku sõidukiga (juhul kui töötajal on B-kategooria juhilubasid, mis on väljastatud liikluskomisjonilt saadud tervisetõendi alusel); ei tohi töötada kõrgustes ja liikuvate mehhanismidega, millele kukkudes või vahele jäädes võib end vigastada. Samuti ei sobi ka vahetustega töö (magamatus alandab krambiläve).

## 5. TÖÖTERVISHOID JA TÖÖOHUTUS

### 5.1 Milline on tervislik töökeskkond?

Töökeskkonnas peavad olema täidetud väga paljud tingimused, enne kui võime seda nimetada tõeliselt ergonoomiliseks töökohaks.

Töötaja tervist mõjutavad mürgised ained, masinate müra ja vibratsioon, sotsiaalsed ja psühholoogilised ohutegurid, valed töövõtted ja tööasendid, raske füüsiline töö, tehnoloogilise protsessi kulgemise muutused jne. Tööstuses kasutatakse üle 100 000 keemilise aine, millest paljud on mürgised. Kümneid tuhandeid selliseid aineid kasutatakse ka igapäevaelus.

Üks olulisemaid ohutegureid töökeskkonna siseruumides on kliimanäitajad – õhutemperatuur ja -niiskus, õhu liikumine, soojuskiirgus. Ent kui ka töö on loodud parimad sisekliimatingimused, tuleb ikkagi teatud osa ajast viibida väljaspool ruumi (tänaval, autos). Eesti kliimas on sagedased nn. külmetushaigused.

Et nägemise kaudu saab inimene ca 90% teabest, mida ta töös kasutab, on valgustus töökohal üks tähtsamaid mõjureid. Esmajoones on oluline töökoha valgustatus (ehk valgustihedus). Halb valgustus väsitab silmi ja madaldab tööviljakust. Tänapäeva inimene puutub sageli kokku müraga – ettevõttes, sõidukis, kodus. Müratase ruumis on seotud eeskätt ruumisestest müraallikate, aga ka väljastpoolt ruumi tuleva müra ning heli aeglase sumbumise ja järelkõlaga ruumis (seda nimetatakse reverberatsiooniks). Kui inimest häirivad tema töötingimused, tuleks alati sellest töökeskkonnavolinikuga või otsese ülemusega rääkida. Eestiski on viimasel ajal hakatud esile tõstma edumeelseid, tervist edendavaid tööandjaid.

Noored, kes alustavad õpinguid või õpingute järgselt asuvad tööle, võiksid tunda töötervishoiu- ja tööohutusalasid mõisteid, peamisi nõudeid töökohale ja tervisele ning erinevaid ohutegureid töökeskkonnas.

### 5.2 Väljavõtteid töötervishoidu reguleerivatest õigusaktidest ja töötervishoiualane terminoloogia

#### Mõisteid

- **Töötervishoid** on töötaja tervisekahjustuse vältimiseks töökorraldus- ja meditsiiniabinõude rakendamine, töötajale töö kohandamine ning töötaja füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu edendamine ettevõtte tasandil.
- **Tööohutus** – töökorraldusabinõude ja tehnikavahendite süsteemi töökeskkonna seisund, mis võimaldab töötajal teha tööd ilma enda tervist ohtu seadmata.
- **Töökeskkond** – ümbrus, milles inimene töötab.
- **Töökeskkonnas esinevad ohutegurid:** füüsikalised, keemilised, bioloogilised, füsioloogilised, psühholoogilised, õnnetusohud. Need tegurid ei tohi ohustada töötaja tervist ega elu.

## Töökoht

- Ettevõtte territooriumil või tööruumis paiknev töötamiskoht ja selle ümbrus või muud töötamiskohad, kuhu töötajal on töötamise ajal juurdepääs või kus ta töötab tööandja korraldusel.
- Töökoht on vaja kujundada ja sisustada nii, et on võimalik vältida tööõnnetusi ja tervisekahjustusi ning säilitada töötaja töövõime ja heaolu.
- Kui tööprotsessis tekivad suits, tolm, gaas, aur jne, mis võib kahjustada töötaja tervist, tuleb vältida selle levikut töökeskkonda, tagada selle eemaldumine tekkekohast ja muuta kahjutuks.
- Terviseriski vältimiseks või vähendamiseks peavad töökohas olema kaitse-, pääste- ja esmaabivahendid, ohutusmärgid ja -vahendid.
- Töökohale on ka kehtestatud nõuded, mis on käsitletud määruses „Tegevusaladele esitatud töötervishoiu ja tööohutuse nõuded”.

## Ohutegurid

Töökeskkonnas esinevad ohutegurid võivad kutsuda esile õnnetusjuhtumeid, tööõnnetusi, kutsehaigestumist või tööst tingitud haigestumist, samuti süvendada juba töötajal esinevat haigust või puuet.

### *Füüsikalised ohutegurid*

- 1) valgustatus, müra, vibratsioon, ioniseeriv kiirgus, mitteioniseeriv kiirgus (ultraviolettkiirgus, laserkiirgus, infrapunane kiirgus) ja elektromagnetväli;
- 2) õhu liikumise kiirus, õhutemperatuur ja -niiskus, kõrge või madal õhurõhk;
- 3) õnnetusohud, sh masinate ja seadmete liikuvad või teravad osad, valgustuse puudused, kukkumis- ja elektrilöögioht ning muud samalaadsed tegurid.

### *Keemilised ohutegurid*

Keemilised ohutegurid esinevad kemikaalidega kokkupuutes olevate tööde tegemisel. Ohtlik on kemikaal, mis oma omaduste tõttu võib kahjustada tervist, keskkonda või vara. Keemilisteks ohuteguriteks on erinevad mürgid, mis sissehingamise, allaneelamise teel, või naha kaudu kutsuvad esile organismi kahjustuse või surma. Kemikaalid võivad olla tule- ja plahvatusohtlikud, terviseohtlikud, mürgised, sööbivad, ärritavad, sensibiliseerivad, kantseroogeensed, mutageensed, teratogeensed ja keskkonnaohtlikud.

### *Bioloogilised ohutegurid*

Bioloogilised ohutegurid on bakterid, viirused, seened, rakukultuurid ja inimese endoparasiidid ning muud bioloogiliselt aktiivsed ained, mis võivad põhjustada nakkushaigust, allergiat või mürgitust. Kaitseks töökohas toimivate bioloogiliste ohutegurite eest peab tööandja võtma tarvitusele abinõud, arvestades ohuteguri nakatamisvõimet.

### *Füsioloogilised ja psühholoogilised ohutegurid*

Füsioloogilised ohutegurid on füüsilise töö raskus, sama tüüpi liigutuste kordumine ja üleväsimust põhjustavad sundasendid ja -liigutused töös ning muud samalaadsed tegurid, mis võivad aja jooksul viia tervisekahjustuseni.

*Psühholoogilised ohutegurid* on monotoonne või töötaja võimetele mittevastav töö, halb töökorraldus ja pikaajaline töötamine üksinda ning muud samalaadsed tegurid, mis võivad aja jooksul põhjustada muutusi töötaja psüühilises seisundis.



Töötaja füüsilise ja vaimse ülekoormuse vältimiseks peab tööandja kohandama töö töötajale võimalikult sobivaks. Töökoha kujundamisel ja töö korraldamisel peab arvestama töötaja kehalisi, vaimseid, soolisi ja ealisi iseärasusi, tema töövõime muutumist tööpäeva või vahetuse jooksul ning võimalikku pikaajalist üksinda töötamist.

Ohutegurid töökeskkonnas ohustavad töötaja tervist siis, kui ei ole võetud kasutusele meetmeid nende vältimiseks või vähendamiseks (vt. [www.ti.ee](http://www.ti.ee); [www.riigiteataja.ee](http://www.riigiteataja.ee)).

### **Tööolme**

- Olmeruumid on riietus-, pesemis-, tualett- ja puhkeruumid, einestamisruumid jm ruumid.
- Olmeruumide ehitamise ja sisustamise puhul peab olema arvestatud töötajate arvu, soolist koosseisu ja töötingimusi.
- Tööriietust kandvate töötajate puhul on vajalikud riietusruumid, töölaadist olenevalt peavad töötajad saama kasutada pesemisruumi, kus on valamü või dušš, soe ja külm vesi.
- Puhkeruumis peavad olema laud ja toolid, raseda või rinnaga toitva töötaja puhul ka lamamisvõimalus.

### **Tööandja kohustused**

- Tööandja tagab töötervishoiu ja tööohutuse nõuete täitmise igas tööga seotud olukorras.
- Tööandja ja töötajad on kohustatud tegema koostööd ohutu töökeskkonna nimel.
- Tööandja tagab, et töövahend sobib tööülesande täitmiseks, vastab kasutaja kehahõõrmetele ning füüsilistele ja vaimsetele võimetele.
- Peab süstemaatiliselt kontrollima ettevõtte töökeskkonda ja jälgima töötervishoiu ja tööohutuse olukorda – viima läbi töökeskkonna sisekontrolli.
- Korraldama töökeskkonna riskianalüüsi, mille käigus selgitatakse välja ohutegurid, mõõdetakse nende parameetrid ja hinnatakse ohuteguri võimalikku mõju töötaja tervisele. Riskianalüüs vormistatakse kirjalikult ja säilitatakse 55 aastat.
- Riskianalüüsi alusel koostama kirjaliku kava, milles nähakse ette terviseriskide vähendamine või vältimine.
- Teavitama töötajaid töökeskkonnavolinikke, töötajate usaldusisikute kaudu ohuteguritest, töökeskkonna riskianalüüsi tulemustest ja terviseriskide vältimiseks kasutusele võetavatest abinõudest.
- Korraldama töötajatele tervisekontrolli (eelnev ja perioodiline, ohuteguritest lähtuv, öötöö).
- Määrama ettevõttes esmaabi andmiseks töötajad ja korraldama neile tööandja kulul väljaõppe (esmaabi anda oskav töötaja peab olema igas vahetuses ja allüksuses).
- Tagama esmaabivahendite kättesaadavuse kõigile töötajatele. Esmaabivahendid peavad olema märgistatud ja kergesti juurdepääsetavas kohas.
- Viima ajutiselt või alaliselt töötaja kergemale tööle või kergendama tema töötingimusi arsti otsuse alusel või töötaja enda nõudmisel (vastavalt seadusandlusele).
- Oma kulul andma töötajale isikukaitsevahendid, tööriietuse ning puhastus- ja pesemisvahendid, kui töö laad seda nõuab.
- Tutvustama töötajatele töötervishoiu- ja tööohutusalaseid nõudeid ja kontrollima nende täitmist.
- Korraldama töötajate tööohutuse- ja töötervishoiualase juhendamise ja väljaõppe. Kui töövahendeid või tehnoloogiat uuendatakse, tuleb juhendamist korrata.
- Koostama ja kinnitama ohutusjuhendi tehtava töö ja kasutatava töövahendi kohta ning andma töötajale juhised keskkonna saastamisest hoidumisest.

- Kõrvaldama töölt alkoholi-, narkootilises või toksilises joores või psühhotroopse aine olulise mõju all oleva töötaja.
- Teavitama Tööinspeksiooni kirjalikult ettevõtte alustamisest või selle tegevusala muutmisest.
- Tööinspeksiooni ettekirjutisest teavitama töökeskkonna volinikku, töökeskkonna spetsialisti, töötajate usaldusisikut, töökeskkonna nõukogu. Ettekirjutuse tähtajaliselt täitma ja selle täitmisest tööinspektorit kirjalikult teavitama.

### **Tööandja õigused**

- Tööandjal on õigus määrata distsiplinaar karistus, kui töötaja rikub töötervishoidu ja tööohutust käsitlevat õigusakti nõudeid.
- Kehtestada ettevõttes rangemad nõuded, kui on õigusaktides.

### **Töötaja kohustused**

- Töötaja peab osalema töökeskkonna loomisel, järgides töötervishoiu ja tööohutuse nõudeid.
- Järgima tööandja kehtestatud töö- ja puhkeaja korraldusi.
- Läbima tervisekontrolli vastavalt kehtestatud korrale.
- Kasutama ettenähtud isikukaitsevahendeid ja hoidma neid töökorras.
- Tagama vastavalt väljaõppele ja tööandja antud juhiste, et tema töö ei ohustaks tema enda või teiste elu ja tervist ning ei saastaks keskkonda.
- Kui on juhtunud õnnetusjuhtum või on selle tekkimise oht, koheselt teatama sellest tööandjale või otsesele ülemusele.
- Täitma tööandja, töötervishoiuspetsialisti, töötervishoiuarsti, tööinspektori ja töökeskkonnavoliniku töötervishoiu- ja tööohutusala korralduse.
- Ei või töötada alkoholi või uimastijoores või psühhotroopse aine olulise mõju all.

### **Töötaja õigused**

- Nõuda tööandjalt töötervishoiu ja tööohutuse nõuetele vastavaid töötingimusi ning ühis- ja isikukaitsevahendeid.
- Saada teavet töökeskkonna ohuteguritest, riskianalüüsi tulemustest, meetmetest tervisekahjustuste vältimiseks, tervisekontrolli tulemustest.
- Tõsise, ähvardava või vältimatu õnnetusohu korral peatada töö ja lahkuda töökohalt või ohtlikult alalt.
- Keelduda tööst või peatada töö, kui selle täitmine seab ohtu tema või teiste isikute tervise või ei võimalda täita keskkonnaohutuse nõudeid, teatades sellest viivitamatult tööandjale või tema esindajale ja töökeskkonna volinikule.
- Nõuda tööandjalt arsti otsuse alusel enda üleviimist alaliselt teisele tööle või oma töötingimuste ajutist kergendamist.
- Nõuda enda üleviimist sobivale päevasele tööle, kui arsti otsuse alusel on ootöö tervisele vastunäidustatud.
- Saada tööst põhjustatud tervisekahjustuse eest hüvitust.
- Pöörduda töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikmete, töötajate usaldusisiku ja tööinspektori poole, kui tema arvates töökeskkond ei ole ohutu.

