

Ambulanta za medicino dela,
prometa in športa
Roška cesta 18, Kočevje

***PRILOGA IZVAJALCA MEDICINE DELA, PROMETA IN ŠPORTA K IZJAVI O
VARNOSTI Z OCENO TVEGANJA***

ZA PODJETJE : **KOČEVSKI LES, družba za lesno proizvodnjo, d.o.o.**
Trata XIV 6A, 1330 Kočevje

PREGLEDALA SEM IZJAVO O VARNOSTI IN PODAJAM NASLEDNJE MNENJE:

A.) Iz ocene tveganja je razvidno, da so tipična delovna mesta, kjer ni izrazito povečana možnost poškodb in zdravstvenih okvar:

- komercialist

Resnost poškodbe se opredeli kot **lažja do lahka**.

Verjetnost nastanka poškodb: **majhna**.

Tveganje: **malo**.

Skupno ocenjeno tveganje: **sprejemljivo**.

Ukrepi navedeni v tabelah ocene so potrebni.

Usmerjeni obdobjni preventivni zdravstveni pregledi se opravljajo vsakih 60 mesecev:

B.) Iz ocene tveganja je razvidno, da so delovna mesta s povečano nevarnostjo poškodb in zdravstvenih okvar:

- direktor

- gozdarski tehnolog -(pripravnik)

- gozdarski tehnolog 2 -(pripravnik)

- upravljalec sušilnice -(pripravnik)

Resnost poškodbe se opredeli kot **lahka do težja**.

Verjetnost nastanka poškodb: **srednja**.

Tveganje: **znatno**.

Skupno ocenjeno tveganje: **sprejemljivo**.

Redni obdobjni preventivni zdravstveni pregledi se opravljajo vsakih 36 mesecev.

Drugi usmerjeni preventivni pregledi pri delavcih, ki so izpostavljeni kritičnemu ropotu, se opravljajo v skladu s Pravilnikom o varovanju delavcev pred tveganji zaradi izpostavljenosti hrupu pri delu (Uradni list RS, št. 17/06).

Drugi usmerjeni preventivni pregledi: pri delavcih z več kot 3 poškodbami pri delu v enem letu, pri delavcih z več kot 5-kratno odsotnostjo z dela zaradi bolezni ali poškodb v enem letu in v skladu z 10.členom Pravilnika o preventivnih zdravstvenih pregledih delavcev (Ur. list RS, št.87/02).

Predhodni preventivni zdravstveni pregledi: pred prvim nastopom dela, po 12 mesečni prekinitvi, pred razporeditvijo na drugo delo z drugačnimi ali večjimi obremenitvami.

Roki preventivnih zdravstvenih pregledov so določeni v skladu z veljavno zakonodajo (Ur. list RS, št.87/02, 29/03, 124/06).

ZDRAVSTVENA PROBLEMATIKA V NAVEDENEM PODJETJU:

1. Delovno mesto: direktor

I.) Obremenitve in škodljivosti:

A.) Ekološke obremenitve:

- delo v neugodnih makroklimatskih pogojih, (terensko delo do 20%),
- elektromagnetna valovanja (neionizirajoča) pri delu s slikovnimi zasloni in pri uporabi GSM aparata,
- biološki agensi: virusi, bakterije, paraziti,

B.) Fiziološke obremenjenosti:

- položaj telesa pri delu: sede, stoje
- telesne aktivnosti: delo s prsti, delo z rokami, hoja, prisilne drže vratne hrbtenice in ramenskega obroča (občasno),
- statična mišična obremenjenost.

C.) Senzorne obremenjenosti: obremenjenost vida.

D.) Način dela in psihosocialne zahteve dela:

- variirajoče delovne operacije,
- komunikacije s podrejenimi,
- delo s strankami,
- delo izven rednega delovnega časa (občasno).

E.) Psihološka obremenjenost:

- emocionalna (stres, velika odgovornost do podjetja in zaposlenih, odgovornost do kvalitete opravljenih storitev in strank, delo s strankami, možnost konfliktnih situacij),
- psihosenzorna

II.) Ocena vrste in stopnje tveganja za poškodbe:

- neionizirajoča sevanja (delo s slikovnim zaslonom, GSM aparat),
- nevarnost poškodb z električnim tokom (posredni dotik),
- spolzka tla (nevarnost spotikov, zdrsov, padcev),
- biološki agensi: možnost okužb pri stiku z zaposlenimi in s strankami, okužbe povzročene s klopi in drugimi insekti
- nevarnost prometnih nesreč zaradi sodelovanja v cestnem prometu kot pri splošni populaciji in v internem prometu pri vožnji viličarja

III.) Ocena stopnje zdravstvene ogroženosti:

