



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ



ИЗПЪЛНИТЕЛНА АГЕНЦИЯ
„ГЛАВНА ИНСПЕКЦИЯ ПО ТРУДА“



ЕВРОПЕЙСКИ СОЦИАЛЕН ФОНД

ПРОЕКТ BG051P0001-2.3.01
ПРЕВЕНЦИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ И
ЗДРАВЕ ПРИ РАБОТА
РАБОТА, СИГУРНОСТ, ЖИВОТ

"Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на Оперативна програма "Развитие на човешките ресурси", съфинансиран от Европейския социален фонд на Европейския съюз

ТЕХНИЧЕСКИ ПРАВИЛА, РЪКОВОДСТВО С ПРАКТИЧЕСКИ ПРАВИЛА И
РЪКОВОДНИ ПРИНЦИПИ ПО БЕЗОПАСНОСТ И ЗДРАВЕ ПРИ РАБОТА

**ТЪРГОВИЯ НА ЕДРО И
ДРЕБНО С АВТОМОБИЛИ И
МОТОЦИКЛЕТИ, ТЕХНИЧЕСКО
ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ**

КОДЕКС НА ДОБРИТЕ ПРАКТИКИ

Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на
Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ 2007-2013,
съфинансирана от Европейския социален фонд на Европейския съюз

Инвестира във вашето бъдеще!

I. ОБЩИ ПОЛОЖЕНИЯ

Икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ включва търговия на едро и дребно с автомобили, мотоциклети, части и принадлежности за тях, както и тяхното техническо поддържане и ремонт.

През последните 25 години тази икономическа дейност е една от най-бързо развиващите се в страната. Въвеждането на свободна и неограничена търговия с нови и употребявани автомобили и мотоциклети, както и включването на България в обширния единен европейски пазар, доведе до изключително увеличаване на броя на автомобили и мотоциклети, както и до много голямо разнообразие на марки и модели.

Тази ситуация, както и съчетаването на много и различни производствени фактори в тази сфера, я превръща в една от рисковите по отношение на работната среда.

Работещите в тази дейност се трудят при много специфични условия на труд:

- Работа на закрито – при търговията, обслужването и ремонта на автомобилите и мотоциклетите, заетите работят с органични и неорганични хим. вещества; с полимери, каучук, бои, лакове, лепила, синтетични и изкуствени влакна, почистващи и миешки препарати и други подобни.
- Работа на открито (при спешен ремонт или транспортиране на аварирани автомобили или мотоцик-

лети) или в големи производствени помещения (халета) – голяма част от работещите са изложени на вибрации от ръчни инструменти и машини, силен шум, на въздействието на пушек и прах, на рисковете от работа с повдигащи устройства. Освен това, те са изложени и на въздействието на многобройни химически продукти, горива, масла или вещества голяма част, от които са и токсични.

- Работа в ограничени пространства – често работещите в сферата на обслужването и ремонта на автомобили осъществяват производствени дейности в тесни работни пространства (ремонтни канали, във вътрешни пространства на автомобилите и др.)

- Редица фактори на работната среда оказват отрицателно влияние върху работещите в тези сектори. Сериозни рискове за здравето на работещите предизвиква честата необходимост от работа при неудобни пози. От физическите рискове на работната среда, особено силно негативен ефект върху човешкия организъм има работата при твърде високи температури и излагане на твърде ниски температури.

Влиянието на ергономичните фактори също е значително за тази икономическа дейност. Работата на наетите включва стоене прав или вървене през по-голямата част от работния ден, монотонни, повтарящи се действия с ръцете или повтарящи се операции.

Работното време е един от основните показатели за условията на труд. Проблемите, свързани с безопасността при работа в сферата на обслужването и ремонта на автомобили и мотоциклети, се засилват от това, че работещите в тях често полагат труд над 40 часа седмично, а не рядко дори над 50 часа седмично.

Нестандартното работно време, особено при извършването на спешни аварийни ремонти /работа вечер и нощно време, често повече от десет часа на ден и в събота и неделя/, оказва сериозно влияние върху възможността наетите да почиват пълноценно и съответно върху нормалното възпроизводство на работната сила.

Допълнително негативно влияние върху физиологическото състояние на работещите оказва спецификата на производствения процес в много от дейностите. В редица случаи темпото на работа на заетите е силно зависимо от външни за тях фактори като работа, която е свършена от колеги; работа по спешно отстраняване на аварии и др.

Тези рискове явно произтичат от спецификата на дейността и тяхното влияние трудно може да бъде избягнато. Това налага да насочат вниманието си към такава организация на работата,

която дава възможност да се намалят максимално рисковете за здравето на наетите и последиците от тях.

При икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ са налице редица специфични рискове по отношение на условията на труд. Изследванията сочат, че голяма част от заетите оценяват, че работата им влияе на здравето, както и че здравето им е изложено на риск. Най-разпространените оплаквания в сектора са обща умора, мускулни болки, стрес, главоболие и болки в гърба.

Една от важните цели на настоящото Помагало е да осигури на заетите в дейности по търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети достъп до нова, разбираема и актуална информация относно осигуряването на безопасност и здраве при работа. Това ще помогне да се преодолее и друг сериозен проблем. В тези икономически дейности, именно заради специфичните, а в редица случаи и тежки условия на труд, има сериозна необходимост от продължаващо, надграждащо обучение на заетите относно рисковете, с които е съпроводен техния труд и за начините, с които тези рискове могат да бъдат отстранени или минимизирани.

II. ОСНОВНИ ОПАСНОСТИ И СТЕПЕН НА РИСКА

Спецификата и разнообразието на производствени дейности при търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети поддържа относително не висок риск от трудови злополуки и професионални заболявания. Статистиката на Националния осигурителен институт сочи тенденция на сравнителна устойчивост, а в последните години и на известно намаляване на броя на трудовете злополуки, претърпяни от работещите в тази икономическа дейност.

Година	Брой на трудовете злополуки	Брой на загубени работни дни поради трудови злополуки
2006	23	1749
2007	16	1072
2008	15	1268
2009	16	1131
2010	16	2051
2011	11	805

Независимо от тези сравнително малко злополуки, работата в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ е съпроводена със значителни и многообразни рискове. Ето най-често срещаните от тях:

Физически рискове:

- Свързани с прякото и непряко ултравиолетово и инфрачервено лъчение (особено при заваряване);
- Свързани с с микровълнова и ра-

диочестотна радиация (особено когато се заваряват отделни панели);

- Свързани с вибрация „ръка-рамо“ от електрически инструменти;
- Свързани с с прекомерен шум (на моменти над 90db), особено при ковашки работи или при тестване на двигателя;
- Свързани с високи и ниски температури, особено в открити сервиси и гаражи и по време на пътно-аварийни работи.