## **Õnnetusjuhtum töökohal**

Õnnetusjuhtum töökohal on tulekahju, plahvatus või muu juhtum, mis võib ohustada töötajate ja teiste isikute elu ja tervist.

Tööandja on kohustatud õnnetusohu tekkimise korral teatama ohust ja rakendatavatest abinõudest võimalikult kiiresti kõigile töötajatele, kes on või võivad sattuda tõsisesse ohtu.

Töötajad peavad tõsise ja ähvardava õnnetusohu korral võtma tarvitusele abinõud vastavalt oma teadmistele ja kättesaadavatele tehnilistele vahenditele võimalike tagajärgede vältimiseks ka sellisel juhul, kui vahetu ülemusega ei ole võimalik kohe ühendust saada.

Tõsise ja vältimatu õnnetusohu korral peab töötajatel olema võimalik lahkuda oma töökohalt või ohualalt kiiresti ja ohutult. Selleks peavad evakuatsioonipääsud ja -teed olema takistuseeta ning varustatud piisava turvalgustusega ja evakuatsioonimärkidega.

Tõsise ja vältimatu õnnetusohu korral oma töökohalt või ohualalt lahkumisest peab töötaja esimesel võimalusel teatama tööandjale. Omavoliliselt lahkunud töötajat ei tohi selle eest karistada ega asetada ebasoodsasse olukorda.

Tööandja ei tohi kutsuda töötajaid tööd jätkama enne, kui õnnetusohu on kõrvaldatud.

Tööandja peab registreerima kõik ettevõttes tekkinud olukorrad, mis oleksid võinud lõppeda õnnetusjuhtumiga, ja nendest töötajaid teavitama ning rakendama abinõusid selliste olukordade kordumise vältimiseks.

## **Tööõnnetus**

Tööõnnetus on töötaja tervisekahjustus või surm, mis toimus tööandja antud tööülesannet täites või muul tema loal tehtaval tööl, tööaja hulka arvataval vaheajal või muul tööandja huvides tegutsemise ajal. Tööõnnetusena ei käsitata tervisekahjustust või surma, mis toimus loetletud juhtudel, kuid mis ei ole põhjuslikus seoses töötaja töö või töökeskkonnaga.

Tööõnnetus liigitatakse raskusastme järgi kergeks, raskeks või surmaga lõppenud tööõnnetuseks. Raskeks loetakse tööõnnetust, mis põhjustas töötajale raske kehavigastuse või eluohtliku seisundi.

Arst teatab raskest ja surmaga lõppenud tööõnnetusest ning töötajale ajutise töövõimetuse määramisest viivitamata kirjalikult või kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis tööandjale ja Tööinspektsiooni kohalikule asutusele. Tööandja teatab raskest või surmaga lõppenud tööõnnetusest viivitamata Tööinspektsiooni kohalikule asutusele ning surmaga lõppenud tööõnnetusest ka politseile.

## **Võimaliku õnnetusjuhtumi puhuks on tööandja kohustatud**

- 1) korraldama sideühenduse hädaabinumbri 112;
- 2) ettevõtte suurusest ja tegevuse laadist olenevalt määrama kindlaks tegevuskava inimeste ohualast väljaviimiseks ja päästetööde tegemiseks;

- 3) määrama inimeste ohualast väljaviimise ja päästetööde tegemise eest vastutavad töötajad, korraldama neile väljaõppe ning teavitama nendest ettevõtte töötajaskonda. Nende töötajate arv, väljaõppe ja nende käsutuses olev varustus peavad vastama ettevõtte suurusele ja ohu eripärale;
- 4) määrama kindlaks töövahendite seiskamise ja väljalülitamise korra;
- 5) andma töötajatele juhised töö peatamiseks ja ohualalt lahkumiseks tõsise ja vältimatu õnnetusohu tekkimisel.

### 5.3 Alaealiste töötamine

#### **Raskete, tervistkahjustavate või ohtlike tööde loetelu, kus alaealiste töötamine on keelatud\***

- Töötamine öisel ajal kella 22.00-st 6.00-ni.
- Tööd, mille puhul üle 1/3 tööajast on vaja tõsta või teisaldada raskusi: 13–14 a. lastel 5 kg; 15 a. tütarlastel üle 5,1 kg ja noormeestel üle 8,2 kg; 16–18 a. tütarlastel üle 10,2 kg ja noormeestel üle 16,4 kg.
- Tööd tule- ja plahvatusohtlike ainetega.
- Tööd, kus puututakse kokku täkkude, pullide, kiskjaliste ja teiste ohtlike loomadega.
- Tööd, kus on nakkushaigustega seotud oht.
- Tööd seoses alkoholsete jookide tootmise, hoidmise, transpordi ja müügiga.
- Tööd, kus laboratoorse kontrolli alusel pole välistatud piirnorme ületavad füüsikalised tegurid (elektromagnetväli, müra, vibratsioon, madal või kõrge temperatuur, tolm).
- Tööd, kus laboratoorse kontrolli alusel pole välistatud piirnorme ületavad keemilised tegurid.
- Tööd, kus on kokkupuude tõvestavate mikroobide, viiruste, seente või parasiitidega, samuti jäätmega ja heitveega.
- Ülemäärase psüühilise koormusega tööd (kinnipidamiskohtades, vaimuhaiglas, tapamajas, lahangukambris).
- Tööd maa-alustes trassides, kaevudes ja mahutites.
- Tööd, mille puhul on ette nähtud töötajate eelnev ja perioodiline tervisekontroll.

#### **Alaealiste kõlblust ohustavate tööde loetelu, kus töötamine on keelatud\***

- Tööd, kus tapetakse või töödeldakse elusloomi ja -linde.
- Pornograafiat, hasartmänge ja vägivalda propageerivad ettevõtmised.
- Kokkupuude alkoholi, narkootiliste ja psühhotroopsete ainetega.

\* - NB! Eeltoodud loetelu aluseks on kuni 30.06.2009 kehtiv TL seadus ja VV määrused, mis alates 01.07.2009 kehtima hakkava TL seadusega seoses vaadatakse VV poolt üle ja vajadusel muudetakse uue TL seaduse kehtivuse alguseks.

#### **Uus TL seadus reguleerib alaealiste tööd §7 ja §49 alusel**

## § 7. Töölepingu sõlmimine alaealisega

(1) Tööandja ei tohi töölepingut sõlmida alla 15-aastase või koolikohustusliku alaealisega ega teda tööle lubada, välja arvatud käesoleva paragrahvi lõikes 4 sätestatud juhtudel.

(2) Tööandja ei tohi töölepingut sõlmida alaealisega ega lubada teda tööle, mis:

1) ületab alaealise kehalisi või vaimseid võimeid;

2) ohustab alaealise kõlblust;

3) sisaldab ohte, mida alaealine ei suuda õigel ajal märgata ega ära hoida kogemuse või väljaõppe puudumise tõttu;

4) takistab alaealise sotsiaalset arengut või hariduse omandamist;

5) ohustab alaealise tervist töö iseloomu või töökeskkonna ohutegurite tõttu.

(3) Käesoleva paragrahvi lõike 2 punktis 5 nimetatud tööde ja ohutegurite loetelu kehtestab Vabariigi Valitsus määrusega.

(4) Tööandja võib 13–14-aastase alaealisega või 15–16-aastase koolikohustusliku alaealisega sõlmida töölepingu ja lubada teda tööle, kus töökohustused on lihtsad ega nõua suurt kehalist või vaimset pingutust (kerge töö). 7–12-aastaselt alaealisel on lubatud teha kergeid tööd kultuuri-, kunsti-, spordi- või reklaamitegevuse alal.

(5) Vabariigi Valitsus kehtestab määrusega alaealisele lubatud kergete tööde liigid.

## § 49. Alaealise tööle rakendamise piirang

(1) Kokkulepe, mille kohaselt alaealine töötaja kohustub tegema tööd kell 20.00 kuni 6.00, on tühine.

(2) Käesoleva paragrahvi lõiget 1 ei kohaldata, kui alaealine töötaja teeb kergeid tööd kultuuri-, kunsti-, spordi- või reklaamitegevuse alal täiskasvanu järelevalve all kell 20.00 kuni 24.00.

(3) Kokkulepe, mille kohaselt koolikohustuslik töötaja kohustub tegema tööd vahetult enne koolipäeva algust, on tühine.

## 5.4 Näited noortega juhtunud õnnetusjuhtumitest

### *Platvormi kokkuvarisemine*

Üks traagiline õnnetus, mis põhjustas noore laotöötaja tõsiseid vigastusi, tõi kaupade ladustamise valdkonnas välja mitmeid töö turvalisuse ja juhendamise probleeme. 22-aastane laotöötaja kukkus 3,5 meetri kõrguselt riulite vahele seatud ajutiselt platvormilt alla. Selle tagajärjel purunes selgroolüli ja vaagnaluusse tekkis mitu mõra. Tööõnnetuse uurijad olid kindlal seisukohal, et kui noormeest oleks enne töö alustamist piisavalt juhendatud või kui tema juhendaja oleks näinud, kui kõrgel ja ohtlikult noormees töötab, oleks õnnetus jäänud tulemata.

### *Mehaaniku õpipoiss*

18-aastane mehaaniku õpipoiss suri neli päeva pärast töökohal toimunud plahvatust. Õnnetuse juhtumise ajal aitas ta juhatajal tühjendada kütusejääkide konteinerit, valades vedelikku suurde prügikonteinerisse, kui kütus äkki põlema lahvatas. Mahuti juures asus gaasiboileri torulõõr, millest immitses gaasi. Ka see plahvatas ja tekitas suure tulekera. Kuna noor tööline alles õppis ametit, sõltus tema käekäik täielikult kogenud tööliste antud juhustest. Ettevõtte töötervishoiu ja -ohutuse juhendamine oli olematu, sest usuti, et igaüks saab ohtudest ise aru ja õpib neid töökogemuste lisandudes ise vältima.

### *Ohtlikud seadmed*

Kaks noort naisterahvast (21- ja 27-aastane) surid pärast takerdumist masinasse, mida kasutati puuviljafarmis. Noorte tööülesanne oli puuviljarennide püstitamise ja demonteerimise suurte köite abil, mille kerimiseks kasutati mootoriga võlli. Noored jäid sellesse kinni. Selgus, et töökoha riskianalüüs oli tugevasti puudulik ning mootoriga võll oli tööks sobimatu, kuna sellel puudus automaatne väljalülitusfunktsioon, kui keegi või miski sinna vahele kinni jääb. Samuti polnud noortele selgitatud piisavalt ohutusnõudeid ega hoiatatud võimalike riskide eest.

### *Raudtee*

22-aastane raudteetöötaja sai rongilt löögi ja suri, kui töötas raudteeveermetel. Noormees oli jõudnud selleks ajaks töötada vaid mõned vahetused ning saada koolitust ohutuse sissejuhatava osa ulatuses. Tema tööturvalisus ei olnud tagatud ja juhendamine oli ebapiisav. Pärast surmajuhtumit muutus tööandja suhtumine tööeelsesesse koolitusse ja ta tõhustas seda. Kehtestati kord, et kogenud töötajad jälgivad pidevalt, kuidas uutel töötajatel läheb ja mida nad teevad.

### *Küüni katuse*

Küüni katuse paigaldamise ajal kukkus 21-aastane noormees umbes kaheksa meetri kõrguselt maapinnast isetehtud tõstekorvist alla. Korv oli asetatud kahveltõstuki harkidele. Noormees sai kukkudes tõsiseid vigastusi. Uurijad leidsid, et töövõtja ei hoolinud kõrgustes töötamise ohutusjuhendist, ka kõik teised analoogsed töökohad olid ohtlikud. Töötajaid ei olnud teavitatud töökoha ohtudest.

## **5.5 Üksikuid näiteid surmaga lõppenud õnnetusjuhtumitest aastatel 2006 - 2008**

28.02.2006. Tallinnas, plekksepp (52-aastane mees) töötas kolmekorruselise maja 10-kraadise kaldega katusel. Plekipaani otsa kinnitamisel katuse räästa külge töötaja libastus lumega kaetud libedal plekk-katusel ja kukkus 10 meetri kõrguselt tänavale ja suri hiljem haiglas.

Põhjused: katusetöödel ei rakendatud meetmeid kõrgusest kukkumise vältimiseks, katuse servas puudusid kaitsepiirded; tööandja polnud töötajale väljastanud rakmetega ja isepingutava turvaköiega ohutusvööd; ehitusobjektile puudusid ohutusmärgid, mis kohustaksid kandma isikukaitsevahendit; töötaja ettevaatamatus; puudulik töökeskkonna sisekontroll; puudulik ohutusala juhendamine, tööandjal puudus ohutusvöö kasutamise juhend; tööandja polnud määranud ohutusvöö kasutamise korda (nagu ohutusvöö ja turvaköie defektide määramine, vöö kinnitamiseks piisavalt tugevate kinnituskohtade ja töö tegemist mittetakistavate kinnitusviiside määramine, samuti turvaköie ohutu pikkuse määramine, juhised, kuidas tagada ohutus lahtise turvaköie kinnitamise ajal, isepingutava turvaköie kasutamise iseärasused, kuidas tegutseda libisemisel avarii situatsioonis, et tuua ohualas töötaja tagasi turvaalale jm.) ega neid töötajale tutvustanud.