- bolezni čutil: okvara vida zaradi utrujanja očesnih mišic, težavna akomodacija oči,
- bolezni obtočil: srca, arterij, ven,
- bolezni gibal: okvara vratne hrbtenice, L/S hrbtenice in zgornjih okončin,
- duševne motnje: stres, utrujenost, psihosomatske bolezni,
- bolezni v zvezi z delom: arterijska hipertenzija, sindrom angine pektoris, ulkusni sindrom, psihične preobremenitve se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava,
- poklicne bolezni (po Pravilniku o seznamu poklicnih bolezni UL RS, št. 85/03):
 - bolezni povzročene z biološkimi dejavniki (zap.št. 41) se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava

IV.) Posebne zdravstvene in psihofizične zahteve:

- duševne lastnosti: intelektualne sposobnosti v zgornji tretjini populacije, verbalna sposobnost, pozornost, spretnost prstov, stabilnost osebnosti, odsotnost psihopatološke simptomatike, odsotnost odvisnosti od alkohola, drog in ostalih psihotropnih snovi,
- živčevje in čutila:
 - ustrezne vidne funkcije (korigirana ostrina vida na blizu in daleč najmanj 0,8 binokularno; v primeru vožnje viličarja vsaj 0,8 na eno oko in 0,4 na drugo oko, sposobnost akomodacije, kontrast, ustrezen globinski vid, vidno polje)
 - ustrezen sluh in ravnotežje,
- obtočila: odsotnost težjih bolezni srca in ožilja,
- gibalna: odsotnost težjih obolenj vratne hrbtenice in zgornjih okončin (degenerativne bolezni).
- osnovne kontraindikacije so vsa težja obolenja, stanja, simptomi bolezni, posledice poškodb in medicinskih posegov, ki so navedeni v MKB 10 – 10. revizija, ki pomembno okvarjajo telesno in duševno zdravje.

Zaposleni pri delu ne smejo biti pod vplivom alkohola, nedovoljenih psihotropnih snovi ali drugih snovi, ki bi lahko vplivale na stanje zavesti. Postopki in ukrepi se izvajajo v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu ZVZD – 1 (51.čl.), Pravilnikom o seznamu prepovedanih drog, psihoaktivnih zdravil ter drugih psihoaktivnih snovi in njihovih presnovkov in internimi akti delodajalca.

* Zdravstvene in psihofizične zahteve za voznike, so določene v Pravilniku o zdravstvenih pogojih voznikov motornih vozil (Uradni list RS, št. 14/18). V primeru spremembe zakonodaje se tudi le-te spremenijo. Na tem delovnem mestu veljajo kriteriji za skupino II. zaradi vožnje viličarja.

*** Delo ni ustrezno za invalide in kronične bolnike, ki imajo hujše okvare: vida, sluha, živčevja, ravnotežnega organa, gibal, obtočil in psihopatološko simptomatiko.**

*** Delo ni ustrezno za nosečnice in doječe delavke** (v skladu s Pravilnikom UL RS, št. 62/2015).

*** Delo ni ustrezno za mladoletne osebe zaradi zahtevnosti del.**

V.) Preventivni zdravstveni pregledi:

1. Obseg in vsebina
 - 1.1. *Predhodni preventivni zdravstveni pregled*, najmanj v obsegu (z možnostjo razširitve obsega pregleda glede na anamnezo in klinične indikacije):
 - anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna),
 - klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
 - osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, lipidogram, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
 - testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na 55 cm, na daleč, forija, fuzija, kontrast, globinski vid, vidno polje
 - EKG,
 - mala spirometrija,
 - testiranje sluha (ADG)

1.2. Usmerjeni obdobjni preventivni zdravstveni pregled:

Rok: 36 mesecev:

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna)
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, lipidogram, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na 55 cm, na daleč, forija, fuzija, barvni vid, globinski vid, kontrast, vidno polje
- EKG,
- mala spirometrija,
- testiranje sluha (ADG) na 6 let oz. glede na indikacije

Fakultativno:

- pregled pri okulistu (glede na klinično sliko)
- pregled pri psihologu zaradi vožnje viličarja
- ostale preiskave glede na indikacijo oz. po dogovoru.

Z usmerjenim obdobjnim zdravstvenim pregledom se v določenih obdobjih ocenjuje zdravstvena ogroženost delavca in njegovo izpolnjevanje posebnih zdravstvenih zahtev za določeno delo v delovnem okolju, zaradi vpliva kritičnih dejavnikov tveganja v tem obdobju, določenih z izjavo o varnosti z oceno tveganja delodajalca.

VI.) Ukrepi pri kritičnih obremenitvah in škodljivostih na delovnem mestu za zmanjšanje tveganja:

- okvare vratne hrbtenice in brahialnega plexusa zaradi prisilnih drž:
 - ergonomska ureditev delovnega mesta po Pravilniku o varnosti in zdravju pri delu s slikovnim zaslonom (Uradni list RS, št.30/00),
 - seznanjanje delavcev s pravilnimi držami telesa pri delu, pravilnim načinom dela in tveganjem za okvaro zdravja, ki so posledica nepravilnega načina dela,
- obremenitve oči zaradi težavne akomodacije:
 - prekinjanje dela s slikovnim zaslonom s pogostimi krajšimi odmori,
- biološki agensi:
 - cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu je indicirano zaradi večje možnosti okužbe pri delu. Izvaja se v skladu z doktrino cepljenja (roki, doze, sezonski čas cepljenja, shema cepljenja) in priporočili, ki jih vsako leto izda Nacionalni inštitut za javno zdravje,
 - cepljenje proti gripi(fakultativno),
- zagotoviti redno opravljanje preventivnih zdravstvenih pregledov s poudarkom na ugotavljanju dejavnikov tveganja za bolezni srca in ožilja, okvare gibal, ocena funkcije živčevja in čutil, odsotnost psihopatološke simptomatike.