Рискове от химични вещества:

- Свързани с с широк спектър от промишлени химикали, включително тежки метали, съдържащи се в спирачната течност, отстраняване на грес, дезинфектанти, смазочни материали, метал, почистващи течности, бои, гориво, разтворители и т.н., което може да доведе до различни форми на хронично отравяне;
- Свързани с кожни заболявания (различни видове дерматити, кожни реакции на свръхчувствителност, екзема, дразнене от масло и т.н.), причинени от различни химически вещества, като лепила, азбест, антифриз, спирачни течности, епоксидни, бензин, масло, никел, колофон и т.н.;
- Свързани с дразнене на очите, замайване, гадене, респираторни проблеми, главоболие, и т.н., причинени от контакт с дразнещи хи-

микали, прахове и изгорели газове и т.н.;

- Свързани с азбестоза и мезотелиом, причинени от азбестов прах от операциите по почистване и обработка на спиралните барабани;

- Свързани с хронични отравяния поради контакт с олово и прахообразни частици от него (особено при ремонт на радиатори, при работа с акумулатори, заваряване, използване на бои и смазочни материали и т.н.);

- Свързани с хематологични промени поради контакт с разтворители като бензол и неговите производни, толуен, ксилен и др.;

- Свързани с повишен риск от рак поради вдишване на дизелово изгорели газове или контакт с някои тежки метали и техните съединения, азбест, бензол, и т.н.;

- Свързани с повишен риск от органично увреждане на мозъка в резултат на вдишване на дизелово изгорели газове;

- Свързани с остро дразнене на очите и лигавиците, главоболие, респираторни проблеми, стягане в гръдния кош, поради вдишване на газове и сажди;

- Свързани със стомашно-чревни разстройства, дължащи се на постоянно или случайно вдишване на изпарения на лепила;

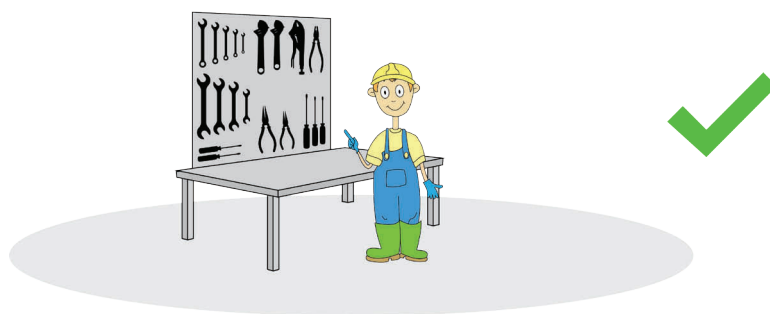
- Свързани с попадане върху тялото на корозивни и реактивни химикали, които могат да причинят нараняване на очите, кожата и т.н.;

Биологични опасности:

- Свързани с инфекции в резултат



Внимавай! Винаги
дръж подредено
работното си място!



на зараждане и развитие на микроорганизми в някои лепила;

Ергономични, психо-социални и организационни фактори:

- Свързани с остри мускулно-скелетни увреждания (фрактури и размествания на междупрешленните дискове, сухожилията, херния и т.н.), причинени от физическо пренапрежение и грешна комбинация от тегло и поза при повдигане и преместване на тежки товари;
- Свързани с травми, включително синдром на карпалния тунел, причинено от продължителна повтаряща се работа;
- Свързани с риска от насилие (включително от недоволни клиенти);
- Свързани с психологически стрес на работното място при натиск за изпълнението на служебни задачи в много къси срокове.

III. НАЧИНИ ЗА ПРЕМАХВАНЕ ИЛИ НАМАЛЯВАНЕ НА РИСКА ОТ ЗЛОПОЛУКИ И ПРОФЕСИОНАЛНИ БОЛЕСТИ

**МЕРКИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ В
ТЪРГОВИЯТА НА ЕДРО И ДРЕБНО С
АВТОМОБИЛИ И МОТОЦИКЛЕТИ,
ТЕХНИЧЕСКО ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ**

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 1

КАКВИ СА ОСНОВНИТЕ РИСКОВЕ ЗА ЗДРАВЕТО НА ЗАЕТИТЕ В ПРОФЕСИЯ „АВТОМЕХАНИК“ И КАКВИ ПРЕВАНТИВНИ МЕРКИ И МЕТОДИ НА РАБОТА МОГАТ ДА МИНИМИЗИРАТ НИВОТО НА РИСК

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Умора и болки в гърба, кръста и крайниците, нарушение на циркулацията на кръвта в долните крайници поради статична /принудителна работна поза, с трудни движения и усуквания, свързана с ремонтните дейности/ и динамично /демонтаж, ремонт, монтаж/ физическо натоварване.	◆ Спазване на изискванията за рационална организация и ергономично комплектоване на работното място, намаляваща времето на нефизиологични работни пози и осигуряваща физиологично положение на тялото. ◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999 г. на МЗ и МТСП. ◆ Промяна на работната поза.
Нервно-психично напрежение и стрес, нарушение на съня, вследствие на повишени изисквания към вниманието и концентрацията /ремонтни дейности, шофиране/, работа в недостиг на време при оказване на пътна помощ, работа с хора, нощен труд.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Изграждане на умения за комуникация. ◆ Усвояване и прилагане на стратегии за промоция на здравето и справяне със стреса – разтоварване, релаксация. ◆ Комбиниране на задачи с различна специфика.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Напрежение на зрителния анализатор, зрителна умора, сълзене, "пясък" в очите, главоболие работа с детайли с много малки размери и при управление на МПС, особено при лоши метеорологични условия и през тъмната част от денонощието.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Явяване на периодични медицински прегледи (офталмолог).
Травмиране при работа с подедни съоръжения – охлузване, притискане, премазване, счупване на кости.	◆ Ежедневен визуален преглед от автомеханик и периодичен технически преглед от представителите на сервиса за поддръжка на подедните съоръжения. ◆ Недопускане работа с технически неизправни товароподемни съоръжения. ◆ Теглото на товара да не превишава максималната товароподемност. ◆ Спазване на правилата за безопасна експлоатация на подедна техника. ◆ Спазване на правилата за привързване на товарите и за използване на товарозахватните приспособления. ◆ Извършване на текущ технически преглед, правилно съхранение и своевременно бракуване на товарозахватните приспособления. ◆ Строго спазване на ограниченията за достъп до обсега на подедното съоръжение. ◆ Повишено внимание при работа. ◆ Провеждане на периодични обучения и инструктаж на лицата, работещи с подедни съоръжения.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Различни по вид и тежест травми при свободно движение /излитане/ на машинни части и детайли, подложени на натиск.	◆ Правилно и устойчиво поставяне на разглобявания детайл в пресата. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа с хидравлична преса. ◆ Повишено внимание при работа.
Притискане, премазване на части от тялото при работа с хидравлична преса.	◆ Стриктно спазване на правилата за безопасна експлоатация на оборудването ◆ Повишено внимание при работа.
Охлузни и порезни рани, попадане на чужди тела в очите и дихателните пътища при работа с шмиргел.	◆ Работа с машината само при налични и спуснати защитни съоръжения. ◆ Използване на лични предпазни средства / очила, маска, ръкавици/. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа.
Травми при увличане на коса и облекло от въртящи се части на машината.	◆ Работа с машината само при налични и спуснати защитни съоръжения. ◆ Добре прибрано, най-вече в китките, работно облекло. ◆ Прибиране на косите по подходящ начин.
Поражение от ел. ток поради директен / индиректен допир при работа с ел. оборудване.	◆ Осъществяване на периодичен контрол за наличие на достъпни за допир тоководещи части на електрическите съоръжения и захранващите кабели и предприемане на незабавни мерки за отстраняване на констатираната неизправност. ◆ Работа само със стандартни и обезопасени ръкохватки при заваряване. ◆ Поддържане в техническа изправност на ел. инсталация и ел. съоръжения. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа с ел. съоръжения. ◆ Периодично извършване на проверка на електробезопасността от акредитиран орган за контрол.