24.04.2006. Pärnumaal, keevitaja (54-aastane mees) keevitas lahti metsaveoauto vaheraami kaitseirmi, mis kukkus pärast lahtilõikamist töötaja poole ja muljus töötaja raami vahele. Surm sündmuskohal.

Põhjused: tööandja ei korraldanud tööohutusosalast juhendamist ja väljaõpet; puudusid töövahendi ja tehtavate tööde ohutusjuhendid; töökoha mittevastavus tööohutusnõuetele; puudulik töökeskkonna sisekontroll; korraldamata oli töökeskkonna riskianalüüs ja selle alusel kirjalik tegevuskava.

20.06.2006. Tallinnas, ehitusgeodeet (20-aastane mees), liikudes möödistatava punkti suunas, kukkus 18 meetri kõrguselt piireteta vahelaelt esimese korruse betoonpõrandale, saades raskeid kehavigastusi. Surm sündmuskohal.

Põhjused: töökoha mittevastavus ohutusnõuetele, mis seisnes selles, et kaitsepiirded olid paigaldamata ja ohutsoon märgistamata; puudulik koostöö (kirjalike kokkulepete puudumine ühistegevuse kohta) kahe alltöövõtja vahel ning peatöövõtja vahel ehitusobjektidel; mitteküllaldane ohutusala juhendamine, ei ole tutvustatud tööandja koostatud ja kinnitatud ohutusjuhendeid, iseseisvale tööle lubamine registreerimata; tööohutusplaani puudumine ehitusobjekti kohta; ohu alahindamine.

13.07.2006. Tartumaal, vanemelektrik (41-aastane mees) sai kaabli paigalduse käigus Soojamaa 15/0,4 kV alajaamas 0,4 kV pingel all olevalt kaablist surmava elektrilöögi. Surm sündmuskohal.

Põhjused: elektripaigaldiste käidu ohutusjuhendi eiramine, elektritööd juhtiv isik ei hinnanud õigesti eelseisva tööga seotud ohtusid; elektritööd juhtiv isik ei kaasanud töö kavandamisse käidukorraldajat; tööd ei kavandatud ja puudus kirjalikult vormistatud töö korraldamise dokument; elektritööd juhtinud isikul puudus luba elektripaigaldise kaitsevööndis töötamiseks; puudulik sisekontroll; isikukaitsevahendite mittekasutamine.

01.09.2006. Tallinnas, valvur-kontrolör (68-aastane mees) jäi pärast karjäärist välja sõitnud SR Veod OÜ kalluri juhilt kontrolltalongi vastuvõtmist sama kalluri poolhaagise alla ja sai kohapeal surma.

Põhjused: kallurijuhi ettevaatamatus kalluriga liikuma hakkamisel; ohutusnõuete rikkumine valvuri poolt, kes seisis autojuhilt talongi üle võtmise ajal selleks mitte ette nähtud (liiklusohutlikus) kohas ning ei kandnud valvuritele ette nähtud helkurvesti; mitteküllaldane sisekontroll, mille käigus ei ole ettevõttes pööratud piisavalt tähelepanu asjaolule, et Vao territooriumi väljasõidu kontrollpunkti nr. 2 asukoht on ohutuse seisukohalt ebasobiv.

11.09.2006. Tallinna, sotsiaalhoolekandeosakonna juhataja (51-aastane naine) täitis oma igapäevaseid tööülesandeid, kui teda tulistati. Suri haiglas.

Põhjused: kodanik V.M.-i kuritegelik käitumine; ohu alahindamine tööandja poolt (turvariskide analüüsi puudumine, linnaosavalitsuse külaliste registreerimiskorra puudulikkus).

09.11.2006. Tallinnas, ehitustööline (20-aastane mees) viskas laohoone katuselt alla katusepapi materjalialuseid. Materjalide kinnitamiseks ette nähtud sünteetilisest materjalist pakkelint, mis oli jäänud aluse külge, haakus aluse tõstmise käigus üle töötaja turja. Katuselt alla visatav puidust alus tõmbas kaasa töötaja. Töötaja langes koos puitalusega 14 meetri kõrguselt maapinnale, saades raskeid kehavigastusi. Suri haiglas.

Põhjused: kaitsepiirete puudumine; ohutusvööde ja kõite mittekasutamine, kuna kõite kinnituskoht oli töödejuhil kindlaks määrata; mitteküllaldane tööohutusala, milles toodud abinõud ei taganud katusel (sh katuse ääre lähedus) liikumise ja töötamise ohutust; puudulik üldkontroll, ohutusvöösid ja -kõisi ei saanud kasutada seetõttu, et kinnituskohad olid töödejuhil kindlaks määrata; ohu alahindamine kannatanu poolt, kes

viibides puitaluse alla loopimise ajal ohutsoonis, s.t. katuse äärele lähemal kui 2 meetrit, seadis ohtu enda tervise.

05.09.2007. Lääne-Virumaal sattus puiduettevõtte töötaja, lõikusliini operaator (54-aastane mees), töötava lõikusraami ja rulltee vahele ja suri sündmuskohal.

17.10.2007. Ida-Virumaal hakkas FIE Luunja traktorist-töödejuhataja (50-aastane mees) pulli lauta ajama, mille peale hakkas pulli töötajale vastu ning ründas teda. Pulli lükkas töötaja pikali ja muljus surnuks.

18.10.2007. Ida-Virumaal hukkus FIE-na töötav valvur (54-aastane mees) süttinud valvuriputka põlengus.

09.11.2007. Ehitustöölise, 62-aastane mees, vedas viiekorruselise maja katuseharjal 4000x1100 mm suurust 17 kg raskust katuseplekitahvli. Töötaja vääratas, libises ja kukkus katusele alla maapinnale. Suri haiglas.

Põhjused: töökoha mittevastavus tööohutusnõuetele, ehitatava 25-kraadise kaldega sileda plekk-katuse servas puudus kaitsepiire; ohutusvöö kasutamiseks polnud tööandja kehtestatud nende kasutamise korda ega taganud vajalikke tingimusi nende kasutamiseks, turvaköie kinnitamiseks oli katusesse tööjärjepoolsesse otsa kinnitatud ainult üks aaspolt, pleki kandmise kohal aaspoldid puudusid; objektile puudus tööohutusplaan; riskianalüüsi puudumine ja selle alusel terviseriskide vähendamiseks ohutusabinõude mitterakendamine.

03.01.2008. Hommikul kell 7.15 juhtus kivisöe kaevanduse 5. jaoskonnas tööõnnetus, mille tagajärjel sai surma 51-aastane allmaaläbindajana töötanud meesterahvas. Töötaja jäi tagurdanud puurimismasinaga ja kaevandatava seina vahele. Surm saabus kohapeal. Tegemist oli staažika allmaatöötajaga.

10.06.2008. Juhtus kaks tööõnnetust, mis tõid kaasa surma.

Tallinnas Tammsaare tee 51 maja juures Tammsaare tee pikendusel toimus keskpäeval liiklusõnnetus, kus sõiduauto sõitis kahte suunda ühendaval lõigul otsa kahele teetöölisele. Sündmuskohalt toimetati Põhja-Eesti regionaalhaigla Mustamäe korpusesse mõlemad teetöölised, kellest üks (50-aastane) suri hiljem haiglas.

Teine surmajuhtum oli kell 20.10 Ida-Virumaal põlevkivikaevanduses, kus 53-aastane mees, koristusetöölise, töötas soonimismasinaga, kui kambrilagi kukkus alla.

### **Peamised tegevused ettevõttes, et vältida tervisekahjustusi ja õnnetusjuhtumeid**

- tööandja enda koolitus töötervishoiu valdkonnas
- töökeskkonnastruktuuri loomine
- töökeskkonna riskianalüüsi teostamine ja töötervishoiualane sisekontroll
- töötajate juhendamine tööohutuse kui töötervishoiu osas töölevõtmisel, ka täiendavad juhendamised
- tööohutuse range jälgimine ettevõttes tööandja kui töötajate poolt
- masinariikete regulaarne kontroll ja avastamisel kohene likvideerimine
- töötajate tervisekontroll
- töötajate väljaõpe avariiolekorras tegutsemiseks



- pidev kontroll õigete töövõtete osas
- kaitsemeetmete rakendamine töökohal, isikukaitsevahendite kasutamine
- töötajate tähelepanelikkuse tõstmine, hea valgustatus
- töötajate puhul ületundide tegemise vältimine
- töötajate joobeseisundis, alkoholivõõrutusnähtudega ja liigväsinuna töötamise vältimine

## 6. TERVIST KAHJUSTAVAD TÖÖD

Rangemat meditsiinilist tervisekontrolli ja karjäärinõustamist vajavad ka eritingimustes töötavad spetsialistid – kaitse- ja päästeteenistuses, transpordi-, allmaa- või allveeteenistuses, tuletõrje- ja politseiametis töötavad inimesed.

### **Keemiliste mõjurite tõttu tervist kahjustavad tööd, kus on kokkupuude:**

- akrüül- ja metakrüülhapete, aromaatsete amino-, nitroso- ja nitrokloorühenditega, aromaatsete amiinide, rasvhapete rea aminoühendite ja nende derivaatidega;
- baariumi, arseeni, berülliumi, broomi, kaadiumi, liitiumi, mangaani, nikli, plaatina, elavhõbeda, plii, seleeni, väävlit, antimoni, talliumi, koobalti, kroomi ja nende ühenditega;
- asovärvide, benseeni, amiidide, naftooli, hüdrasiini, süsivesinike halogeenderivaatide, isotsüanaatide, metanooli, perhüdrooli, süsinikdisulfiidide, fenooli, formaldehüüdi, naftaleeni ja nende ühenditega;
- koksigaasi, kunst- ja sünteetiliste kiudude, sünteetiliste pesemisvahendite ja kautšuki, epoksüvaikude, alifaatsete polümeeride, vitamiin- ja hormoonpreparaatide jm ravimite tootmine, pestitsiidide, lämmastik-, tsüaanvesinik- ja ftalhape, fluori, furaani, kloori ning nende ühendite tootmisega;
- vulkaniseerimise, looduslike naftaproduktide, põlevkiviõlide, stüreeni polümeeridest saadud polüestervaikude, plastmasside, liimide ja lakkide, vinüülkloriidist saadud polümeeride ja polüamiidide kasutamise; ja
- tetraetüülpilii ja etüleeritud bensiooni, haruldaste muldmetallide, räniorgaanilistest ühenditest saadud lakkide, määrete ja vaikude kasutamise.

### **Bioloogilistest mõjuritest tingitud tervist kahjustavad tööd, kus on kokkupuude:**

- antibiootikumidega;
- valgu- ja vitamiinide, ferment- ja verepreparaatidega;
- infitseeritud materjalidega;
- helmintidest nakatunud materjalidega;
- nakkushaigetega.

### **Tööstuslike aerosoolide tõttu tervist kahjustavad tööd, kus on kokkupuude:**

- abrasiivmaterjalidega;
- räni ja ränioksiidi sisaldavate aerosoolidega;
- metallide ja nende sulamite lihvimisega;
- asbesti ja silikaate sisaldavate aerosoolidega, asbestkiust ja -kummist toodete töötlemisega;
- klaas- ja mineraalkiust, tsemendi, savi, šamoti, boksiidi, vilgu- ja lubjakivi kasutamise; ja
- puuvilla, lina, tubaka, puidu töötlemisel tekkiva tolmu; ja
- põlevkivi kaevandamisega;
- keevitusaerosoolidega;
- hoonete liivajugapuhastusega.

### **Füüsikalistest mõjurite tõttu tervist kahjustavad tööd:**

- radioaktiivsete ainete ja ioniseeriva kiirgusega;
- laserkiirgusega, kõrgsagedus-, elektri- ja magnetvälja diapsoonis 30 MHz—300 GHz;
- kõik tööd elektromagnetilise energia allikatega sagedusskaalas alla 30 MHz;

- konstantsete elektri- ja magnetväljade allikatega;
- lokaalse ja üldvibratsiooniga töö;
- intensiivse tööstusmüraga töö üle 85 dB;
- ultraheli aparaatidega seotud töö;
- töö kessoonis, barokambris, tuukrina või langevarjurina;
- töö kõrge (+26...+28 C) ja madala (+16...+7 C) temperatuuri tingimustes või intensiivse soojuskiirguse mõjupiirkonnas (üle 1 W/m<sup>2</sup>);
- töö sundasendis (põlvili, lamades, kükakil) 50% tööajast või pideva kummardamisega üle 30 vertikaalset üle 300 korra vahetuses;
- raskuste käsitsi teisaldamisega pidevalt M >30 kg, N >7 kg ja vahelduvtöödel >10 kg või raskuse 7 kg tõstmine 1,5 m kõrgusele;
- silmade suurenenud pingutusega seotud tööd, täppistööd vaadatava objekti suurusega <1mm;
- tööd seoses hääleaparaadi ülepingega (õpetajad, diktorid, näitlejad, lauljad).

### **Ohtlikud tööd:**

- kukumisohuga 1,5 m kõrguselt;
- pingega üle 127 V töötavate elektriseadmetega;
- metsakaitse, puude langetamine ja esmane töötlemine;
- kõik allmaa- ja lõhkamistööd;
- töötamine survemahutitega või katlakütjana;
- tulirelva kandmisõigusega ametites (sõjaväestatud valves, inkassaatorina pankades);
- gaasi-, pääste- ja tuletõrjeametis;
- töö mehaanilistel seadmetel ja tehasesisistel transpordivahenditel.

### **Tervisekontrolli vajadus nakkushaiguste leviku tõkestamise eesmärgil:**

- toiduainete ja vee valmistamine ja vedu;
- laste- ja noorukite teenindamisega seotud tööd;
- elanike isikliku hügieeni rahuldamisega seotud tööd;
- ravimite valmistamine apteekides ja farmaatsiatehastes;
- hotellide, ühiselamute ja kaugreisiringide teenindamine.