VII.) Program promocije zdravja v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu (UL RS št. 43/11, člen 3/9) je naveden v Izjavi o varnosti.

2. Delovno mesto: komercialist

I.) Obremenitve in škodljivosti:

A.) Ekološke obremenitve:

- delo v neugodnih makroklimatskih pogojih, (terensko delo do 20%),
- elektromagnetna valovanja (neionizirajoča) pri delu s slikovnimi zasloni in pri uporabi GSM aparata,
- biološki agensi: virusi, bakterije, paraziti,

B.) Fiziološke obremenjenosti:

- položaj telesa pri delu: pretežno sede
- telesne aktivnosti: delo s prsti, delo z rokami, hoja, prisilne drže vratne hrbtenice in ramenskega obroča,
- statična mišična obremenjenost.

C.) Senzorne obremenjenosti: obremenjenost vida.

D.) Način dela in psihosocialne zahteve dela:

- variirajoče delovne operacije,
- delo s strankami,
- delo izven rednega delovnega časa (občasno).

E.) Psihološka obremenjenost:

- emocionalna (stres, odgovornost do kvalitete opravljenih storitev in strank, delo s strankami, možnost konfliktnih situacij),
- psihosenzorna
- psihosocialne (mobing)

II.) Ocena vrste in stopnje tveganja za poškodbe:

- neionizirajoča sevanja (delo s slikovnim zaslonom, GSM aparat),
- nevarnost poškodb z električnim tokom (posredni dotik),
- spolzka tla (nevarnost spotikov, zdrsov, padcev),
- biološki agensi: večja možnost okužb pri stiku z zaposlenimi in s strankami,
- nevarnost prometnih nesreč zaradi sodelovanja v cestnem prometu

III.) Ocena stopnje zdravstvene ogroženosti:

- bolezni čutil: okvara vida zaradi utrujanja očesnih mišic, težavna akomodacija oči,
- bolezni obtočil: srca, arterij, ven,
- bolezni gibal: okvara vratne hrbtenice, L/S hrbtenice in zgornjih okončin,
- duševne motnje: stres, utrujenost, psihosomatske bolezni,
- bolezni v zvezi z delom: arterijska hipertenzija, sindrom angine pectoris, ulkusni sindrom, psihične preobremenitve se pojavljajo pogosteje, srednje velika verjetnost pojava.

IV.) Posebne zdravstvene in psihofizične zahteve:

- duševne lastnosti: intelektualne sposobnosti v zgornji tretjini populacije, verbalna sposobnost, pozornost, spretnost prstov, stabilnost osebnosti, odsotnost psihopatološke simptomatike, odsotnost odvisnosti od alkohola, drog in ostalih psihotropnih snovi,
- živčevje in čutila:

- ustrezne vidne funkcije (korigirana ostrina vida na blizu in daleč najmanj 0,8 binokularno, sposobnost akomodacije, kontrast, ustrezen globinski vid, vidno polje)
- ustrezen sluh in ravnotežje,
- obtočila: odsotnost težjih bolezni srca in ožilja,
- gibala: odsotnost težjih obolenj vratne hrbtenice in zgornjih okončin (degenerativne bolezni).
- osnovne kontraindikacije so vsa težja obolenja, stanja, simptomi bolezni, posledice poškodb in medicinskih posegov, ki so navedeni v MKB 10 – 10. revizija, ki pomembno okvarjajo telesno in duševno zdravje.

Zaposleni pri delu ne smejo biti pod vplivom alkohola, nedovoljenih psihotropnih snovi ali drugih snovi, ki bi lahko vplivale na stanje zavesti. Postopki in ukrepi se izvajajo v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu ZVZD – 1 (51.čl.), Pravilnikom o seznamu prepovedanih drog, psihoaktivnih zdravil ter drugih psihoaktivnih snovi in njihovih presnovkov in internimi akti delodajalca.

* Zdravstvene in psihofizične zahteve za voznike, so določene v Pravilniku o zdravstvenih pogojih voznikov motornih vozil (Uradni list RS, št. 14/18). V primeru spremembe zakonodaje se tudi le-te spremenijo. Na tem delovnem mestu veljajo kriteriji za skupino I. B-kategorije.

* **Delo je ustrezno za invalide in kronične bolnike** (glede na oceno IK).

* **Delo je ustrezno za nosečnice in doječe delavke** (v skladu s Pravilnikom UL RS, št. 62/2015).