Идентифицирани опасности	Необходимите мерки за предотвратяване на риска
Изгаряния, отравяния, задушаване, материални щети, човешки жертви при запалване, експлозия и пожар.	◆ Строго спазване на изискванията за организация, правила и норми за осигуряване на пожарна безопасност при извършване на огневи работи – разстояние или защита на горими конструкции, материали и отпадъци; исправност на заваръчни уредби и съоръжения; притежаване на правоспособност за съответния вид заваряване. ◆ Спазване на изискванията за съхранение и работа с горими течности. ◆ Извършване на периодични проверки на носимите пожарогасители от отговорника по пожарна безопасност и на техническо обслужване, презареждане и хидростатично изпитване на устойчивост на налягане от търговци, получили разрешение за осъществяване на тази дейност. ◆ Редовно провеждане на инструктаж по ЗБУТ и ППО. ◆ Провеждане на обучение на работещите за правилна експлоатация на пожарогасителните средства при необходимост. ◆ Запознаване на всички работещи и ежегодно проиграване на План за предотвратяване и ликвидиране на аварии, съгл. изискванията на чл. 251 от Наредба № 7 от 1999г. на МТСП и МЗ. ◆ Поддържане в исправност на МПС, редовно извършване на технически прегледи и сервизно обслужване. ◆ Запознаване на работещите с Инstrukция за осигуряване на пожарна и аварийна безопасност при управление и обслужване на МПС. ◆ Технически изправен и проверен пожарогасител и заредена аптечка в автомобила.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Травматични увреждания при подхлъзване, спъване, падане на едно ниво, по стълбища или от височина при качване и слизане в ремонтен канал или при преминаване покрай него.	◆ Избягване на натрупване на резервни части, работно оборудване и отпадъци върху пода. ◆ Своевременно подреждане и почистване на сервиза. ◆ Осигуряване на достатъчно свободни проходи за придвижване. ◆ Поддържане на подовите покрития чисти и сухи. ◆ Внимателно движение, особено по мокри и хлъзгави подови покрития, по стълбища и в близост до ремонтния канал. ◆ Ползване на подходящи обувки с противохлъзгащи подметки. ◆ Избягване на разполагането на кабели на ел. съоръжения в работната зона – своевременно полагане на същите в PVC кабел-канал.
Различни по вид травми и наранявания при попадане в пътно-транспортно произшествие.	◆ Поддържане в изправност на МПС, редовно извършване на технически прегледи и сервизно обслужване. ◆ Спазване на Закона за движение по пътищата и Правилника за прилагането му.
Охлузни, прободно-порезни рани при работа с ръчни инструменти – отплесване, изпускане.	◆ Ползване на изправни и подходящи за съответната операция ръчни инструменти. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа. ◆ Повишено внимание при работа.
Опарвания, локални термични изгаряния на открити и непредпазени части на тялото от разтопен метал и искри, попадане на чужди тела в очите при извършване на заваръчни работи.	◆ Използване на специално работно облекло и лични предпазни средства при заваряване /огнеустойчив гащеризон, заваръчни ръкавици, заваръчен шлем/.
UV-облъчване на очите от волтовата дъга / електроофталмия/ при заваряване.	◆ Използване на заваръчен шлем с адекватно ниво на затъмнение на екрана. ◆ Ограждане на зоната на заваряване със заваръчна завеса, осигуряваща защита на други лица.

Идентифицирани опасности	Необходимите мерки за предотвратяване на риска
Поражения на дихателната система и интоксикации при инхалиране на заваръчни газове, метални аерозоли, пари и прах /пневмокониоза при заварчици/.	◆ Осигуряване и използване на колективни средства за защита – подходяща аспирационна система. ◆ Използване на лични предпазни средства – заваръчен шлем с подаване на свеж въздух, маски със сменяеми филтри, еднократни маски.
Алергични дерматити, екземи, токсични увреждания при контакт с кожата и кожна резорбция на горивни и смазочни материали и технически течности.	◆ Спазване на правилата за безопасна работа с химични агенти. ◆ Ползване на лични предпазни средства / работни ръкавици/. ◆ Повишено внимание при работа.
Микроклиматичен дискомфорт, прегряване или охлаждане на организма, простуди, усложнения на простудните заболявания при техническа неизправност на отоплителната инсталация през студения период, при достигане на температура на въздуха в помещенията, надхвърляща допустимите норми, през топлия период и при работа на открито и при неблагоприятни климатични условия при извършване на спешни ремонти.	◆ Спазване на изискванията за допустимите норми на температурата на въздуха в работните помещения. ◆ Ползване на подходящо за сезона работно облекло. ◆ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.
Зрителна умора, напрежение на зрителния анализатор, главоболие при несъответствие на осветеността с изискванията за съответния вид дейност.	◆ Спазване на светлотехническите изисквания за осветеността на работната повърхност и работната зона. ◆ Поддържане в изправност на осветителната уредба.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Карбоксиемоглобинемия, интоксикация, смърт вследствие повишена концентрация на въглероден монооксид /CO/ във въздуха на работната среда.	♦ Включване на двигателя на обслужваното превозно средство само след правилно поставяне на газоотвода за локално аспириране на ауспуха. ♦ Извършване на периодичен контрол на ефективността на вентилационните системи от акредитиран орган за контрол.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 2