### **Tervisekontrolli vajadus elanike ohutuse tagamiseks:**

- autotranspordi ja elektritranspordivahendite, traktorite jm liikurvahendite juhtimine;
- töö reisilaevadel jt ujuvvahenditel;
- töö reisilennukitel või seoses lennuvahendite tehnohooldusega;
- vedurite ja iseliikuvate mehhanismide juhtimine raudteel või nende tehniline hooldus;
- raudtee tehniline korrashoid, rongide koostamine, veeremi ettevalmistamine sõiduks, tehnohooldus või remont;
- töötamine reisi- või avariiringidel, veoste saatmise ja valveta seotud tööd.

### **Tööd, kus naiste töötamine on keelatud:**

- metallitöötlemine: valu- ja keevitustööd; katla-, tõmbe- ja survetööd; sepistus-, stantsimis- ja termotööd; metallide katmine ja värvimine; lukksepa- ja pliitööd;
- ehitus-, montaaži- ja remonditööd: asfaldi- ja pinnasetööd, müürsepa, plekksepa, masinisti, pottsepa ja pliitööd jm;
- kaevandustööd;
- rikastamis-, aglomeerimis- ja brikettimistööd;

- geoloogia- ja topogeodeesia tööd;
- elektrijaamade ja -võrkude seadmete remont;
- abrasiivtööd – töötamine korunditsehhis ahjutöölisena;
- elektrotehnikaalane tootmine – elavhõbeda-, antimoni- ja pliiitööd;
- raadiotehnika- ja elektroonikatööstusega kokkupuutuvad ametid;
- lennuparaatide tootmine ja remontimine;
- turba tootmine (kraavikaevamine, kännujuuriija, puudelangetaja);
- laevaehitus ja -remont – betoonija, katelsepa, vasksepa ja puusepatööd;
- keemiatööstus – pigi- ja kautšukitööd;
- anorgaaniliste produktide (kloor, fluo, karbiit) tootmine;
- orgaaniliste produktide (bensool, toluool, ksülool) tootmine;
- lakkide- ja värvide tootmine – töö plii-, tina- ja vaseühendite tootmisel;
- klaasasbestist toodete valmistamine – töö suuregabariidiliste toodete (>1.5 m) vormimisel sünteetiliste vaikude baasil;
- kummitööstus – kummiseguri juhtimine, vulkaniseerimine, armeeritud suuregabariidiliste toodete valmistamine ja parandamine;
- nafta, gaasi, põlevkivi ja kivisöe töötlemine;
- metsavarumistööd, palgiparvetus ja vaigutustööd;
- tselluloosi, paberi, papi ja neist valmistatud esemete tootmine – tselluloosi, leelise ja kiudtoorme keetmine, puidu aurutamine, püriidi peenestamine, sulfaadi laadimine, püriidi- ja väävliahjude täitmine, fiibri immutamine ja saagimine, kloori- ja kemolahuste valmistamine, väävelhappe regenerereerimine ja töötamine soodakatlatöölisena;
- tsemenditootmine – mudabasseinide ja segusõlmede puhastamine;
- kivitöötlemine – kiviraiumis-, kivilulatus-, kivisaagimis- ja -freesimistööd;
- raudbetoon-, betoondetailide ja nende konstruktsioonide tootmine ja lõikamine;
- soojus- ja hüdroisolatsioonimaterjalide tootmine – töötamine bituumeni- ja vagrankatöölisena või katlatäitjana;
- klaasi ja klaastoodete valmistamine – töötamine kvartsklaasi puhujana ja sulatajana, amalgaamijana või pinnariisujana;
- tekstiili- ja kergetööstus – puuvilla, lina, villase riide tootmine, vilditööstus, naha- ja nahkjalatsite tootmine, parkekstraktide tootmine – rullide käsitsi mettimismasina peale ja mahale tõstmine, sanitaartehnikalukksepa tööd, kanalisatsioonikaevude puhastamine;
- toiduainetetööstus – lihasaaduste tootmine (loomatöötlemine, nahakõlutus- ja -viimistlustööd); kalapüük ja -töötlemine; töötamine leivatööstuse taigasegumasinal üle 330 l; mahorka ja tubaka tootmine; parfümeeria- ja kosmeetikavahendite tootmine elavhõbedaühendite baasil;
- raudtee-, auto-, mere-, jõe- ja õhustranspordis sõidukite juhtimisega seotud tööd;
- sideaparatuuri ja raadioseadmete ekspluatatsioonitöö üle 10 m kõrgusel;
- polügraafiaseadmete seadistamine, pliisulamitega trükitööd ja sügavtrükitööd;
- muusikariistade tootmisel vaskpuhkpillide detailide valmistajana ja klaveri malmraamide abrasiivpuhastajana;
- põllumajandusega seotud ametid: töötamine kaevudes, virtsa- ja silohoidlates; korjuste ja patoloogilise materjali laadimisega seotud töö; mürgkemikaalide transpordi, laadimise ja piserdamisega seotud tööd;
- kõigile majandusharudele ühised tööd – puhastustööd kinnistes mahutites ja ruumides, kõrgtingimustes, keemiliste ainetega kokkupuutuvad tööd.

- **Rasedatel ja rinnaga toitvatele emadele on ohtlikeks töökeskkonna tegureiks:**

- öötöö;
- raske füüsiline töö;
- vibratsioon;
- ioniseeriv kiirgus;
- benseen, bensopüreen, dimetüülformamiid, elavhõbe, 2-etoksüetanool, etüleentioourea, nikkelsüsinik, pliiühendid, trinitrotolueen jt. Töötervishoiu ja tööohutuse nõuded rasedate ja rinnaga toitvate naiste tööks (RT I 2001,17,81) määratleb tööd, mida on rasedatel ja rinnaga toitvatel naistel keelatud teha ja sätestab töödandja kohustused ohutu töökeskkonna loomiseks.

### **Näited töötajate tervisekontrollist**

Töötaja on 22-aastane naine ja töötab toiduainetetööstuses, laboris. Töötaja puutub kokku erinevate kemikaalidega: lahustite, hapete, alustega. Selgub ka, et õhuvahetus laboris ei ole nii hea, et kõik aurud oleksid töökeskkonnast elimineeritud. Tervisekontrollil kliinilise vere analüüsis avastatakse kõigi rakupopulatsioonide langus, alla normväärtuste, eriti punaliblede osas. Punalibled on düsplastilised, esineb megaloblaste. Töötaja on hematoloogia osakonnas ravil ja jälgimisel pernitsioosse aneemiaga. Viimase poole aasta jooksul ei ole hematoloogi vastuvõtul käinud.

Kaebused: töötajal on olnud kolme kuu jooksul tugev nõrkus, kuid töö ei ole talle liigselt koormav, sest füüsilist tööd ei ole. Objektivselt on näost kahvatu, südame kuulatlusel esineb tahhükardia, EKG-s tahhükardi foonil sagedased supraventrikulaarsed ekstrasüstolid.

Patsient suunatud hematoloogile saatekirjaga, milles lühikirjeldus lisaks sümptomitele ja analüüsi tulemustele ka töös kasutatavatest kemikaalidest ja hüpoteesid, miks vereloome osas ei toimu paranemist, kuigi ravi on korraldatud adekvaatselt. Hematoloog kinnitab, et nende kemikaalidega kokkupuude on vastunäidustatud. Hematoloogi vastus annab töötervishoiuarsti otsusele dokumentaalse tõenduse.

Tervisekontrolli otsus: töötaja ei või oma töös kokku puutuda laboris kasutatavate kemikaalidega. Viia üle teisele ametikohale, mis ei asu laboriruumides.

23-aastane noor mees. Esimese tüüpi suhkruhaige, teostab rasket tööd ehitusel, töötab kõrgustes. Diabeet diagnoositud viis aastat tagasi. Kliinilised uuringud ja lisauuringud näitavad, et organsüsteemis on suhkruhaiguse tõttu välja kujunenud tüsistused: mõlemas silmas on silmapõhja retina arterite muutused ja teostatud retinaarterite laseroperatsioonid; neerufunktsioonihäired (uriinis valk ja suhkur), kõrgenenud vererõhk. Tervisekontrollil oli veresuhkur 17 mmol/l (söömata 4 tundi). Antud olukorras oli otsuse tegemisel vaja lähtuda töötaja üldhaigusest. Ehitusel töötamisel kasutatakse kemikaale, töökeskkonnas on tihti mitmesugused värvid ja puhastusvahendite aerosoolid ja tolmu, samuti teisaldatakse käsitsi raskusi ning töötatakse kõrgustes.

Tervisekontrolli otsus: ei ole lubatud töötada kõrgustes, vastunäidustatud töö kemikaalidega ja raske füüsiline töö.

Töötaja on 56-aastane, tööstaaži on 38 aastat. Sellest viimased 16 aastat on töötanud kontoris eri ametikohtadel. Oma tervisekontrolli kaardil on märgitud ainult viimased 16 tööaastat, varasem ei oma tema arust tähtsust. Nüüd vastuvõtul selgub vestluse käigus, et siiski ei ole ta terve elu olnud kontoritööl, vaid 22 aastat on töötanud laboris ja puutunud kokku aniliiniühenditega. Kusjuures selgub, et töötingimused olid halvad, ei kasutatud tõmbekapi all töötamist ega polnud ruumides head ventilatsiooni, isikukaitsevahenditest ei ole töötaja midagi kuulnud, veel vähem kasutanud. Seega, kui nüüd töötervishoiuarstile

jääb eelöeldu teadmata, siis ei oska ta pöörata tähelepanu antud kemikaalist tingitud võimalikele tervisehäiretele või kahjustustele. Kuna töötaja on töötanud aniliiniga kaua aega tagasi, ei saa otsida ägeda ega kroonilise mürgistuse nähte, vaid teades aniliini ja tema ühendite muid tervistkahjustavaid omadusi, tuleb pöörata tähelepanu kantserogeensusele. Aniliin ja tema ühendid on kantserogeensed ja sihtorgan on kusepõis ning kuseteed. Nüüd tekib vajadus lisauuringutele selle organisüsteemi osas. Kahjuks ei saa neid uuringuid teha töötervishoiuarst, siinkohal suunab töötervishoiuarst töötaja edasi kas perearsti või vastava eriarsti poole. Seega üks oluline asi sai lahendatud tänu sellele, et selgus tööelukirjeldusest väga tähtis asjaolu.

## 7. KUTSEHAIGETE KARJÄÄRINÕUSTMINE

Kutsehaigete nõustamisega tegeleb töötervishoiuarst, perearst või vajadusel eriarst.  
Vt [Kutsehaiguste kliinik](#)

Eestis registreeritakse aastas diagnoosimise vähese jõudluse tõttu veidi üle saja kutsehaiguse juhu, mida Eesti Kutsehaigete Liidu tegevjuht Aino Muru sõnul on ilmselgelt liiga vähe. Arv on nii väike juba seetõttu, et riigi osalus kutsehaiguste diagnoosi osas ja töötajate terviseuuringute rahastamise osas on minimaalne. Samuti on seetõttu kutsehaiguste kliinikus vähe kohti. Vajadus oleks kümneid kordi suurem. Eestis oleks reaalne ca 1500–2000 uut kutsehaigusjuhtu aastas (dr. Annika Kүүdorfi arvamus).

### Kutsehaigus ja tööga seotud haigus

**Kutsehaigus** on haigus, mille on põhjustanud kutsehaiguste loetelus nimetatud töökeskkonna ohutegur või töö laad. Kutsehaiguste loetelu kehtestab sotsiaalminister (Kutsehaiguste loetelu, SM m nr. 66, 09.05.2005, RTL, 17.05.2005, 51, 722). Kutsehaiguse diagnoosib töötervishoiuarst, kes teeb kindlaks töötaja terviseseisundi ning kogub andmed töötaja praeguste ja varasemate tööolude ning töö laadi kohta.

Selleks nõuab töötervishoiuarst:

- 1) tööandjalt (tööandjatelt) töötaja eelnevate tervisekontrollide otsused ja käesoleva seaduse § 13 lõike 1 punktis 3 nimetatud töökeskkonna riskianalüüsi tulemused. Kui töötamine hõlmab perioodi enne käesoleva seaduse jõustumist, nõuab ta tööandjalt seletuskirja töötaja tööolude ja töö laadi kohta;
- 2) töötajalt väljavõtte tervisekaardist ja tööraamatust (RK s 29.01.2003 jõust. 01.07.2003 – [RT I 2003, 20, 120](#)).

Kutsehaigestumisest teatab töötervishoiuarst kirjalikult hiljemalt viie tööpäeva jooksul pärast haiguse diagnoosimist tööandjale, Tööinspektsiooni kohalikule asutusele ja töötaja töötervishoiuarsti juurde suunanud arstile (RK s 29.01.2003 jõust. 01.07.2003 – [RT I 2003, 20, 120](#)).

**Tööga seotud haigus** on kutsehaigus või tööst põhjustatud haigus (RK s 29.01.2003 jõust. 01.07.2003 – [RT I 2003, 20, 120](#)). Arst, kes kahtlustab inimesel tööga seotud haigust, saadab töötaja töötervishoiuarsti juurde (RK s 29.01.2003 jõust. 01.07.2003 – [RT I 2003, 20, 120](#)).