* **Delo ni ustrezno za mladoletne osebe zaradi zahtevnosti del.**

V.) Preventivni zdravstveni pregledi:

1. Obseg in vsebina

1.1. *Predhodni preventivni zdravstveni pregled*, najmanj v obsegu (z možnostjo razširitve obsega pregleda glede na anamnezo in klinične indikacije):

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna),
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, lipidogram, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na 55 cm, na daleč, forija, fuzija, kontrast, globinski vid, vidno polje
- EKG,
- mala spirometrija,
- testiranje sluha (šepet)

1.2. *Usmerjeni obdobjni preventivni zdravstveni pregled:*

Rok: 60 mesecev:

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna)
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, lipidogram, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),

- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na 55 cm, na daleč, forija, fuzija, barvni vid, globinski vid, kontrast,
- EKG,
- mala spirometrija,
- testiranje sluha (šepet)

Fakultativno:

- pregled pri okulistu (glede na klinično sliko)
- ostale preiskave glede na indikacijo oz. po dogovoru.

Z usmerjenim obdobjnim zdravstvenim pregledom se v določenih obdobjih ocenjuje zdravstvena ogroženost delavca in njegovo izpolnjevanje posebnih zdravstvenih zahtev za določeno delo v delovnem okolju, zaradi vpliva kritičnih dejavnikov tveganja v tem obdobju, določenih z izjavo o varnosti z oceno tveganja delodajalca.

VI.) Ukrepi pri kritičnih obremenitvah in škodljivostih na delovnem mestu za zmanjšanje tveganja:

- okvare vratne hrbtenice in brahialnega pleksusa zaradi prisilnih drž:
- ergonomska ureditev delovnega mesta po Pravilniku o varnosti in zdravju pri delu s slikovnim zaslonom (Uradni list RS, št.30/00),
- seznanjanje delavcev s pravilnimi držami telesa pri delu, pravilnim načinom dela in tveganjem za okvaro zdravja, ki so posledica nepravilnega načina dela,
- obremenitve oči zaradi težavne akomodacije:
 - prekinjanje dela s slikovnim zaslonom s pogostimi krajšimi odmori,
- biološki agensi:
 - cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu je indicirano zaradi večje možnosti okužbe pri delu. Izvaja se v skladu z doktrino cepljenja (roki, doze, sezonski čas cepljenja, shema cepljenja) in priporočili, ki jih vsako leto izda Nacionalni inštitut za javno zdravje
 - cepljenje proti gripi(fakultativno),
- zagotoviti redno opravljanje preventivnih zdravstvenih pregledov s poudarkom na ugotavljanju dejavnikov tveganja za bolezni srca in ožilja, okvare gibal, ocena funkcije živčevja in čutil, odsotnost psihopatološke simptomatike.

VII.) Program promocije zdravja v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu (UL RS št. 43/11, člen 3/9) je naveden v Izjavi o varnosti.

3. Delovno mesto: gozdarski tehnolog -(pripravnik)
gozdarski tehnolog 2 -(pripravnik)

I.) Obremenitve in škodljivosti:

A.) Ekološke obremenitve:

- delo v neugodnih makroklimatskih pogojih (terensko delo do 60%),
- elektromagnetna valovanja (neionizirajoča) pri delu s slikovnimi zasloni in pri uporabi GSM aparata,
- biološki agensi: virusi, bakterije, paraziti,
- hrup (povzročen z gozdarskimi stroji, motornimi žagami),
- kemične : kemični dušilci (CO), dražljivci zgornjih in spodnjih dihalnih poti, kože (derivati nafte, bencin, plini pri izgorevanju bencinskih in dizelskih motorjev, maziva), alergene snovi

B.) Fiziološke obremenjenosti:

- položaj telesa pri delu: pretežno stoje, sede
- telesne aktivnosti: hoja, delo s prsti, delo z rokami, hoja, prisilne drže vratne hrbtenice in ramenskega obroča (občasno), ročno premeščanje lažjih bremen
- statična in dinamična mišična obremenjenost,

C.) Senzorne obremenjenosti: obremenjenost vida, sluha,

D.) Način dela in psihosocialne zahteve dela:

- variirajoče delovne operacije,
- delo preko polnega delovnega časa (občasno),
- delo s strankami

E.) Psihološke obremenjenosti:

- psihomotorne,
- emocionalne (stres, odgovornost do kvalitete opravljenih storitev, delo s strankami, možnost konfliktnih situacij)
- psihosenzorne,
- psihosocialne (mobing)

II.) Ocena vrste in stopnje tveganja za poškodbe:

- spolzka tla (nevarnost spotikov, zdrsov, padcev),
- neionizirajoča sevanja (delo s slikovnim zaslonom, GSM aparat),
- nevarnost poškodb z električnim tokom (posredni dotik),
- biološki agensi (okužbe povzročene s klopi in drugimi insekti),
- nevarnost prometnih nesreč zaradi sodelovanja v cestnem prometu in internem prometu zaradi vožnje viličarja
- mehanične nevarnosti: prosto gibanje delov ali materiala, premiki delov delovne opreme, premikanje vozil,