КАКВИ СА ОСНОВНИТЕ РИСКОВЕ ЗА ЗДРАВЕТО НА ЗАЕТИТЕ В ПРОФЕСИЯ „ПРИЕМЧИК АВТОСЕРВИЗ“ И КАКВИ ПРЕВАНТИВНИ МЕРКИ И МЕТОДИ НА РАБОТА МОГАТ ДА МИНИМИЗИРАТ НИВОТО НА РИСК

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Нервно-психично напрежение и стрес вследствие на труд, свързан с организационни и контролни функции, повишени изисквания към вниманието и концентрацията и работа с хора /чести контакти с други служители и външни лица – клиенти на сервиза/.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Изграждане на умения за комуникация. ◆ Усвояване и прилагане на стратегии за промоция на здравето и справяне със стреса – разтоварване, релаксация. ◆ Комбиниране на задачи с различна специфика.
Умора и болки в гърба и кръста /статично напрежение на мускулите на гърба/, нарушение на циркулацията на кръвта в долните крайници поради продължително седяща работна поза.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Спазване на изискванията за рационална организация и ергономично комплектоване на работното място, осигуряваща физиологично положение на тялото (в т.ч. при работа с видеодисплей). ◆ Промяна на работната поза.
Напрежение на зрителния анализатор, зрителна умора, сълзене, “пясък” в очите, главоболие при работа с видеодисплей.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Явяване на периодични медицински прегледи (офталмолог). ◆ Спазване на минимално разстояние между очите и монитора на компютъра от най-малко 50 см.

Идентифицирани опасности	Необходимите мерки за предотвратяване на риска
Травматични увреждания при подхлъзване, спъване, падане на едно ниво, по стълбища или от височина /в ремонтен канал/.	◆ Избягване на натрупване на резервни части, работно оборудване и отпадъци върху пода на сервиза. ◆ Своевременно поддръждане и почистване на сервиза. ◆ Осигуряване на достатъчно свободни проходи за придвижване. ◆ Поддържане на подовите покрития чисти и сухи. ◆ Внимателно движение, особено по мокри и хлъзгави подови покрития, по стълбища и в близост до ремонтния канал. ◆ Ползване на подходящи обувки с противохлъзгащи подметки. ◆ Избягване на разполагането на кабели на ел. съоръжения в работната зона – своевременно полагане на същите в PVC кабел-канали.
Поражение от ел. ток поради директен /индиректен допир при работа с ел. оборудване.	◆ Поддържане в техническа изправност на ел. инсталация и ел. съоръжения. ◆ Инсталиране и използване само на изправна офис-техника и ел. уреди. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа с ел. съоръжения. ◆ Периодично извършване на проверка на електробезопасността от електролаборатория.
Изгаряния, отравяния, задушаване, материални щети, човешки жертви при запалване, експлозия и пожар.	◆ Извършване на периодични проверки на носимите пожарогасители от отговорника по пожарна безопасност и на техническо обслужване, презареждане и хидростатично изпитване на устойчивост на налягане от търговци, получили разрешение за осъществяване на тази дейност. ◆ Редовно провеждане на инструктаж по ЗБУТ и ППО. ◆ Провеждане на обучение на работещите за правилна експлоатация на пожарогасителите при необходимост. ◆ Запознаване на всички работещи и ежегодно проиграване на План за предотвратяване и ликвидиране на аварии, съгл. изискванията на чл. 251 от Наредба № 7 от 1999г. на МТСП и МЗ.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Инфекциозни заболявания, предавани по въздушно-капков път.	◆ Спазване на хигиенен и дезинфекционен режим в офиса. ◆ Системно проветряване на помещенията. ◆ Осигуряване и използване на хигиенни маски по време на епидемичен взрив. ◆ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.
Микроклиматичен дискомфорт, прегряване или охлаждане на организма при техническа неизправност на отоплителната инсталация през студения период или при достигане на температура на въздуха в помещенията, надхвърляща допустимите норми, през топлия период.	◆ Спазване на изискванията за допустимите норми на температурата на въздуха в работните помещения. ◆ Ползване на подходящо за сезона облекло. ◆ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.
Зрителна умора, напрежение на зрителния анализатор, главоболие при несъответствие на осветеността с изискванията за съответния вид дейност.	◆ Спазване на светлотехническите изисквания за осветеността на работната повърхност. ◆ Поддържане в изправност на осветителната уредба.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 3

**КАКВИ СА ОСНОВНИТЕ РИСКОВЕ ЗА ЗДРАВЕТО НА ЗАЕТИТЕ В
ПРОФЕСИИТЕ „ОТГОВОРНИК НА СКЛАД“ И „РЕЦЕПЦИОНИСТ НА СЕРВИЗ“
И КАКВИ ПРЕВАНТИВНИ МЕРКИ И МЕТОДИ НА РАБОТА МОГАТ ДА
МИНИМИЗИРАТ НИВОТО НА РИСК**

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Различни по вид травми при работа със самоходен високоповдигач – удар, изпускане на подемната система, обръщане на товара – притискане, премазване.	◆ Спазване на правилата за безопасна работа с подемно-транспортна техника и на изискванията за максимална тежест, размери и разположение на товара. ◆ Създаване и спазване на организация и ритъм на производствения процес. ◆ Поддържане в изправност на подемно-транспортната машина, редовно извършване на технически прегледи и сервизно обслужване. ◆ Повишено внимание при работа.
Травматични увреждания поради загуба на равновесие, подхлъзване, падане от височина при работа със самоходен високоповдигач.	◆ Поддържане на платформата за водача чиста. ◆ Спазване на правилата за безопасна експлоатация на подемна техника. ◆ Повишено внимание при работа.
Вестибуларни смущения – световъртеж, гадене – поради извършване на чести кръгови движения със самоходен високоповдигач.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Притискане, премазване, счупване на кости при работа с ръчна транспалетна количка поради изпускане на повдигателния механизъм, падане на товар от палетата или обръщане на палетата.	◆ Ежедневен визуален преглед от Отговорник склад и рецепция сервиз и периодичен технически преглед от представителите на сервиза за поддръжка на подемните съоръжения. ◆ Използване на количката само в зони със сравнително равен и гладък под. ◆ Равномерно разполагане на товара по дължината и на двата рога. ◆ Теглото на товара да не превишава максималната товароподемност на количката. ◆ Спазване на правилата за безопасна експлоатация на ръчна транспалетна количка. ◆ Съблюдаване за здравината на опаковката на съхраняваните стоки. ◆ Повишено внимание при работа.
Умора и болки в гърба, кръста и крайниците, нарушение на циркулацията на кръвта в долните крайници поради статично /бутане на транспалетна количка, ръчна работа с тежести/ и динамично /напомпване при повдигане на товар/ физическо натоварване.	◆ Създаване и поддържане на правилна организация на работната зона, свеждаща до минимум принудителната работна поза. ◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Промяна на работната поза.
Нервно-психично напрежение и стрес вследствие на труд, свързан с материална и служебна отговорност, повишени изисквания към вниманието и концентрацията и работа с хора – чести контакти с други служители и външни лица /клиенти на сервиза/.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Изграждане на умения за комуникация. ◆ Усвояване и прилагане на стратегии за промоция на здравето и справяне със стреса – разтоварване, релаксация. ◆ Комбиниране на задачи с различна специфика.