**Tööst põhjustatud haigus** on töökeskkonna ohuteguri põhjustatud haigus, mida ei loeta kutsehaiguseks (RK s 29.01.2003 jõust. 01.07.2003 – [RT I 2003, 20, 120](#)) (vt Kutsehaiguste loetelu, SOM m nr. 66, 09.05.2005; RTL 2005, 51, 722). Tööst põhjustatud haigestumisest teatab töötervishoiuarst kirjalikult hiljemalt viie päeva jooksul pärast haiguse diagnoosimist Tööinspektsiooni kohalikule asutusele, esitades järgmised andmed:

- 1) töötaja ees- ja perekonnanime, ameti;
- 2) haiguse diagnoosimise kuupäeva;
- 3) haiguse ja selle tekkepõhjused;
- 4) tööandja ja tema aadressi.

Vt ka [Tööst põhjustatud allergiad, metoodiline juhend Kutsehaigused](#)

## Näiteid

- Jahedas ja niiskes kliimas töötamine soodustab hingamisteede infektsioone, mis on tingitud külmetamisest või siis organismi kaitsesüsteemi langusest, mida kutsutakse esile niiske ja jahe keskkond. Soe ja niiske keskkond soodustab nahaseente tekkimist.
- Müra soodustab kõrgvererõhu tekkimist, vales tööasendis töötamine – näiteks istumine – selgroo muutuste tekkimine, luu-lihas-liigeste kaebuste tekkimine.
- Psühholoogilised ohutegurid soodustavad töövõime langust, meeleoluhäireid, depressiooni, ärevushäireid (sotsiaalfobiat) ja paanikahoogusid. Vaimsetele tervisehäiretele võivad lisanduda ka organsüsteemi kaebused, nagu kõrvetised, maofunktsiooni häired, südamerütmihäireid, kõrgvererõhutõbi jne.
- Puidutolmu sissehingamine tekitab mitmeid terviseprobleeme: hingamisteede allergilisi reaktsioone, lima, ärritust ja vähki ning dermatiiti. Kontrollides üht mööblitettevõtet, avastas inspektor, et seal töötavad noored seda ei teadnud. Hoopis vastupidi – nad uskusid, et puidutolm on tervisele kahjutu, kuna see lihtsalt lõhnab nii hästi.
- Müraoht: 25-aastane muusikaasutuse DJ hakkas ühtäkki kannatama tugeva kõrvade kohina käes. Kuigi ta töötas sel alal juba aastaid, ei teadnud ta, millist kahju vali muusika kuulmisele võib avaldada ning ei osanud ennast seetõttu ka hoida. Kõrvade kohin on tingitud kuulumiskeskuses verevarustuse häirest – seega selle taga võib olla kaudne müra kahjustus – vererõhu tõus.

Töoga seotud ja tööst põhjustatud haigustest teavitab töötervishoiuarst tööandjat, kuid ei kirjuta diagnoosi, tuuakse välja ohutegurid, mis on põhjustanud tervisehäired töötajal. Tööinspeksioon edastab Tervishoiuametile hiljemalt iga aasta 1. märtsiks kirjalikult eelmise aasta kutsehaiguste ja tööst põhjustatud haiguste statistilised andmed (RK s 28.06.2004 jõust. 15.07.2004 – [RT I 2004, 54, 389](#)).

Konkreetsed näited töötervishoiuarsti töös, kus on vajalik olnud muuta töökorraldust, eriala või määrata lisauuringud ja ravi.

1) Töötaja on 56-aastane, tööstaaži on 38 aastat. Sellest viimased 16 aastat on töötanud kontoris eri ametikohtadel. Oma tervisekontrolli kaardil on märgitud ainult viimased 16 tööaastat, varasem ei oma tema arust tähtsust. Nüüd vastuvõtul selgub vestluse käigus, et ta siiski ei ole terve elu olnud kontoritööl, vaid 22 aastat on ta töötanud laboris ja puutunud kokku aniliiniühenditega. Kusjuures selgub, et töötingimused olid halvad, ei kasutatud tömbekapi all töötamist ega ruumides polnud head ventilatsiooni, isikukaitsevahenditest ei ole töötaja midagi kuulnud, veel vähem kasutanud. Seega, kui nüüd töötervishoiuarstile jääb eelõeldu teadmata, siis ei oska ta pöörata tähelepanu antud kemikaalist tingitud võimalikele tervisehäiretele või kahjustustele. Kuna töötaja on töötanud aniliiniga kaua aega tagasi, ei saa otsida ägeda ega kroonilise mürgistuse nähte, vaid teades aniliini ja tema ühendite muid tervistkahjustavaid omadusi, tuleb pöörata tähelepanu kantserogeensusele. Aniliin ja tema ühendid on kantserogeensed ja sihtorgan on kusepõis, kuseteed. Nüüd tekib vajadus lisauuringutele selle organisüsteemi osas. Kahjuks ei saa neid uuringuid teha töötervishoiuarst, siinkohal suunab töötervishoiuarst töötaja edasi kas perearsti või vastava eriarsti poole. Seega üks oluline asi sai lahendatud tänu sellele, et selgus tööelukirjeldusest väga tähtis asjaolu.

2) Töötaja on 22-aastane naine ja töötab toiduainetetööstuses, laboris. Töötaja puutub kokku erinevate kemikaalidega: lahustite, hapete, alustega. Selgub ka, et õhuvahetus laboris ei ole nii hea, et kõik aurud oleksid töökeskkonnast elimineeritud. Tervisekontrollil



kliinilise vere analüüsis avastatakse kõigi rakupopulatsioonide langus, alla normväärtuste, eriti punaliblede osas. Punalibled on muutunud ehitusega, esineb normist suuremaid punaliblesid. Töötaja on hematoloogia (verehaiguste osakond) osakonnas ravil ja jälgimisel pernitsioosse aneemiaga (üks kehvveresuse vorm). Viimase poole aasta jooksul ei ole hematoloogi vastuvõtul käinud.

Kaebused: töötajal on olnud kolme kuu jooksul tugev nõrkus, kuid töö ei ole talle liigselt koormav, sest füüsilist tööd ei ole. Objektiivselt on näost kahvatu, südame kuulatlusel esineb normist kiirem südamerütm (tahhükardia), EKG-s tahhükardi foonil sagedased supraventrikulaarsed ekstrasüstolid .

Patsient suunatud hematoloogile saatekirjaga, milles lühikirjeldus lisaks sümptomitele ja analüüsi tulemustele ka töös kasutatavatest kemikaalid ja hüpoteesid, miks vereloome osas ei toimu paranemist, kuigi ravi on korraldatud adekvaatselt. Hematoloog kinnitab, et nende kemikaalidega kokkupuude on vastunäidustatud. Hematoloogi vastus annab töötervishoiuarstile otsusele dokumentaalse tõenduse. Tervisekontrolli otsus: töötaja ei või kokku puutuda oma töös laboris kasutatavate kemikaalidega. Viia üle teisele ametikohale, mis ei asu laboriruumides.

3) 23-aastane noor mees. Esimese tüüpi suhkruhaige, teostab rasket tööd ehitusel, töötab kõrgustes. Diabeet diagnoositud viis aastat tagasi. Kliinilised uuringud ja lisauuringud näitavad, et organsüsteemis on suhkruhaiguse tõttu välja kujunenud tüsistused: mõlemas silmas on silmapõhjaararterite muutused (angiopaatia) ja teostatud silmapõhja arterite laseroperatsioonid; neerufunktsioonihäired (uriinis valk ja suhkur), kõrgenenud vererõhk. Tervisekontrollil oli veresuhkur 17 mmol/l (söömata 4 tundi). Antud olukorras oli otsuse tegemisel vaja lähtuda töötaja üldhaigusest. Ehitusel töötamisel kasutatakse kemikaale, töökeskonnas on tihti mitmesugused värvid ja puhastusvahendite aerosoolid ja tolm, samuti teisaldatakse käsitsi raskusi ning töötatakse kõrgustes.

Otsus: ei ole lubatud töötada kõrgustes, vastunäidustatud töö kemikaalidega ning raske füüsiline töö.

Kommentaari: Otsuse tegemine sellisel juhul on raske. Miks? Pärast sellist otsust tekib kohe sotsiaalne probleem – mis saab edasi töötajast, kas talle võimaldatakse ettevõttes kergem töö, viiakse üle teisele ametikohale või mitte. Olemasolevates töötingimustes ja ohuteguritega ta ei või kokku puutuda. Õnneks on ta noor inimene ja suudab teist eriala omandada.

Seega, negatiivse otsuse tagajärjel võib töötaja kaotada töö ja tekivad peres sissetuleku probleemid, kuid seda olukorda oleks võinud ennetada siis, kui diagnoositi esimese tüüpi suhkruhaigus. Diagnoosi selgumisel oleks olnud vajalik teha patsiendile kutsenõustamist – kooliarsti või perearsti poolt.

Ka õigeaegsete tervisekontrollidega saab ennetada töötaja sattumist töötama mittesobivatesse töötingimustesse.

4) 45-aastane meestöötaja, töötab transporttööliseks ettevõttes, töökeskonnas esineb müra, töötaja peab teisaldama raskusi 50 kg käsitsi, tööpäeva jooksul kokku ca 10–12 tonni. Töötajal on tervisekontrollil vererõhu väärtused 200/110 mmHg, EKG-s on näha südamelihases minimaalset hapnikupuudust, samuti on üksikud normist kõrvalekaldega lisalöögid (ekstrasüstolid). Objektiivselt on näha, et tegemist on ülekaalulise inimesega,

huuled veidi sinakad, silmad punetavad, põsed õhetavad, esineb jalgade turse kuni poolde säärede.

Otsus: võib töötada transportöölisena ainult siis, kui on määratud vererõhu vastu ravi ja seda patsient ka võtab. Vastunäidustatud töötamine ületundidega, raske füüsiline töö, öötöö. Peab kasutama mürakaitsevahendeid. Lubatud teisel raskusi käsitsi kuni 10 kg korruga, kogu tööpäeva jooksul maksimaalselt 2 tonni. Peab tegema töös puhkepause, väljuma töökeskkonnast, mürakeskkonnast. Järgmine tervisekontroll ühe aasta pärast (siis kui on saadud kardioloogilt vastus töötaja ravi kohta).

### **Kuidas tegutseda, kui töötaja kahtlustab, et tal on kutsehaigus?**

- pöörduda oma perearsti või otse töötervishoiuarsti poole (asuvad erinevates töötervishoiuteenistustes üle Eesti, teavet saab erinevatest teenistustest: [www.tervishoiuamet.ee](http://www.tervishoiuamet.ee);
- kui kahtlus peab paika, siis on vajalik töötajal kirjutada töötingimuste kirjeldus kõigi töökohtade kohta, kus elu jooksul on töötatud (küsimustik on Kutsehaigete Liidu kodulehel: [www.hot.ee/ekl](http://www.hot.ee/ekl);
- pöörduda Tallinna Kutsehaiguste ja Töötervishoiu Keskusesse, Hiiu 39 (koduleht: [www.regionaalhaiqla.ee](http://www.regionaalhaiqla.ee));
- tutvuda iseseisvalt õigusaktiga: arstlikku ekspertiisi suunamiseks vajalike dokumentide loetelu ja vormid (vv sotsiaalministri 13.03.2003 määrusega nr 45 ([RTL 2003, 37, 540](#)), jõust. 23.03.2003. Muudetud järgmiste määrustega: 24.03.2005/50 ([RTL 2005, 38, 549](#)) 10.04.2005).

### **Kutsehaige õigused**

Kui töötajal on diagnoositud kutsehaigus ja kutsekahjustus on sellises mahus, et töötaja ei saa jätkata töötamist oma väljaõpitud erialal, on tal õigus saada hüvitist. Hüvitiste määramisel võetakse aluseks kutsehaige diagnoos ja selle raskusaste, samuti töövõime kaotusprotsent ja olemasolev töövõime; töötamise kestus ettevõttes, kus tekkis töövõime kaotus või tervisekahjustus. Hüvitise maksja kutsehaiguse, töovigastuse puhul on enamasti ettevõtte või asutus, kus tervisekahju tekkis. Teenistuskohustuste täitmisel tekkinud tervisekahjud hüvitab riik ehk riiklik kindlustussüsteem.

#### Seadusandlus hüvitiste maksmisel

1. Ravikindlustusseadus (vv 19.06.2002 seadusega, [RT I 2002, 62, 377](#), jõust. vastavalt § 90. Viimati muudetud 21.12.2006, [RT I 2007, 4, 17](#)). Selle seaduse alusel makstakse ajutiste töövõimetuse hüvitist 100 protsenti juhul, kui haigestumine või vigastus on tingitud kutsehaigusest või tööõnnetusest.
2. Ajutise töövõimetuse hüvitise määramiseks ja maksmiseks vajalike dokumentide ja andmete koosseis ning hüvitise määramise ja maksmise kord (vv SMmin 19.09.2002 määrusega nr 109, [RTL 2002, 108, 1609](#), jõustunud 01.01.2002).
3. Riikliku pensionikindlustuse seadus (vv 05.12.2001 seadusega, [RT I 2001, 100, 648](#), jõustunud 01.01.2002, viimati muudetud 18.10.2006, [RT I 2006, 49, 370](#), 20.11.2006, osaliselt 01.01.2007).

4. Püsiva töövõimetuse, selle tekkimise aja, põhjuse ja kestuse arstliku töövõimetuse ekspertiisiga tuvastamise kord (vv VVm 14.01.2002 nr 13, [RT I 2002, 6, 23](#), jõustunud 24.01.2002, rakendatakse alates 01.01.2002).

5. Ettevõtete, asutuste ja organisatsioonide töötajatele tööülesannete täitmisel saadud vigastuste või muu tervisekahjustusega tekitatud hüvitamise ajutise korra kohta. (vv VVm nr 172 [10. 06.1992, RT 1992, 33, 431](#), jõustunud 01.06.1992, muudetud viimati 04.01.2000 nr 7, [RT I 2000, 3, 23](#)).