III.) Ocena stopnje zdravstvene ogroženosti:

- bolezni čutil: okvara vida zaradi utrujanja očesnih mišic, okvara sluha,
- bolezni obtočil: srca, arterij, ven,
- bolezni gibal: okvara vratne hrbtenice, L/S hrbtenice in zgornjih okončin,
- duševne motnje: stres, utrujenost, psihosomatske bolezni,
- bolezni v zvezi z delom: arterijska hipertenzija, sindrom angine pectoris, ulkusni sindrom, psihične preobremenitve se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava,

- poklicne bolezni (po Pravilniku o seznamu poklicnih bolezni UL RS, št. 85/03):
- bolezni povzročene z biološkimi dejavniki (zap.št. 41) se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava

IV.) Posebne zdravstvene in psihofizične zahteve:

- duševne lastnosti: povprečne intelektualne sposobnosti, verbalna sposobnost, pozornost, spretnost prstov, stabilnost osebnosti, odsotnost psihopatološke simptomatike, odsotnost odvisnosti od alkohola, drog in ostalih psihotropnih snovi,
- živčevje in čutila:
 - ustrezne vidne funkcije (korigirana ostrina vida na blizu in daleč najmanj 0,8 na eno oko in najmanj 0,4 na drugo oko, sposobnost akomodacije, kontrast, ustrezen globinski vid, vidno polje)
 - ustrezen sluh in ravnotežje,
- obtočila: odsotnost težjih bolezni srca in ožilja,
- gibalna: odsotnost težjih obolenj vratne hrbtenice in zgornjih okončin (degenerativne bolezni)
- osnovne kontraindikacije so vsa težja obolenja, stanja, simptomi bolezni, posledice poškodb in medicinskih posegov, ki so navedeni v MKB 10 – 10. revizija, ki pomembno okvarjajo telesno in duševno zdravje.

Zaposleni pri delu ne smejo biti pod vplivom alkohola, nedovoljenih psihotropnih snovi ali drugih snovi, ki bi lahko vplivale na stanje zavesti. Postopki in ukrepi se izvajajo v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu ZVZD – 1 (51.čl.), Pravilnikom o seznamu prepovedanih drog, psihoaktivnih zdravil ter drugih psihoaktivnih snovi in njihovih presnovkov in internimi akti delodajalca.

* Zdravstvene in psihofizične zahteve za voznike, so določene v Pravilniku o zdravstvenih pogojih voznikov motornih vozil (Uradni list RS, št. 14/18). V primeru spremembe zakonodaje se tudi le-te spremenijo. Kriteriji veljajo za skupino II.

*** Delo ni ustrezno za invalide in kronične bolnike, ki imajo hujše okvare: vida, sluha, živčevja, ravnotežnega organa, gibal, obtočil in psihopatolško simptomatiko.**

*** Delo ni ustrezno za nosečnice in doječe delavke** (v skladu s Pravilnikom UL RS, št. 62/2015).

*** Delo ni ustrezno za mladoletne osebe zaradi zahtevnosti del.**

V.) Preventivni zdravstveni pregledi:

1. Obseg in vsebina
 - 1.1. *Predhodni preventivni zdravstveni pregled*, najmanj v obsegu (z možnostjo razširitve obsega pregleda glede na anamnezo in klinične indikacije):
 - anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna),
 - klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
 - osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
 - testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na daleč, forija, fuzija, barvni vid, globinski vid, kontrast, vidno polje,
 - EKG,

- mala spirometrija,
- testiranje sluha (ADG)

1.2. Usmerjeni obdobjni preventivni zdravstveni pregled:

Rok: 36 mesecev.

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna)
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na daleč, forija, fuzija, barvni vid, globinski vid, kontrast, vidno polje
- mala spirometrija,
- testiranje sluha (ADG) na 6 let oz. glede na indikacijo

Fakultativno:

- pregled pri okulistu (glede na klinično sliko)
- pregled pri psihologu zaradi vožnje viličarja
- ostale preiskave glede na indikacijo oz. po dogovoru.

Z usmerjenim obdobjnim zdravstvenim pregledom se v določenih obdobjih ocenjuje zdravstvena ogroženost delavca in njegovo izpolnjevanje posebnih zdravstvenih zahtev za določeno delo v delovnem okolju, zaradi vpliva kritičnih dejavnikov tveganja v tem obdobju, določenih z izjavo o varnosti z oceno tveganja delodajalca.