Идентифицирани опасности	Необходимы мерки за предотвратяване на риска
Напрежение на зрението, зрителна умора, сълзене, "пясък" в очите, главоболие при работа с видеодисплей.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Явяване на периодични медицински прегледи (офталмолог). ◆ Спазване на минимално разстояние между очите и монитора на компютъра от най-малко 50 см. ◆ Спазване на светлотехническите изисквания за осветеността на работната повърхност. ◆ Поддържане в изправност на осветителната уредба.
Травматични увреждания при подхлъзване, спъване, падане на едно ниво или по стълбища.	◆ Избягване на натрупване на материали и отпадъци върху пода. ◆ Своевременно подреждане и почистване на складовите площи. ◆ Осигуряване на достатъчно свободни проходи за придвижване. ◆ Поддържане на подовите покрития чисти и сухи. ◆ Внимателно движение, особено при мокри и хлъзгави подови покрития. ◆ Ползване на подходящи обувки с противохлъзгащи подметки. ◆ Избягване на разполагането на кабели на ел. съоръжения в работната зона – своевременно полагане на същите в PVC кабел-каналы.
Нараняване – порязване, убождане – при работа с канцеларски пособия и материали – ножици, ножове за хартия и писма, телбод, листов хартия.	◆ Повишено внимание при работа с канцеларски пособия и материали.
Поражение от ел. ток поради директен / индиректен допир при работа с ел. оборудване / зареждане на акумулаторни батерии на стакер/.	◆ Поддържане в техническа изправност на ел. инсталация и ел. съоръжения. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа с ел. съоръжения. ◆ Периодично извършване на проверка на електробезопасността от електролаборатория.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Изгаряния, отравяния, задушаване, материални щети, човешки жертви при запалване и пожар.	♦ Извършване на периодични проверки на носимите пожарогасители от отговорника по пожарна безопасност и на техническо обслужване, презареждане и хидростатично изпитване на устойчивост на налягане от търговци, получили разрешение за осъществяване на тази дейност. ♦ Редовно провеждане на инструктаж по ЗБУТ и ППО. ♦ Провеждане на обучение на работещите за правилна експлоатация на пожарогасителните средства при необходимост. ♦ Запознаване на всички работещи и ежегодно проиграване на План за предотвратяване и ликвидиране на аварии, съгл. изискванията на чл. 251 от Наредба № 7 от 1999г. на МТСП и МЗ.
Инфекциозни заболявания, предавани по въздушно-капков път.	♦ Спазване на хигиенен и дезинфекционен режим в офиса. ♦ Системно проветряване на помещенията. ♦ Осигуряване и използване на хигиенни маски по време на епидемичен взрив. ♦ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.
Микроклиматичен дискомфорт, прегряване или охлаждане на организма при техническа неизправност на отоплителната инсталация през студения период или при достигане на температура на въздуха в помещенията, надхвърляща допустимите норми, през топлия период.	♦ Спазване на изискванията за допустимите норми на температурата на въздуха в работните помещения. ♦ Ползване на подходящо за сезона облекло. ♦ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 4

**КАКВИ СА ОСНОВНИТЕ РИСКОВЕ ЗА ЗДРАВЕТО НА ЗАЕТИТЕ В
ПРОФЕСИЯТА „СПЕЦИАЛИСТ ПРОДАЖБИ“ И КАКВИ ПРЕВАНТИВНИ МЕРКИ
И МЕТОДИ НА РАБОТА МОГАТ ДА МИНИМИЗИРАТ НИВОТО НА РИСК**

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Нервно-психично напрежение и стрес вследствие на труд, свързан с работа с хора /постоянни контакти с настоящи и потенциални клиенти/, материална и служебна отговорност.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Изграждане на умения за комуникация. ◆ Усвояване и прилагане на стратегии за промоция на здравето и справяне със стреса – разтоварване, релаксация. ◆ Комбиниране на задачи с различна специфика.
Умора и болки в гърба и кръста /статично напрежение на мускулите на гърба/, нарушение на циркулацията на кръвта в долните крайници поради продължително седяща работна поза.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Спазване на изискванията за рационална организация и ергономично комплектоване на работното място, осигуряваща физиологично положение на тялото (в т.ч. при работа с видеодисплей). ◆ Промяна на работната поза.
Напрежение на зрителния анализатор, зрителна умора, сълзене, “пясък” в очите, главоболие при работа с видеодисплей и при управление на МПС, особено при лоши метеорологични условия и през тъмната част от денонощието.	◆ Спазване на физиологичен режим на труд и почивка съгл. Наредба № 15 от 31.05.1999г. на МЗ и МТСП. ◆ Явяване на периодични медицински прегледи (офталмолог). ◆ Спазване на минимално разстояние между очите и монитора на компютъра от най-малко 50 см.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Травматични увреждания при подхлъзване, спъване, падане на едно ниво или по стълбища.	◆ Поддържане на подовите покрития чисти и сухи. ◆ Избягване на натрупване на материали върху пода. ◆ Избягване на разполагането на кабели на офис-техника в работната зона – своевременно полагане на същите в PVC кабел-каналы. ◆ Ползване на подходящи обувки с противохлъзгащи подметки. ◆ Внимателно движение, особено по мокри и хлъзгави, вкл. заледени повърхности и по стълбища.
Крампи на шийната мускулатура, неврит на лицевия нерв, шийно-раменен плексит /най-често в ляво/.	◆ Недопускане на силни въздушни потоци и ниски температури на въздуха в купето на автомобила.
Нараняване – порязване, убождане – при работа с канцеларски пособия и материали – ножици, ножове за хартия и писма, телбод, листове хартия.	◆ Повишено внимание при работа с канцеларски пособия и материали.
Поражение от ел. ток поради директен /индиректен допир при работа с ел. оборудване.	◆ Поддържане в техническа изправност на ел. инсталация и ел. съоръжения. ◆ Инсталиране и използване само на изправна офис-техника и ел. уреди. ◆ Спазване на правилата за безопасна работа с ел. съоръжения. ◆ Периодично извършване на проверка на електробезопасността от електролаборатория.
Инфекциозни заболявания, предавани по въздушно-капков път.	◆ Спазване на хигиенен и дезинфекционен режим в офиса. ◆ Системно проветряване на помещенията. ◆ Осигуряване и използване на хигиенни маски по време на епидемичен взрив. ◆ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.