6. Võlaõigusseadus (vv 26.09.2001 seadusega, [RT I 2001, 81, 487](#), jõustunud 01.07.2002, viimati muudetud 19.10. 005, [RT I 2005, 61, 473](#)).

### **Tööst tingitud tervisehäirete ja haigestumiste vältimine**

Peamine tööõnnetuste ja tööga seotud haiguste vältimisviis on tervishoiualase seadusandluse tundmine, selle järgimine ja töötajate koolitamine. Samuti on vajalik teostada koolitust tervishoiuvaldkonnas juba alates lapseeas. Näiteks Rootsis on alustatud inimestele tervishoiualaste teadmiste edasiandmisega juba eelkoolieas ehk lasteaias.

Palju teavet nii haigusjuhtude kohta kui ka töökeskkonna parandamise kohta saab järgmistest allikatest:

[www.tootervishoid.ee](http://www.tootervishoid.ee)

[www.mu.ee](http://www.mu.ee) – meditsiiniuudised

[osha.eu.int](http://osha.eu.int) – tervishoiuga tegelevad meditsiinasutused

**Järgnevalt on toodud näiteid, milliste töötingimuste mõjul võivad tervisekaebused muutuda kutsehaigusteks ja hulgaliselt temakohaseid kasulikke viiteid .**

**Erinevates ametites esinevatest ohuteguritest tingitud tervisehäired, mis võivad kujuneda tööga seotud haiguseks, tööst põhjustatud haiguseks või kutsehaiguseks.**

<b>Haiguse nimetus</b>	<b>Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid</b>	<b>Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb</b>
1. Mürgistus (äge, krooniline) ja selle tagajärjed	Toksilise toimega aine.	Kõik tööd, mille protsessis tuleb kokku puutuda toksiliselt toimivate ainetega.
2. Pneumokonioos, silikoos, silikatoos (asbestoos, talkoos, antrakoos) ja muud tolmu, fibroosid puhtal kujul või koos kopsutuberkuloosiga (konio-tuberkuloos) või sega-vormid silikosideroos, silikoantrakoos jt	Vaba või seotud ränidioksiidi sisaldava tolmu ning mõnede teiste tootmistolmu liikide (söe-, vilgukivi-, elektri keevitus-, portselaani-, fajansi-, ferriidi-, põlevkivi-, šamoti-, magnesiidi-, nafta- ja pigikoksi-jt. tolmu) kestav sissehingamine.	Mäetöölised maa-alustel töodel (mäekombainide, hoovel-, soonimis-, ja soonimis-laadimismasinade, puurpinkide masinistid, raiumisvasaratega töötavad kaevurid, kõvades kihtides, puhastus-, mäetöölised, mäe läbijad, lõhkaja, meisterlõhkaja, toestaja remondi alal, kaevandusmasinate ja mehhanismide masinistid, mäemeister). Liivapritsiiga töötajad, mulla ettevalmistajad, vormijad, vormist väljalööjad, valumetalli puhastajad, valupuhastajad. Kivi, kivimite ja asbesti kaevandamise ja töötlemise töölised. Portselani- ja fajansitoodete tööstuse, keraamika, klaasi ja dinaskivi tööstuse töölised. Lihvijad, elektri-sulatajad ja -keevitajad.
3. Berüllioos	Berülliumi ja selle ühendite tolmu, gaaside ning auru sissehingamine.	Berülliumi ja selle ühendite eraldamise, tootmise ja töötlemise jaoskondades, tulekindlate materjalide ja mitmesuguste berülliumoksiidist toodete tootmises, pulbermetallurgias, berülliumi sisaldavate sulamite sulatamise ja keevitamise jaoskondades töötavad töölised.
4. Kroonilised tolmbronhiidid	Mineraalse (kvartsi sisaldava, söe-, lubjakivi-, lubja-, metalli- jt. tolmu, orgaanilise (jahu-, teravilja-, plastmassi-, puuvilla-, turba-, karvade-, villa-) tolmu antibiootikumide ja teiste tolmu sissehingamine.	Punktis 2 näidatud elukutsed. Alumiiniumitehaste elektrolüüsitsehhide ja lubjatööstuse töölised, kottide tühjendajad ja jahupuistajad leiva-pagaritööstuses. Lina, kanepi, puuvilla, džuuudi ja kenafi esmase töötlemisega seotud töölised, vildivanutööstuse ja teiste tootmisharude töölised, kes vahetult puutuvad kokku tolmuaga.
5. Kroonilised toksilised bronhiidid ja pneumoskleroosid	Ärritavate toksiliste ainete toime (väävligaas, kloor, lubjatolm, lämmastikoksiidid jt).	Keemia-, metallurgia- ja muude tööstuste (samuti laboratooriumide) töötajad, kellele avaldavad mõju ärritavad toksilised ained.
6. Kopsuemfüseem	Süsteemaatiline pingutav ekspiratsioon tööprotsessis.	Klaasipuhujad, puhkpillimängijad.
7. Bronhiaalastma	Allergeensete omadustega tootmisainete toime, alkaloidid, antibiootikumid, lahustid, vitamiinid, kroomi-, tsemendi-, ursooli, pärlmutri-tolmu, püriidi-, ipekakuanja-, jahu-, karva- jt. tolmu, samuti ärritavad gaasid – formaldehüüd, kaaliumdikromaat.	Köösnerid, karusnaha- ja lamba-karusnahatööstuse värvijad, tehisnahatööstuse töölised. Vilgukivi puhastajad-jahvatajad, kaliibrimeistrid, katkujad. Keemiatööstuse ja alumiiniumitehaste elektrolüüsitsehhide töölised. Antibiootikumide ja sünteetiliste materjalide tööstuse töölised; põllumajandustöötajad, kes puutuvad kokku nimetatud ainetega jt.

Haiguse nimetus	Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid	Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb
8. Nakkus- ja parasitaarhaigused, mis on samaliigilised infektsiooniga, kui töötajad puutuvad kokku töö ajal (tuberkuloos, brutselloos, siberi katk, marutaud, kangestuskramptõbi, ornitoos, puukentsefaliit, Q-palavik, ankülostomoos, tokso-plasmoos jt)	Kokkupuutumine nakkus-haigete või nakatatud materjaliga: kokkupuutumine haigete loomade, lindude või nakatatud materjalidega ja loomsete ning taimsete saadustega (nahk, vill, harjased, hobusejõhv, liha, naha, karusnaha tooraine ja sekundaarne tooraine, teravili, puuvill jt).	Kõik tuberkuloosi- ja teiste nakkusosakondade töötajad, kes puutuvad kokku nakkushaigete või nakatatud materjaliga. Samuti tuberkuloosihaigete tehniliste õppeasutuste, ravitöökodade ning teiste asutuste töötajad, perearstid, nakatatud loomade ja lindudega süstemaatiliselt kokkupuutuv veterinaarpersonal. Toornaha ja karusnaha töötlemisega seotud töölised, loomakasvatustöötajad, lihakombinaatides, tapamajades, sekundaarse tooraine tehastes vahetult loomi talitavad töölised, seentega nakatatud materjalidega tegelevad töölised. Kalatööstuse laevadel ja kaldaettevõtetes küttimisega seotud töölised. Geoloogilise luure, topograafia-geodeesia ja metsakorralduse, metsa varumise, parvetamise ja vaigutamise tegelevad töölised. Metsamassiivide tingimustes töötavad ehitajad jt.
9. Kessoontõbi	Tööd kõrgendatud atmosfäärirõhu all.	Kessoonides, barokambrites töötajad, tuukrid jt.
10. Oblitereeruv endarteriit (trombangiit)	Pikaajaline töötamine tunduva jahtumise tingimustes.	Kalurid, kalatöötlemise tehaste, lihakombinaatide, külmhoonete töölised, küttimis- ja vaalapüügilaevastiku töötajad. Geoloogid-topograafid, geodeedid, metsavarumisest, vaigutamisest ja metsakorraldustöödega niisketes ja soostunud kohtades seotud töölised, metsaparvetajad. Turbatöölised. Mäeläbindajad igikeltsa piirkonnas, mäetöölised üleujutatud töökohtades. Nafta- ja gaasipuuraukude puurijad ja nende abid.
11. Tugev veenide laienemine jalgadel, mis on tüsistunud põletikuliste (tromboflebiit) või troofiliste häiretega	Pikaajaline seismine.	Kudujad, ketravad, ladujad, tööpingitöölised, kokad, müüjad, pagarid, lihalõikajad, kõõluste kõrvaldajad, soolajad lihakombinaatides ja kalatöötajad kalakombinaatides.
12. Kutse-uudismoodustised: a) nahakasvajad (hüperkeratoosid, vähk, epitelioomid, papilloomid, leukokeratoosid)	Ioniseeriva kiirguse (röntgeni-gammakiirte ja muu radioaktiivse kiirguse liikide) toime.	Isikud, kes oma töös puutuvad kokku radioaktiivsete ainete või teiste ioniseeriva kiirguse liikidega, röntgenikabinettide personal, röntgenitorude ja röntgeniekraanide katsetamise ja dosimeetria alal töötajad. Metalliröntgenograafiaga, gammadefektoskoopiaga tegelevad, kiirenditel, beetatronidel, gammaseadistel ja teistel kiirguse toimega seotud aladel töötavad töölised.

Haiguse nimetus	Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid	Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb
b) kusepõiekasvajad: vähk, papillom	Pikaajaline kokkupuude kivisöe, nafta ja põlevkivi utmise toodetega (õli, pigi, antratseetõli, antratseeni ja aminoasoühendite derivaadid, gadroom, parafiin jt). Pikaajaline kokkupuude bensooli ja naftaliinirea amiinidega (bensidiin, dianisidiin, alfa-naftaal-amiinid) jt aminoühenditega (ortotoluidiin, paratoluidiin jt).	Keemia-, koksikeemia-, aniliinvärvi-, keemia-farmaatsia-, naftatöötlemistehaste töölised, tekstiili ja teiste tööstusharude ettevõtjad, brikettijad, asfalteerijad, puidu ja isolatsioonimaterjalide immutajad, tõrvapappi ja ruberoidi valmistavad töölised, tahmatööstuse töölised, tõrvakeetjad, vähivastaste ja hormoonpreparaatide tööstuse töötajad. Keemia-, tekstiili- jt. tööstusharude töölised, kes puutuvad kokku nimetatud ainetega.
c) hingamiselundite kasvaja: kopsu-, bronhhide, ülemiste hingamisteede vähk, leukoplaakia	Radioaktiivsete maakide tolm, kivisöetõrvade, nikli, arseeni-, kroomi-, asbesti- jt. ühendite sissehingamine.	Mäetöölised radioaktiivsete maakide luure, kaevandamise ja töötlemise alal. Kivisöetõrva, nikli-, asbesti- jt. ühendite laadimise ja kasutamisega tegelevad töölised
d) luude pahaloomulised uudismoodustised	Pikaajaline kokkupuude osteotroopsete radioaktiivsete ainetega.	Radiokeemia, raadiokeemiatööstuse, radioloogialaboratooriumide töölised.
e) verehaigused: vereloome aplastilised ja hüperplastilised seisundid (ägedad leukoosid, krooniline müeloidne leukoos ja teised vereloome paha-loomulised kasvaja)	Mitmesuguste ioniseerivate kiirgusliikide toime.	Töölised, kes oma töös puutuvad kokku mitmesuguste ioniseeriva kiirguse allikatega.
13. Perifeerse närvisüsteemi ja lihaste haigused e. üle-koormustrauma, a) püsivad, retsidiveeruvad neuralgiad, neuriidid käe-õla pleksiidid, polüneuriidid ja polüneuralgiad (vegetatiivsed ja segavormid), müosiidid (müofast-sikuliidid). Neuro-muskulaarse aparatuuri haiguste segavormid (neuro-müosiit, vegetomüosiit, müalgia)	Süsteemaatiline pikaajaline staatiline lihaspinge, kiires tempos sooritavad monotoonsed liigutused. Surve närvitüvedele ja nende mikrotraumad. Jäsemete süsteemaatiline jahtumine. Kere või jäsemete sundasend.	Läbindajad, puurpinkide, elektrivedurite masinistid, mäetöölised, kaevurid kõvades kihtides. Vormijad-pressijad, neetijad, sepad, valtsijad, stantsijad, lihvijad, konveieril töötajad, käsitsi puurijad, elektrimasinate mähkijad, teemandite ja vääriskivide lihvijad. Kalurid, kala-, vaala- ja küttimislaevade ujuvkoosseisude töötajad. Metsa varumisega tegelevad töölised, geoloogid-topograafid, geodeedid, kes töötavad niisketes ja soostunud kohtades, lüpsjad jt.
b) nimme-ristluu piirkonna radikuliit	Suur füüsiline pingeline, mis on seotud keha sundasendiga või sagedaste painutustega, jahtumise, temperatuuri vaheldumise, vibratsiooni, mikro-traumadega.	Kaevurid, puurijad, sepad, valtsijad, metsalangetajad ja oksalaasijad, väliehitus-töötajad. Geoloogilise luuresalkade töötajad, autobussi- ja veoautojuhid, traktoristid, veduribrigaadide töötajad jt.