VI.) Zdravstveni ukrepi pri kritičnih obremenitvah in škodljivostih na delovnem mestu za zmanjšanje tveganja:

- okvare vratne hrbtenice in brahialnega plexusa zaradi prisilnih drž:
- ergonomska ureditev delovnega mesta po Pravilniku o varnosti in zdravju pri delu s slikovnim zaslonom (Uradni list RS, št.30/00),
- seznanjanje delavcev s pravilnimi držami telesa pri delu, pravilnim načinom dela in tveganjem za okvaro zdravja, ki so posledica nepravilnega načina dela,
- psihične obremenitve:
- zmanjšati stresne situacije z organizacijo, kvaliteto dela,
- senzorne obremenitve: uporaba OVO za zaščito sluha
- biološki agensi:
- cepljenje proti gripi (fakultativno),
- cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu, saj obstaja možnost okužbe pri delu. Izvaja se v skladu z doktrino cepljenja (roki, doze, sezonski čas cepljenja, shema cepljenja) in priporočili, ki jih vsako leto izda Nacionalni inštitut za javno zdravje (fakultativno)
- zdravstveno vzgojno delo o prepoznavanju Erithema migrans, ki je prvi zgodnji znak okužbe z Borelijo Burgdorferi
- uporaba osebne varovalne opreme zaradi terenskega dela, določene v tehničnem delu izjave o varnosti
- zagotoviti redno opravljanje preventivnih zdravstvenih pregledov s poudarkom na ugotavljanju dejavnikov tveganja za bolezni srca in ožilja, okvare gibal, ocena funkcije živčevja in čutil, odsotnost psihopatološke simptomatike.

4. Delovno mesto: upravljalca sušilnice (pripravnik)

I.) Dominantne obremenitve in škodljivosti:

A.) Ekološke obremenitve:

- delo v neugodnih mikro in makro klimatskih pogojih (delo na terenu, nagle temperaturne spremembe),
- hrup,
- vibracije: splošne (pri vožnji viličarja), lokalne (pri uporabi motorne žage),
- kemične: kemični dušljivci (CO), dražljivci zgornjih in spodnjih dihalnih poti, kože (derivati nafte, bencin, plini pri izgorevanju bencinskih in dizelskih motorjev, maziva), alergene snovi
- EM valovanja (delo s slikovnim zaslonom)
- biološke: virusi, bakterije, paraziti

B.) Fiziološke obremenjenosti:

- položaj telesa pri delu: pretežno stoje,
- telesne aktivnosti: hoja, delo z rokami, delo z nogami, prisilne države hrbtenice in gibal, ročno premeščanje lažjih in težjih bremen,
- statična in dinamična mišična obremenjenost,

C.) Senzorne obremenjenosti: obremenjenost vida, sluha

D.) Način dela in psihosocialne zahteve dela:

- delo preko polnega delovnega časa (občasno)
- variirajoče delovne operacije,

E.) Psihološka obremenjenost:

- psihosenzorna,
- psihomotorna,
- psihosocialne (mobing)

II.) Ocena vrste in stopnje tveganja za poškodbe:

- spolzka tla (nevarnost spotikov, zdrsov, padcev),
- nevarnost prometnih nesreč zaradi udeležbe v cestnem prometu
- mehanične nevarnosti: prosto gibanje delov ali materiala, premiki delov delovne opreme, premikanje vozil,
- padajoči predmeti,
- kemične nokse (zastrupitve z izpušnimi plini bencinskih in dizelskih motorjev, s CO),
- nevarnost eksplozij in požarov,
- biološki agensi (okužbe povzročene s klopi in drugimi insekti)

III.) Ocena stopnje zdravstvene ogroženosti:

- bolezní živčevja (sindrom karpalnega kanala)
- bolezní čutil: okvara vida, okvara sluha
- bolezní obtočil: srca, arterij, vene
- bolezní gibal: okvare vratne hrbtenice, ledveno-križne hrbtenice, zgornjih in spodnjih okončin,
- poškodbe pri delu: poškodbe oči, glave, gibal,
- poklicne bolezní (po Pravilniku o seznamu poklicnih bolezní UL RS, št. 85/03):
 - bolezní povzročene s fizikalnimi dejavniki:
 - vibracijska bolezen (zap. št. 38) se pojavlja občasno, majhna verjetnost pojava,

- okvare sluha zaradi hrupa (zap. št. 35) se pojavljajo občasno, majhna verjetnost pojava,
- bolezni povzročene z biološkimi dejavniki (zap.št. 41) se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava,
- bolezni gibal (zap.št. 60, 61, 62, 63) se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava,
- bolezni kože (zap.št. 44) se pojavljajo redko, zelo majhna verjetnost pojava,
- bolezni v zvezi z delom: okvara sluha, hrbtenice se pojavljajo pogostejše, srednje velika verjetnost pojava

IV.) Dominantne zdravstvene in psihofizične zahteve:

- duševne lastnosti: povprečne intelektualne sposobnosti, pozornost, spacialna sposobnost, motorična koordinacija, spretnost prstov, ročna spretnost, stabilnost osebnosti, odsotnost psihopatološke simptomatike, odsotnost odvisnosti od alkohola, drog in ostalih psihotropnih snovi,
- živčevje in čutila:
 - ustrezne vidne funkcije (zaradi vožnje v službene namene 0,8 z enim očesom in vsaj 0,4 z drugim očesom, sposobnost akomodacije, kontrast, ustrezen globinski vid, prepoznavanje barv, forija in fuzija, vidno polje v mejah normale),
 - ustrezen sluh in ravnotežje,
 - odsotnost težjih bolezni živčevja (epilepsije ...),
- presnova: odsotnost neurejene sladkorne bolezni,
- obtočila: odsotnost težjih bolezni srca in ožilja,
- dihal: odsotnost težjih obolenj zgornjih in spodnjih dihal, ki lahko povzročijo hipoksemijo in motnje zavesti,
- gibala: zdrav osteomuskularni aparat (odsotnost težjih kroničnih obolenj hrbtenice, zgornjih in spodnjih okončin)
- osnovne kontraindikacije so vsa srednje težka in težja obolenja, stanja, simptomi bolezni, posledice poškodb in medicinskih posegov, ki so navedeni v MKB 10 – 10. revizija, ki pomembno okvarjajo telesno in duševno zdravje.

Zaposleni pri delu ne smejo biti pod vplivom alkohola, nedovoljenih psihotropnih snovi ali drugih snovi, ki bi lahko vplivale na stanje zavesti. Postopki in ukrepi se izvajajo v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu ZVZD – 1 (51.čl.), Pravilnikom o seznamu prepovedanih drog, psihoaktivnih zdravil ter drugih psihoaktivnih snovi in njihovih presnovkov in internimi akti delodajalca.

* Zdravstvene in psihofizične zahteve za voznike, so določene v Pravilniku o spremembah in dopolnitvah Pravilnika o zdravstvenih pogojih voznikov motornih vozil (Uradni list RS, št. 14/18). V primeru spremembe zakonodaje se tudi le-te spremenijo. Kriteriji veljajo za II skupino.

* Delo ni ustrezno za invalide in kronične bolnike, ki imajo hujše okvare: vida, sluha, živčevja, ravnotežnega organa, gibal, obtočil in psihopatološko simptomatiko.

* Delo ni ustrezno za nosečnice in doječe delavke.

* Delo ni ustrezno za mladoletne osebe.

V.) Preventivni zdravstveni pregledi:

1. Obseg in vsebina

1.1. Predhodni preventivni zdravstveni pregled, najmanj v obsegu (z možnostjo razširitve obsega pregleda glede na anamnezo in klinične indikacije):

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna, voziška),
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, S-AST, S-ALT, S-γGT, urin),
- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na daleč, forija, fuzija, globinski vid, barvni vid, kontrast, vidno polje
- EKG,
- mala spirometrija,
- preiskava sluha (ADG),
- pregled pri psihologu zaradi vožnje viličarja

1.2. Usmerjeni obdobjni preventivni zdravstveni pregled:

Rok: 36 mesecev

- anamneza (delovna, socialna, družinska, osebna, voziška),
- klinični pregled specialista medicine dela z osnovno antropometrijo,
- osnovni laboratorij (SR, hemogram, krvni sladkor, S-AST, S-ALT, S-γGT, lipidogram, urin),
- testiranje vidnih funkcij: ostrina vida na blizu, na daleč, forija, fuzija, globinski vid, barvni vid, kontrast, vidno polje
- EKG,
- mala spirometrija,
- preiskava sluha (ADG) na 6 let oz. glede na indikacije
- pregled pri psihologu zaradi vožnje viličarja

Fakultativno:

- pregled pri okulistu (glede na klinično sliko)
- ostale preiskave glede na indikacijo oz. po dogovoru

VI.) Zdravstveni ukrepi pri kritičnih obremenitvah in škodljivostih na delovnem mestu za zmanjšanje tveganja:

- fizične obremenitve:

- seznanjanje delavcev o pravilnem dviganju in premeščanju bremen,
- zagotavljanje, da so bremena v skladu s priporočili,
- seznanjanje delavcev s pravilnimi držami telesa pri delu, pravilnim načinom dela in tveganjem za okvaro zdravja, ki so posledica nepravilnega načina dela,
- zagotavljanje razgibanega dela: sedenje - stoja – hoja,

- kemične nevarnosti:

- določitev nevarnih in škodljivih snovi in pridobitev varnostnih listov nevarnih snovi, seznanjanje delavcev in njihova pisna potrditev seznanitve,
- uporaba osebne varovalne opreme za delo z nevarnimi snovmi,

- biološke nevarnosti:

- cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu je indicirano zaradi večje možnosti okužbe pri delu. Izvaja se v skladu z doktrino cepljenja (roki,

doze, sezonski čas cepljenja, shema cepljenja) in priporočili, ki jih vsako leto izda Nacionalni inštitut za javno zdravje

- zdravstveno – vzgojno delo zaradi preprečevanja okužbe s klopi, ukrepi pri pojavu eritema migrans
- senzorne obremenitve : uporaba OVO za zaščito sluha in pri delu z vibracijskimi orodji
- uporaba osebne varovalne opreme zaradi terenskega dela, določene v tehničnem delu izjave o varnosti
- zagotoviti redno opravljanje preventivnih zdravstvenih pregledov s poudarkom na ugotavljanju dejavnikov tveganja za bolezni srca in ožilja, okvare gibal, ocene funkcije živčevja in čutil, bolezni kože, odsotnost psihopatološke simptomatike.