Идентифицирани опасности	Необходимите мерки за предотвратяване на риска
Изгаряния, отравяния, задушаване, материални щети, човешки жертви при запалване, експлозия и пожар.	◆ Извършване на периодични проверки на носимите пожарогасители от отговорника по пожарна безопасност и на техническо обслужване, презареждане и хидростатично изпитване на устойчивост на налягане от търговци, получили разрешение за осъществяване на тази дейност. ◆ Редовно провеждане на инструктаж по ЗБУТ и ППО. ◆ Провеждане на обучение на работещите за правилна експлоатация на пожарогасителните средства при необходимост. ◆ Запознаване на всички работещи и ежегодно проиграване на План за предотвратяване и ликвидиране на аварии, съгл. изискванията на чл. 251 от Наредба № 7 от 1999г. на МТСП и МЗ. ◆ Поддържане в изправност на МПС, редовно извършване на технически прегледи и сервизно обслужване. ◆ Запознаване на работещите с Инstrukция за осигуряване на пожарна и аварийна безопасност при управление и обслужване на МПС. ◆ Технически изправен и проверен пожарогасител и заредена аптечка в автомобила.
Микроклиматичен дискомфорт, прегряване или охлаждане на организма при техническа неизправност на отоплителната инсталация през студения период или при достигане на температура на въздуха в помещенията, надхвърляща допустимите норми, през топлия период.	◆ Спазване на изискванията за допустимите норми на температурата на въздуха в работните помещения. ◆ Ползване на подходящо за сезона облекло. ◆ Прилагане на мерки за повишаване на индивидуалното ниво на имунна защита.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Зрителна умора, напрежение на зрителния анализатор, главоболие при несъответствие на осветеността с изискванията за съответния вид дейност.	◆ Спазване на светлотехническите изисквания за осветеността на работната повърхност. ◆ Поддържане в изправност на осветителната уредба.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 5

КАКВИ СА ОСНОВНИТЕ РИСКОВЕ ЗА ЗДРАВЕТО НА ЗАЕТИТЕ В ПРОФЕСИЯТА „ТЪРГОВЕЦ“ И КАКВИ ПРЕВАНТИВНИ МЕРКИ И МЕТОДИ НА РАБОТА МОГАТ ДА МИНИМИЗИРАТ НИВОТО НА РИСК

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Нервно-психично напрежение – предпоставка за възникване на прояви на стрес	Спазване на препоръките на СТМ за релаксация и промоция на здравето при стрес; Спазване на препоръчания от СТМ режим на труд и почивка.
Зрително натоварване при работа с видеодисплей и с документи; Въздействие върху зрителния анализатор на силна светлина при неправилна работа с копирните апарати; Сензорно (зрително и слухово) натоварване – при шофиране	Създаване правилна организация на работното място по отношение на видеодисплея; Спазване правилата за работа с копирен апарат; Спазване на препоръчаните от СТМ мерки за профилактика на зрителните увреждания и предложения режим на труд и почивка; Спазване препоръките на СТМ за релаксация и профилактика на стреса; Поддържане на добра осветеност на работното място; Шофиране в зони с интензивно движение.
Възможност за предаване на въздушно-капкови инфекции при контакт с посетители и служители	Прилагане на предложените от СТМ мерки за повишаване на имунната система; Спазване на режим на проветряване; Системно почистване, използване на влажен способ; Спазване на хигиенен и дезинфекционен режим в работните помещения.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Костно-мускулни смущения, вследствие принудителна работна поза (работа с видеодисплей, обработка на документи; шофиране)	Да се спазва предложения начин на провеждане на краткотрайния отход, съобразно характера на дейността; Правилна организация на работното място с разполагане на офис обзавеждането в оптималната работна зона /мисления полукръг, описан с радиус дължината на предмишницата на работещия/; Поддържане в техническа изправност системите за управление на автомобила; При шофиране – правилно разположение на седалката на автомобила, с цел недопускане на нефизиологично положение на тялото; Усвояване и прилагане на предложения от СТМ комплекс упражнения на работното място за профилактика на костно-мускулните смущения.
Травмиране при пътно-транспортен инцидент	Спазване правилата за движение; Недопускане до шофиране на лица, които не притежават необходимата правоспособност; Ползване на предпазните колани при шофиране; Поддържане на автомобила и аварийното му оборудване в изправност; В среда с интензивен трафик – движение с повишено внимание.
Травмиране при подхлъзване, спъване, падане; от удар на падащ предмет (папка); Травмиране при работа с инструменти /удар, притискане/	Работа с подходящи обувки; Поддържане на ред и осигуряване на свободни проходи за придвижване; Правилно и устойчиво подреждане на папките с документи по шкафовете; Работа с изправни и подходящи инструменти; Работа с лични предпазни средства /ръкавици/; Поддържане в техническа изправност на осветителната инсталация.

Идентифицирани опасности	Необходими мерки за предотвратяване на риска
Поражения от електрически ток при манипулиране с офис-оборудването; Въздействие при запалване и пожар	Спазване изискванията за безопасна работа с офис оборудването; Манипулиране с електроуредите, съгласно инструкциите на завода – производител; Недопускане на експлоатация на технически неизправни електро уреди и прибори; кабели, контакти, щепселни връзки и др.; Осигуряване и контрол за състоянието на пожарогасителните уреди; Периодично провеждане на обучение за ползване на средствата за пожарогасене.
Микроклиматичен дискомфорт	При работа извън офиса, ползване на подходящо за сезона облекло; Поддържане в добро състояние отоплителната инсталация в офиса; Поддържане в изправност отоплителната система на автомобила; Прилагане на предложените от СТМ мерки за профилактика на сезонни инфекции и закаляване на организма.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 6

КАКВО ТРЯБВА ДА ЗНАМ ЗА НАЛИЧИЕТО НА ХИМИЧЕСКИ АГЕНТИ И ВЕЩЕСТВА НА РАБОТНОТО МИ МЯСТО

Работата на заетите в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ е съпътствана от един от основните рискове за здравето – въздействието на различни химични агенти и вещества върху човешкия организъм.

През последните десетилетия институциите на Европейския съюз особено внимателно изследват проблемите в сферата на безопасните и здравословни условия на труд. В редица документи на Съвета на Европейските общности, на Европейската комисия, на Консултативния комитет по безопасност, хигиена и опазване на здравето при работа са определени максимално допустимите концентрации на химически, биологически и физични агенти, на които може да се подлага организъмът, както и максимално допустимото време, през което тези агенти могат да въздействат на организма без да го увредят. Тези норми са задължителни за всяко българско предприятие. Затова една от най-сериозните отговорности на работодателите е редовно да се извършват измервания и наблюдение на реалните концентрации на всяко работно място. В случай, че се установи наличие на по-високи концентрации или по-дълго от допустимото въздействие на химически, биологически и физични агенти върху организма на работещи-

те, е необходимо незабавно да се вземат мерки за спазване на установените прагове, вкл. и да се отстраняват работещите от работа до подобряване на работната среда.