Haiguse nimetus	Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid	Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb
14. Kirjutuskramp e. professionaalse düskineesia (kordinatsioonineuroosi) vormid	Tööd, mis nõuavad liigutuste täpset koordineerimist ja sooritamist kiires tempos.	Stenografistid, joonestajad, arvutitöötajad, masinakirjutajad, telegrafistid, raadiotelegrafistid, arvutusmasinate operaatorid, viiuldajad, pianistid, kartograafid, graveerijad, mono- ja linotüüpidel töötajad jt.
15. Vibratsioonitõbi (angioneuroos, angiotrofo-neuroos)	Paikne ja üldine vibratsiooni toime, süstemaatiline liigjahtumine.	Töötamine pneumaatiliste ja teiste instrumentidega, mis genereerivad üld- ja paikset vibratsiooni (neetijad, neetija-abid, valu puhastajad, plekksepad, lihvijad, poleerijad, puurpinkide masinistid, puhastuse mäetöölised, kaevurid kõvades kihtides, betoneerijad, vibroplatvormide ja betoonipaigaldajate masinistid, metsa-langetajad, pneumovasaratöötajad jt.).
16. Krooniline tendovaginiit, tendiniit ja tendomüosiit. Stenoseeruvad ligamendid (stülöididid, randmevaio e. karpaalkanali sündroom, lõtkuv sõrm)	Vastavate lihaste ja sidemete süstemaatiline pingutamine (või surve vastavatele kõõlustele).	Stantsijad, traaditõmbajad, krohvijad, keevitajad, rätsepad, maalrid, pesupesijad (masinaga, käsitsi), pesutriikijad (pressidel, käsitsi), kuivatajad naha- ja toornahatööstuses, mähkijad-isoleerijad elektroonika tööstuses, vormide määrijad leivatehastes jt.
17. Krooniline artriit, perimetriit, aseptiline osteonekroos, bursiit, epikondüliit, patoloogilised luumuutused (ülekoormusest tingitud murrud), stülöidiit, osteokondriit	Süstemaatiline surve vastavate liigete piirkonda. Liigete ülepingutamine ja traumeerimine, põrutused, temperatuuri järsud muutused, pikaajaline jahtumine, jäsemete tugev pinge.	Mäetöölised, katusepanijad, müürsepad, sillutustöölised, parketipanijad, vormijad, pottsepad, veduribrigaadide töölised, oksalaasijad, palkide tükeldajad ja metsamaterjali vedajad tugevasti soostunud kohtades jt.
18. Ägedad ja kroonilised nahahaigused (dermatiit, toksiko-dermia), follikulaar-aparaadi kahjustused, toksilised haavandumised, melanoderma	Süstemaatiline kokkupuutumine ärritavate ainetega (tärpentin, lahustid, lakid, taime- ja mineraalõlid, klooritud süsivesinikud, arseeni ja kroomi ühendid, happed, leelised, epoksüülvaigud, kiviõie ja naftapigid, berülliumiühendid, polüstrioolvaigud, puhastus-vedelikud jt. ärritavad ained. Kokkupuutumine sensibiliseerivate ainetega (nikkel, urosool, fluorberüllium, dinitrokloorbensool, tärpentiin, antibiootikumid, sünteetilised ja naturaalsed vaigud, formaliin, kroomi ja elavhõbeda ühendid, novakaiin, tifeen, sünteetilised ja	Maalrid, lakkijad, poleerijad, monterijad, mööbliviimistlejad, tööpingitöölised, kroonijad, söövitajad, keemia- ja keemia-farmaatsiatööstuse ja meditsiinitöötajad, kes puutuvad kokku nimetatud ärritavate ainetega; töölised, kes puhastavad naftatanklaeva, tsemendi-, asbest-tsemendi-, asbestkiltkivi tööstuse töölised, asfalteerijad, mürk-kemikaalidega kokkupuutuvad põllumajandustöötajad. Nikeldajad, nikli elektrolüüsiga tegelevad töölised, immutajad, aparaaditöölised, värvijad, farmaatsia- ja mikrobioloogiatööstuse töölised, apteegitöötajad, värvi- ja keemiliste lahuste valmistajad, parkijad naha- ja toornahatööstuses, ravi-osakondade õed jt. Isikud, kes oma tööprotsessis on ioniseeriva kiirguse mõju all (radioloogia-osakondade ja laboratooriumide, röntgenikabinettide personal, röntgenitorude ja -ekraanide katsetajad, dosimetristid, metalloröntgenograafia, teemantite tootmisega röntgenseadmete abil, gammadefektoskoopiaga tegelevad.

Haiguse nimetus	Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid	Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb
	naturaalsed kautšukid, vitamiinid, kaprolaktaam, klaasikiutolm jt. Mitmesugust liiki ioniseeriva kiirguse toime. Süstemaatiline kokkupuude külma või kuumaga.	töötajad. Kalurid, pesupesijad, värvijad, kookonite lahtikerijad, turbatöölised, metsa-parvetajad, nõudepesijad, puu- ja juurviljapesijad, kätgutitööstuse töötajad, koristajad, sanitarid jt
19. Kiiritustõbi (selle mitmesugused vormid): a) krooniline kiiritustõbi b) äge kiiritustõbi c) äge paikne kudede kiiritus-trauma (kiirituspõletus)	Ioniseeriva kiirguse pidev toime annustes, mis ületab kutsekiirituse piirannused. Ühekordne või lühiajaline massiivne välise ioniseeriva kiirguse toime või radioaktiivsete ainete ja nende ühendite sattumine organismi. Läbiva kiirguse väline lokaalne toime, radioaktiivsete ainete paikne toime.	Töötajad, kes oma töös puutuvad kokku mitmesuguste ioniseeriva kiirguse allikatega.  Töötajad, kes oma töös puutuvad kokku mitmesuguste ioniseeriva kiirguse allikatega.  Töötajad, kes oma töös puutuvad kokku mitmesuguste ioniseeriva kiirguse allikatega.
20. Haigused, mida põhjustavad elektro-magnetilised (raadio)lained	Kõrgsageduslike, ultra- ja ülikõrgsageduslike elektromagnetväljade toime.	Töötajad, kellele süstemaatiliselt mõjuvad mitmesuguses diapsoonis elektromagnetilised lained raadioterminalides, radiometeoroloogias, televisiooni ja raadiosides, meditsiinis, samuti metallide, dielektrikute jms. termilisel töötlemisel.
21. Ioniseeriva ja mitte-ioniseeriva kiirguse toime ja koostoime toksiliste jm teguritega	a) Tunduva intensiivsusega kiirgusenergia süstemaatiline toime (infrapunane kiirgus, ultraviolettkiirgus, kui esineb sügav sarvkesta kahjustus); röntgenikiired, gammakiired, neutronid, kõrg-, ultrakõrg- ja ülikõrgsagedus-elektromagnetväljad, optiliste kvant-generaatorite kiirgus. Bensooli, nitroühendite (trinitrotoluoli), naftaliini pidev koostoime kiirgusega.	Keevitajad, autokeevitajad, metallurgia- ja põletusahjutöölised, sepapressitsehhide kuumutajad, klaasipuhujad, ioniseeriva kiirguse ja elektromagnetväljade mõju all olevad töötajad, valge värvuseni kuumutatud metallide töötlemisega tegelevad töötajad, radioloogid, röntgenoloogid.  Töötajad, kes süstemaatiliselt puutuvad kokku bensooli nitroühendite ja naftaliiniga.
22. Elektrooftalmia	Ultraviolettkiirte toime.	Gaasi- ja elektrikeevitusega seotud ja intensiivses ultraviolettkiirguses töötajad.
23. Progresseeruv lühi-nägelikkus	Töö, mis nõuab alalist nägemise pingutamist, et lähedalt eristada väikesi esemeid.	Lõime korrastajad, graveerijad, mikroskopeerijad, kartograafid, stenograafid, vilgukivist toodete kontrollõrid-vastuvõtjad, meditsiiniliste preparaatide ja süstelahuste vaatlajad (ampullides, pudelites), arvutigraafikud, arhitektid, arvutitehnikud, infotehnoloogid.



Haiguse nimetus	Haigust põhjustavad kutsealased ohutegurid	Kutsealad, mille puhul haigus peamiselt või eranditult esineb
24. Konjunktiviit, keratokonjunktiviit	Ärritavate ainete toime (väävelvesinik, dimetüülsulfaat, pigi, maleiinhüdriid, kinoonid, antibiootikumid ja orgaanilised lahustid, klaaskiu- ja karvatolm).	Viskoosi- ja sulfaatselluloositööstuse, ketrus- ning värvimistsehhide töölised, köösnerid, töötajad, kes pikka aega puutuvad kokku ärritavate keemiliste ainetega.
25. Krooniline retsidiveeruv larüngiit, „laulja sõlmekesed“	Häälekurdude süstemaatiline pingutamine pika aja jooksul	Lauljad, õpetajad, direktorid jt.
26. Kohleaarneriidi tüüpi kuulmise nõrgenemine e. professionaalne nürikuulmus	Intensiivne tootmismüra või järsu heli süstemaatiline toime.	Mootorite katsetajad, pardamehaanikud, kangrud, ketrjad, keerutajad, kerijad, neetijad, naelatöölised, valumetalli puhastajad, plekksepad, sepa-, pressi-, kompressorite tsehi ning laagritsehhide, kuulitsehhide töölised, katla- ja masinaosakondade ujuvkoosseisus töötajad.
27. Psühhoneuroos	Pikaajaline puuetega inimeste või vahetu teenindamine psühhiaatria- või hoolekandeesutustes.	Meditsiini- või sotsiaalabi töötajad (arstid, õed, hooldajad, sanitarid).

## Soovitatav kirjandus

- Metoodiline juhend. Tööst põhjustatud allergiad. Töötervishoiu Keskus, 2004
- Metoodiline juhend. Niiskus- ja hallitusprobleemid töökohtadel. Töötervishoiu Keskus, 2004
- Metoodiline juhend. Rasedate ja rinnaga toitvate naistöötajate terviseriskid. Töötervishoiu Keskus, 2003
- Metoodiline juhend. Kemikaaliohutus ehituses. Töötervishoiu Keskus, 2003
- Metoodiline juhend. Kemikaaliohutus autohoolduses. Töötervishoiu Keskus, 2003
- Metoodiline juhend. Kantserogeenidest põhjustatud kasvajak. Töötervishoiu Keskus, 2004
- Metoodiline juhend. Kvaliteedijuhtimine töötervishoius. Töötervishoiu Keskus, 2004
- Bioloogilised riskitegurid töökeskkonnas. Toim. E. Merisalu. Tartu, 2002.
- Keemilised ohutegurid töökeskkonnas. Toim. E. Merisalu. Tartu, 2002.
- Metoodiline materjal. Füüsilisest ülekoormustest põhjustatud ülajäsemete, kaela ja õlavöötme kutsehaiguste diagnoosimine ja preventatsioon. EV Sotsiaalministeerium, EKMI, Töötervishoiukeskus, 2003
- Merisalu E., Saava A. Toksilised ühendid töökeskkonnas, Tartu, 1998.
- Naomi Loogna, Hubert Kahn jt. Kutsehaigused. Tallinn, 1979
- Naomi Loogna. Kas teil on kutsehaigus? Ten-team OÜ, Tallinn, 1999
- Naomi Loogna. Füüsiline töö ja ülekoormushaigused. Ten-team OÜ, Tallinn, 1999
- Naomi Loogna. Töökeskkond ja allergia. Ten-team OÜ, Tallinn, 2000
- Naomi Loogna. Ehitajate töötervishoid ja ohutus. Ten-team OÜ, Tallinn, 2003
- Naomi Loogna. Metsa- ja puidutöötajate töötervishoid. Ten-team OÜ, Tallinn, 2005
- Naomi Loogna. Töötervishoid maamajanduses. Ten-team, Tallinn, 2005
- Naomi Loogna. Kutsehaigused. Riskitegurid ja ennetamine. Teabekirjanduse OÜ, 2007
- Naomi Loogna. Elukutsed ja terviseriskid. Teabekirjanduse OÜ, 2008.
- Annika Kүүdorf, Eda Merisalu. Ohutegurid, tööga seotud haigused ja nende vältimine ehituse-, puidu- ja metsatööstuses. Eesti Metsatöötajate Ametühing, 2006
- Personalitöötaja käsiraamat. Ten-team OÜ, Tallinn, 2004
- Rahvusvaheline Töübüroo Genf ja Rahvusvaheline Ergonoomika Ühing. Ergonoomilised soovitusel. Tallinna Tehnikaülikool, 2002
- Õendusala õppematerjal. Õendustöötajate tervis ja töökaitse. Eesti Sotsiaalministeerium ja Eesti Õdede Ühing, 1997
- Juhend riskihindamise kohta tööl. Euroopa Tööohutuse ja töötervishoiu Agentuur, 1996
- Riskihindamisjuhend. Euroopa Tööohutuse ja töötervishoiu Agentuur, 2006
- Infomaterjal. Asbest. Tööinspeksioon, 2000
- Infomaterjal. Kukkumisoht. Tööinspeksioon, 2002
- Infomaterjal. Ohutus puidu- ja mööblitööl, 2000
- Töösuhteid reguleerivad õigusaktid. Ten-Team OÜ, Tallinn, 2004.
- Töösuhteid reguleerivad õigusaktid. Ten-Team OÜ, Tallinn, 2003.
- Kahn H. Töötervishoid Euroopa Liidu riikides. Tallinn, 1998
- Merisalu E., Saava A., Soon A. Sissejuhatus töötervishoidu. Tartu, 1999.
- Ajakiri. Eesti Töötervishoid. ([www.tootervishoid.ee](http://www.tootervishoid.ee))

NB! Paljusid metoodilisi juhendeid on võimalik saada tasuta Tööinspeksioonist, Tervishoiuameti töökeskkonnaosakonnast ja Sotsiaalministeeriumist tööeluarenguosakonnast ning Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuuri kodulehelt [osha.europa.eu](http://osha.europa.eu).