VII.) Program promocije zdravja v skladu z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu (UL RS št. 43/11, člen 3/9) je naveden v Izjavi o varnosti.

Izjava o varnosti z oceno tveganja je podana na podlagi okvirne analize in zdravstvene ocene delovnega mesta. V oceni dominantnih obremenitev, škodljivosti in zdravstvenih zahtev so navedene obremenitve in zahteve označene s 3 ali več po ocenjevalnem ključu okvirne analize.

Pri določanju obsega pregleda za posamezna delovna mesta (laboratorijske preiskave, fiziološke preiskave za testiranje funkcij posameznih organskih sistemov, specialistični pregledi) smo upoštevali obremenitve in škodljivosti, ki jim je delavec izpostavljen na delovnem mestu, v skladu s Pravilnikom o preventivnih zdravstvenih pregledih delavcev (Uradni list RS št. 87/2002) in doktrino sekcije za medicino dela, prometa in športa.

mag.  Tarjana Furlani, dr. med.
spec. med. dela, prometa in športa

PREDLAGANI UKREPI ZA ZMANJŠANJE OBREMENITEV IN OBREMENJENOSTI NA DELOVNEM MESTU – PROMOCIJA ZDRAVJA

Negativne posledice obremenitev in obremenjenosti na delovnem mestu lahko zmanjšamo s preventivnimi ukrepi – promocijo zdravja in zdravega življenjskega sloga v delovnem in ostalem – socialnem, bivalnem, okolju:

Tehnični ukrepi:

- ergonomska ureditev delovnega mesta (ergonomski ukrepi za preprečevanje kostno mišičnih obolenj),
- stalna skrb za posodabljanje delovne opreme
- izvajanje ekoloških meritev (hrup, mikroklimatski pogoji, osvetljenost itd.)

Organizacijski ukrepi:

- organizacija športnih dejavnosti v prostem času, kjer se lahko vključijo tudi družinski člani zaposlenih (npr. tekmovanja v različnih skupinskih športih, planinski pohodi, kolesarjenje,...)
- omogočanje zaposlenim, da sodelujejo pri izboljšavah organizacije dela in delovnega okolja,
- obveščanje zaposlenih o programu promocije zdravja na delovnem mestu s pomočjo interneta, različnih sestankov, oglasne deske,...
- možnost udeležbe v programih telesne vadbe zaradi prisilnih drž hrbtenice in ramenskega obroča

Splošni ukrepi:

- možnost organizirane rekreacije izven delovnega časa
- omogočanje aktivnih rekreativnih odmorov z namenom zmanjšati škodljive učinke enostranskih obremenitev kostno mišičnega sistema (dolgotrajne prisilne drže, ponavljajoči se gibi) itd
- omogočiti
- usmerjanje dejavnosti za obvladovanje stresnih situacij (avtogeni trening, meditacija, relaksacijske tehnike)
- posebna zdravstvena vzgoja in izobraževanje
- seznanjanje delavcev s pravili za zdravo življenje:
 - teme s področja zlorabe alkohola in psihoaktivnih snovi
 - teme s področja zdravega prehranjevanja
 - teme s področja zdrave telesne aktivnosti
 - teme s področja nekajenja
 - teme s področja bolezni srca in ožilja
- redno opravljanje preventivnih zdravstvenih pregledov
- redno vzdrževanje ustrezne psihofizične kondicije in stalno seznanjanje s potencialnimi navarnostmi in tveganji
- zagotavljanje skupnih družabnih prostorov – ureditev ali najem površin za rekreacijo (npr. letna karta za bazen, telovadnico, spodbujanje organizirane vadbe,...)
- spodbujanje zdravega prehranjevanja,
- spodbujanje osebostnega razvoja

Posebni ukrepi:

- ostali ukrepi so navedeni v zgornjih poglavjih (npr. uporaba posebnih ergonomskih tipkovnic, levo-desne računalniške miške, itd.)

Aktivni ukrepi:

- aktivna zaščita (cepljenje) npr. proti gripi fakultativno
- cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu, ker obstaja možnost okužbe pri delu. Izvaja se skladno z doktrino cepljenja (roki, doze, sezonski čas cepljenja, shema cepljenja) in priporočili, ki jih vsako leto izda Nacionalni inštitut za javno zdravje
- poseben režim pitja tekočin : voda, topli rastlinski napitki pozimi in hladni poleti

IZVAJALEC MEDICINE DELA:

mag. Tatjana Furlani, dr.med.
spec.med.dela, prometa in športa

mag. Tatjana Furlani, dr. med.
spec. med. dela prometa in športa

AMBULANTA ZA MEDICINO
DELA
PROMETA IN ŠPORTA
Kočevje, Roška c. 18

16.09.2019