„Химичен агент“ е всяко химично вещество и съединение, самостоятелно или в смес, което присъства в естествено състояние или се произвежда, използва или отделя, включително като отпадък, при производствената дейност, независимо от това дали е или не е произведено и дали е пуснато на пазара.

„Експозиция“ е излагане на човешки организъм на въздействието на физични фактори, химични вещества или биологични агенти.

Всеки работник и служител, зает в търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети трябва да е информиран какви са максимално допустимите гранични стойности на химичните агенти във въздуха и в биологичната среда на неговото работно място.

Всеки работодател е длъжен да извършва измервания на реалните стойности на химичните агенти на територията на предприятието и да уведомява работещите за установените нива.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 7

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ХИМИЧЕСКИ ВЕЩЕСТВА

Заетите в Икономическата дейност "Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети" ежедневно извършват дейности с химически вещества като съхраняват, транспортират или унищожават, а не рядко и ги употребяват. Състоянията, в които се намират и използват тези вещества, са много различни и могат да включват прахове, гранули, течности или газове. Голяма част от тях са отровни или вредни за хората, животните, дивата природа и околната среда. Едни от тях имат токсични и корозивни ефекти; други носят риск от експлозия или пожар; трети – при безразборното им използване, могат да замърсяват въздуха, водата и почвата, което води до високи нива на остатъци в храните,

които се консумират, и замърсяване на питейната вода.

Не са малко случаите, при които работници претърпяват увреждания или натравяния от контакт с химикали и катализатори по време на работата по складиране и използване на тези химикали. Основните начини за проникване в организма по време на работа с тези вещества са чрез дихателните пътища (при вдишване), чрез кожата (при кожна абсорбация) и през храносмилателния тракт (чрез поглъщане).

- **Опасност!** Никога не прилагай химически вещества в прахообразно състояние или чрез пръскане със спрей без предпазна маска, а





в особени случаи (работа в затворени помещения, използване на химикали с висока концентрации) използвай противогазова маска с филтър, предназначен за конкретния химикал.

- **Внимание!** Един от най-честите начини за отравяне при работа с химикали е при проникване на химическите вещества през кожата на ръцете или на други части на тялото. При работа с химикали, особено ако имаш рани по ръцете от кожни заболявания, одрасквания, ожулвания и др. подобни, винаги използвай подходящи ръкавици. Не забравяй, че много химически вещества проникват и през тъканите на дрехите!

- **Помни!** Не се храни и не пуши по време на работа с химикали! Почти е сигурно, че по този начин ще погълнеш отровен химикал, който

е попаднал върху храната, в устата, по ръцете или по устните ти.

- **Опасност!** Не разливай химикали или техни съставки в ненадписани или необозначени бутилки. Използването за тази цел на бутилки за безалкохолни напитки, бира и др. подобни, създава сериозен риск от отпиване от химикала за теб, твоите колеги или външни лица. Особено голяма е опасността това да се случи на деца!

- При разделяне, разливане, приготвяне и препакетиране на химикалите и дразнещите вещества задължително описвай на контейнера, бутилката, чувала, пакета или съответната друга опаковка конкретните опасности на дадените химикали, като посочваш, че те са токсични, вредни, корозивни, дразнещи, запалими, избухливи или оксидиращи. Помни, че често

химикалите могат да носят повече от една от тези опасности.

Какво трябва да знае всеки, който работи с химически вещества

Всеки работещ в областта на „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ трябва да е информиран, да е разбрал и да спазва инструкциите при използване на съответните химикали и дразнещи вещества.

Това означава, че преди да започнеш да работиш с химическото вещество, задължително трябва да знаеш или да бъдеш специално инструктиран:

- как, кога и къде да използваш продукта безопасно и ефективно;
- каква доза от препаратата е подходяща за процеса на прилагане;
- какъв е срокът на годност на всеки продукт, който ще използваш, и да е отбелязан на неговата опаковка;
- правилата за смесване, прилагане и съвместимост с други продукти;
- препоръчаните от производителя условия за съхранение на химикалите и другите използвани вещества;
- препоръчаните от производителя начини за изхвърляне и унищожаване на ненужен препарат или на излишни и използвани контейнери;
- необходимите предпазни мерки като, например, носенето на защитно облекло и лични предпазни средства;

- какво да правиш в случай на замърсяване или друго извънредно положение;

- как да избягваш вредни ефекти върху животни, дивата природа и околната среда;

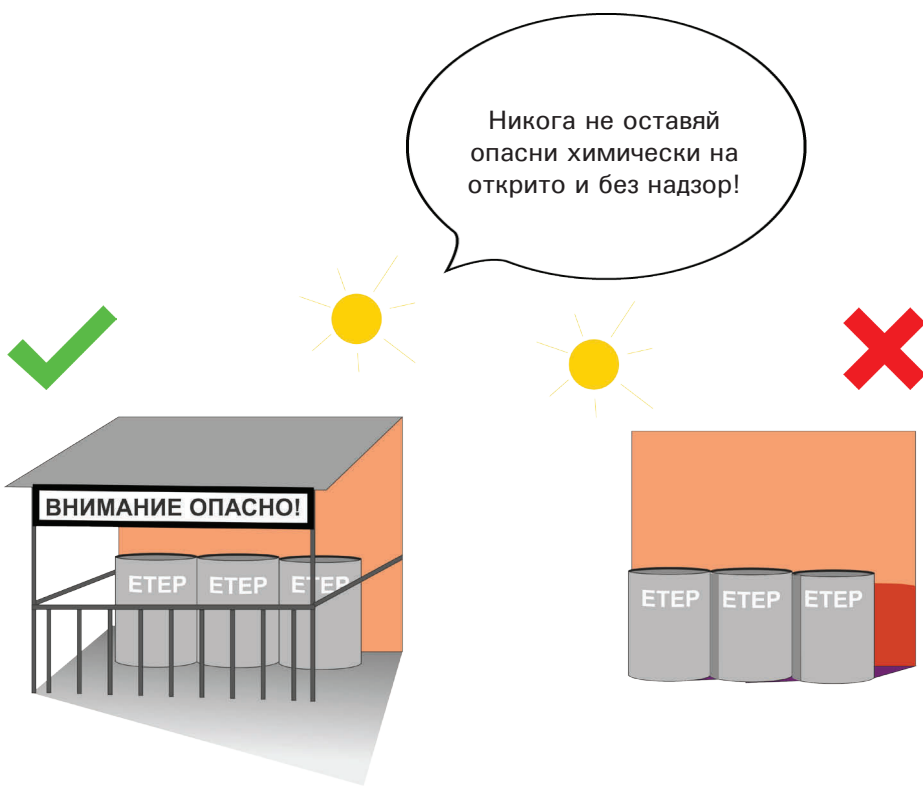
- как да прилагаш инструкциите за оказване на първа помощ и съветите на лекарите, показващи какво да се прави в случай на отравяне и, когато е необходимо, как да се прилагат специалните антидотни мерки с конкретни продукти.