## Kasutatud allikad

H. Jänes Tervis ja kutsevalik. Kirjastus Valgus, 1985

[www.ti.ee](http://www.ti.ee)

[www.riigiteataja.ee](http://www.riigiteataja.ee)

## LISAD

### Lisa 1 Töötervishoiu- ja tööohutusalsed õigusaktid

- Töötervishoiu ja tööohutuse seadus (vastu võetud 16. juuni 1999, viimati muudetud 24.10.2007 ([RT I 2007, 59, 381](#)))
- Kemikaaliseadus (vastu võetud 6. 05. 1998; [RT I 1998, 47, 697](#); muudetud viimati 22.11.2007 ([RT I 2007, 66, 408](#)))
- Töökohale esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded<sup>1</sup> VVm nr 176 (RTI, 28.06.2007, 42, 305 )
- Töövahendi kasutamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VVm nr 13, 11. 01.2000; RT I 2000, 4, 30)
- Nõuded välitingimustes kasutatavate seadmete poolt tekitatavale mürale, mürataseme mõõtmisele ja mürataseme märgistamisele (Majandus- ja kommunikatsiooniministri määrus nr 87, 4.08.2005; [RTL 2005, 88, 1312](#), muudetud 19.01.2006/8; [RTL 2006, 9, 169](#))
- Ohtlike kemikaalide identifitseerimise, klassifitseerimise, pakendamise ja märgistamise nõuded ning kord (SOMm nr 122, 03.12.2004, [RTL 2004, 154, 2326](#))
- Töökeskkonna keemiliste ohutegurite piinormid (VVm nr 293, 18.09.2001; RTI 2001,77, 460)
- Kantserogeensete ja mutageensete ainete käitlemisele esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VVm nr 308, 15.12.2005; RTI, 27.12.2005, 69, 539)
- Nõuded kemikaali ohutuskaardile (SOMm nr 130, 17.12.2004; [RTL 2004, 158, 2378](#))
- Plii ja selle ioonsete ühendite kasutamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded ( VVm nr 193, 20.06.2000; RTI, 28.06.2000, 49, 309)
- Asbestitööle esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VV määrus nr. 32, 2. veebruar 2000; RTL 2000, 10, 62)
- Kemikaali ohtlikkuse alammäär ja ohtliku kemikaali künniskogus ning suurõnnetuse ohuga ettevõtte ohtlikkuse kategooria ja ohtliku ettevõtte määratlemise kord<sup>1</sup> (Majandus- ja kommunikatsiooniministri määrus nr 67, 14. juuni 2005; RTL, 30.06.2005, 72, 994)
- Raskuste käsitsi teisaldamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (SOM m nr. 26, 27.02 2001; RT I 2001,35,468)
- Ohumärguannete kasutamise nõuded töökohas (SOMm nr 75, 30.11.1999; RTL 2000, 12,117; muudetud 28.01.2004/9; [RTL 2004, 16, 246](#))
- Isikukaitsevahendite valimise ja kasutamise kord (VVm nr 12, 11.01.2000; RTI 2000, 4, 29)
- Isikukaitsevahendi ohutusnõuded ning nõuetele vastavuse tõendamise kord<sup>1</sup> (VVm nr 184, 14.07.2005; RTI, 28.07.2005, 42, 343)
- Töötajate tervisekontrolli kord (SOMm nr 74, RTL 2003, 56, 816)
- Esmaabi korraldus ettevõttes kehtestamine (SOMm nr 82, 13.12.999; RTL 2000,6,63)
- Töötervishoiu ja tööohutuse väljaõppe ja täiendõppe kord (SOMm nr 80, 14.12.2000; RT I 2001,35,469)
- Tööõnnetuste ja kutsehaigestumise registreerimise, teatamise ning uurimise kord (VVm nr 75, 3. 04.2008 (RTI, 16.04.2008, 17, 120))
- Töökeskkonna füüsikaliste ohutegurite piinormid ja ohutegurite parameetrite mõõtmise kord (VVm nr 54, 25.01.2002; RT I 2002, 15, 83; muudetud määrusega nr 341, 26.11.2004; RT I 2004, 82, 556)
- Kuvariga töötamise töötervishoiu- ja tööohutuse nõuded (VVm nr 362,15.11.2000; RTI 2000, 86, 556)

- Tööruumide mikrokliima tervisekaitsenormid ja -eeskirjad TKNE-5/1995 (SOMm nr 66, 28.12.1995; RTL, 02.02.1996, 13, 98 )
- Tuleohutuse üldnõuded, SMm nr 55, 8. 09. 2000 (RTL 2000, 99, 1559)
- Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seadus (vv 12.02.2003, [RT I 2003, 26, 160](#))
- Bioloogilistest ohuteguritest mõjutatud töökeskkonna töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VVm nr 144, 5.05.2000; RT I 2000, 38, 234)
- Töötervishoiu ja tööohutuse nõuded rasedate ja rinnaga toitvate naiste tööks (VVm nr 50, 07. 02.2001; RT I 2001, 17, 81)
- Kutsehaiguste loetelu (SOMm nr 66, 09.05.2005; RTL 2005, 51, 722)
- Müra normitasemed elu- ja puhkealal, elamutes ning ühiskasutusega hoonetes ja mürataseme mõõtmise meetodid (SOM, nr 42, 4. 03 2002. a RT L 2002, 38, 511)
- Ohtlike jäätmete ja nende pakendite märgistamise kord (KKMinm nr 39, 29.04. 2004; RTL 2004, 56, 939)
- Nõuded biotsiidiga tehtavale kahjuritõrjele (SMm nr 81, 14.06.2004; RTL 2006, 87, 1375)
- Biotsiidide liigid ja nende põhikasutusosalad (SMm nr 72, 31.05.2004; RTL 16.06.2004, 78, 1267)
- Taimekaitsevahendi klassifitseerimise kord ja meetodid (VVm nr 290, 31.08.2000; RT I 2000, 72, 454)
- Taimekaitsevahendi kasutamise, puhastamise, hooldamise ning hoidmise ohutusnõuded<sup>1</sup> (PMm nr 49, 20.04.2006; RTL 2006, 36, 626 )
- Mootorsõidukijuhi, trammijuhi ja juhtimisõiguse taotleja tervisenõuded, eelneva ja perioodilise tervisekontrolli tingimused ja kord ning tervisetõendite vormid<sup>1</sup> (VVm nr 257, 29.09.2005; RTI 2005, 53, 426)
- Soodustingimustel vanaduspensionide seadus (vastu võetud 14. 05. 1992, viimati muudetud 15. 06. 2005, [RT I 2005, 38, 295](#))
- Soodustingimustel vanaduspensionile õigust andvate tootmisalade, tööde, kutsealade ja ametikohtade loetelude kinnitamise kohta (VVm nr 206, 16.07.1992 (RT, 20.08.1992, 30, 401)
- Soodustingimustel vanaduspensionile õigust andvate tervistkahjustavate ja raskete töötingimustega tootmisalade, tööde, kutsealade ja ametikohtade l o e t e l u nr. 2 (VVm nr 206, 16.07.1992 (RT, 20.08.1992, 30, 401)
- Väljateenitud aastate pensionile õigust andvate kutsealade ja ametikohtade loetelu ning selle pensioni määramiseks vajaliku staaži arvutamise kord VVm nr 207, 16.07.1992, ([RT 1992, 30, 402](#)), viimati muudetud määrusega 05.06.2008 nr 90 ([RT I 2008, 24, 159](#))
- Politseiametnike terviseuuringute läbiviimise tingimused, perioodilisus ja kord ([RT I 1999, 8, 128](#)), muudetud ([RT I 2002, 84, 497](#))
- Turvatöötaja kutsesobivuse ning kehalisele ettevalmistusele ja tervisele kohaldatavad nõuded ja tervisenõuetele vastavuse kontrollimise kord
- SMm nr 78. 10. 12. 2007 (RTL, 18.12.2007, 96, 1612)
- Nõuded kemikaali ohutuskaardile, SM määrus nr 130, 17.12.2004
- Plii ja selle ionsete ühendite kasutamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded, VVm nr 193 20. 06. 2000. a
- Asbestitööle esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VVm nr 224, 11. 10. 2007, RTI, 23.10.2007, 55, 370 )
- Tervisekaitsenõuded näriliste, putukate ja mikroorganismide keemiliseks tõrjeks tehtavale teenustööle ( SoM m nr 56, 11. 09. 2000. a määrus; [RTL 2000, 99, 1562](#))
- Nõuded taimekaitsevahendite kasutamisele<sup>1</sup> PMm nr 50, 20. 04. 2006a ([RTL 2006, 36, 627](#))

- Töötervishoiu ja tööohutuse nõuded vibratsioonist mõjutatud töökeskkonnale, töökeskkonna vibratsiooni piirnormid ja vibratsiooni mõõtmise kord<sup>1</sup> (VV m nr 109, 12.04.2007 (RTI, 27.04.2007, 34, 215))
- Töötervishoiu ja tööohutuse nõuded müra mõjutatud töökeskkonnale, töökeskkonna müra piirnormid ja müra mõõtmise kord<sup>1</sup> (VVm nr 108, 12.04.2007. A (RTI, 27.04.2007, 34, 214))

### **Eriiseloomuga tööd**

- Maavarade kaevandamisele esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (VVm nr 223, 18.06.2004; RTI 2004,51,358)
- Kaevandamise ja kaeveõone teisese kasutamise ohutusnõuded (Majandus- ja kommunikatsiooniministri määrus nr 172, 10.08.2004; RTL 2004, 112, 1761)
- Allmaatööde, tervistkahjustavate tööde ja eriiseloomuga tööde loetelu, kus töötamisel antakse lisapuhkust, ja lisapuhkuse kestus (VVm nr 406, 18.12.2001; RT I 2001, 99, 630, muudetud [RT I 2005, 31, 234](#))
- Allmaatööde, tervistkahjustavate tööde ja eriiseloomuga tööde loetelu, kus töötamisel rakendatakse lühendatud tööaega, ja lühendatud tööaja kestus (VVm nr 405, [RT I 2001, 99, 629](#); muudetud VVm nr 318, 1.november 2004; [RT I 2004, 74, 516](#))
- Töökeskkonna ohutegurid ja tööd, mille puhul alaealise töötamine on keelatud (VVm nr 171, 30.04.2004; RTI 2004, 40, 273)

### **Tuleohutusala õigusloome**

- Ehitisele ja selle osale esitatavad tuleohutusnõuded (VVm nr 315, 27.10.2004; RTI 2004, 75, 525)
- Tuleohutuse üldnõuded (SMm nr 55, 8. september 2000; RTL 2000, 99, 1559)
- Tule tööde tuleohutusnõuded (SMm nr 15, 18.06.1998, RTL 1998, 214/215, 844)
- Kütteseadmete puhastamise tuleohutusnõuded (SMm nr 7, 04.05.1998; [RTL 1998, 195/196, 771](#))
- Nõuded tulekahju-signalisatsioonisüsteemidele (SMm nr 80, 7. juuni 2002; [RTL 2002, 78, 1202](#); muudetud määrusega nr 45, 26. aprill 2005, [RTL 2005, 48, 676](#))
- Töötervishoiu ja tööohutuse nõuded töötamisel plahvatusohtlikus keskkonnas (VVm nr 197, 15.07.2003; RTI 2003, 54, 368)

### **Muud õigusaktid**

- Hea laboritava nõuded ja kord<sup>1</sup> (SOMm nr 150, 28.12.2004; RTL 2005, 6, 44)
- Hädaolukorras teavitamise kord ja nõuded edastatavale teabele (VVm nr 166, 20.05.2002; RT I 24.05.2002, 43, 279)

## Lisa 2 Töötervishoiuga seonduvad seadused

Järgnevalt on ära toodud seadused, mille kohta saab infot aadressil: [www.ti.ee](http://www.ti.ee);  
[www.riigiteataja.ee](http://www.riigiteataja.ee)

- Töötervishoiu- ja tööohutusseadus
- Kemikaaliseadus
- Kiirgusseadus
- Nakkushaiguste tõrje seadus
- Päästeseadus
- Toote ohutuse seadus
- Masinaohutuse seadus
- Väetiseseadus
- Taimekaitseseadus
- Söödaseadus
- Biotsiidiseadus
- Välisõhu kaitse seadus
- Jäätmeseadus
- Pakendiseadus
- Veeseadus
- Keskkonnajärevalve seadus
- Isikuandmete kaitse seadus
- EV töölepinguseadus
- Puhkuseseadus
- Töö ja puhkeaja seadus
- Liiklusseadus
- Tervishoiuteenuste korraldamise seadus
- Autoveo seadus
- Lõhkematerjali seadus
- Elektriohutuse seadus
- Mõõteseadus
- Ravikindlustusseadus
- Rahvatervise seadus

### **Lisa 3 Töötervishoiuga seotud riiklikud asutused** ([www.ti.ee](http://www.ti.ee), [www.sm.ee](http://www.sm.ee))

- Sotsiaalministeeriumi tööelu arenguosakond
- Tervishoiuamet
- Tööinspeksioon
- Tervisekaitseinspeksioon
- Keskkonnaministeerium
- Kemikaalide Teabekeskus
- Kutsehaigete Liit
- Tehnilise Järelevalve Inspeksioon
- Eesti Standardikeskus
- Päästeamet
- Erinevad töötervishoiuteenust pakkuvad ettevõtted (riskianalüüside teostamine, nõustamine, tervisekontrollid) – töötervishoiuluba omavad asutused – tervishoiuameti lehel
- Eesti Akrediteerimiskeskus / Standardiameti akrediteeritud laborid

### **Töötervishoiualase teaduse, koolituse ja nõustamisega seotud riiklikud asutused ja ettevõtted**

- Tervise Arengu Instituut
- Tallinna Tehnika Ülikool
- Tallinna Tehnikakõrgkool
- Tartu Ülikool
- Eesti Maaülikool
- Töökeskkonnaalaseid koolitusi teostavad ettevõtted ([http://osh.sm.ee/training/index\\_ee.stm](http://osh.sm.ee/training/index_ee.stm))