Какво да правя при разпиляване или разлив на химическо вещество

Разпиляването или разливането на химикалите е, от една страна икономическа загуба, а от друга страна – сериозна опасност за здравето и живота на работещите, за околната среда и за дивата природа. Затова трябва да се вземат всички предпазни мерки, за да не се допуска разпиляване или разлив на химикали.

Кои са най-често срещаните причини за разпиляване или разлив:

- Опаковките и контейнери се повреждат (понякога дори избухват) в резултат на неправилно съхранение – напр. неподходяща температура, влажност и др.;
- Опаковките и контейнерите се пробиват по време на транспорта от остри ръбове, метални части, пирони, метални шипове в превозните средства;
- Небрежно разпределение или прехвърляне на химикали от една опаковка в друга или при зарежда-



не на съоръжението за използване на химикала;

- Разлив при повреждане на съоръжението или оборудването за използване или приложение на химикала, напр. повредени остарели тръбни съединения или маркучи.

Как да реагирам при разпиляване или разлив на химикал

Първо – Спешно направи всичко необходимо, за да ограничиш разпиляването или разлива на по-голяма площ.

Второ – Спешно изведи всички хора, животни и транспортни средства извън зоната на разлив или разпиляване.

Трето – облечи защитно облекло и постави личните предпазни средства, подходящи за съответния химикал.

Четвърто – в зависимост от вида на разпиления или разлят химикал, използвай абсорбиращ материал като сух или влажен пясък, пръст, дървени стърготини. След това прецизно събери замърсените материали и ги постави в чували, които изхвърли или унищожи по безопасен начин.

Пето – извърши пълно обеззаразяване на площадката и съоръженията, вкл. и на превозните средства, засегнати от разпиляването или разлива, като при измиване на терена и оборудването осигури изхвърлянето на замърсената вода на безопасно място.

Шесто – незабавно, след приключване на работа по премахване на разпиляването или разлива, извърши пълно обеззаразяване на облеклото и личните предпазни средства, и обилно се изкъпи.

Какво да правя с остатъците от химикали и с ненужните опаковки и контейнери

- Отпадъците от химикали никога не трябва да бъдат изхвърляни безразборно, защото това предизвиква много сериозен риск за хора, животни, растения, за водоснабдяването или за околната среда.
- Необходимо е да се провери дали доставчикът на химикала приема отпадъците от него и опаковките му за обезвреждане.

- Да се избягва натрупването на отпадъци и те да се изхвърлят възможно най-скоро.

- Празните контейнери от химикали никога не трябва да се използват повторно, освен, ако са в добро състояние, могат да се използват за съхранение на същия продукт.

- Всички контейнери винаги трябва да се почистват основно преди изхвърляне. Те могат да се почистват в съответствие с инструкциите на етикета. При липса на инструкции, изплакнете последователно контейнерите във вода най-малко три пъти. Трябва да се внимава и да се гарантира, че водата, използвана за изплакване, не замърсява околната среда.

- След почистването им, контейнерите трябва да се пробиват на ня-



колко места или бъдат смачкани, за да станат неизползваеми и да се съхраняват на сигурно място до тяхното окончателно обезвреждане.

- Окончателното обезвреждане на контейнерите и опаковките трябва да се извърши на специални площадки. Обезвреждането се извършва чрез заравяне на отпадъците на дълбочина поне 1 метър под повърхността и далеч от всякакви водоизточници и канализации, така че да няма опасност от изтичане, което може да причини замърсяване на подпочвените води.

- По време на обезвреждането на различни химически отпадъци, трябва да се ползва защитно облекло, подходящо за най-опасния продукт.

Как да предпазя кожата си, когато работя с химични продукти, за да предотвратя заболяване от дерматити или алергии

- При работа във влажна или мръсна среда винаги използвай ръкавици. Те задължително трябва да бъдат цели, чисти и сухи.

- За да предотвратиш вредното въздействие на агресивни химикали върху кожата, използвай дълги ръкавици (до лакътя) или стандартни ръкавици и работна риза с ръкав.

- За да предотвратиш вредното въздействие върху кожата при продължителна работа с водонепропускливи ръкавици, използвай под защитните ръкавици, като основни, ръкавици от памучен плат.



- Ако използваш латексови ръкавици, те задължително трябва да са без талк.

- При приключване на работните процеси, задължително измивай ръцете си със студена вода и ги подсушавай. Нанасяй върху ръцете си мазен крем по време на по-

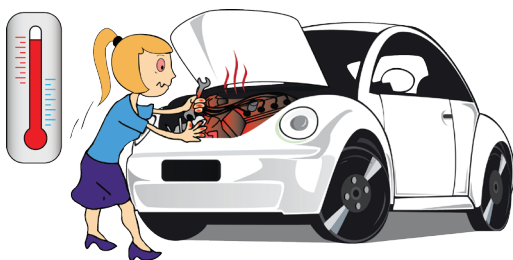
чивките и след края на работната смяна.

- След края на работната смяна и преди обличането на личното облекло, вземи душ, за да отстраниш от кожата остатъците от химикали и други замърсители.

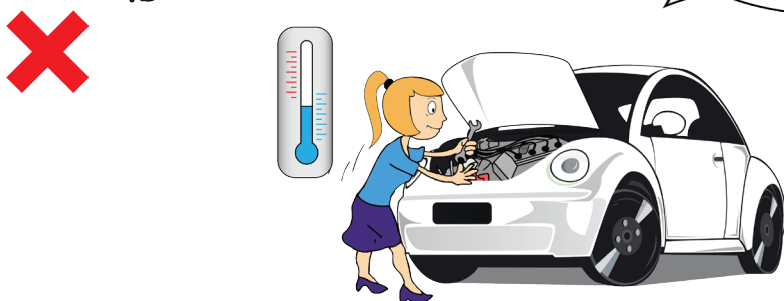
ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 8

КАК ДА РАБОТА БЕЗОПАСНО ПРИ ТЕХНИЧЕСКО ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ НА АВТОМОБИЛИ

- Преди започване на ремонт на автомобили, работникът е длъжен да провери състоянието и подготовката на работните места, съоръженията и инструментите във връзка с безопасното изпълнение на ремонта.
- Разглобяването и ремонтът на автомобилите може да започнат след като се поставят на съответното работно място за разглобяване добре измити и почистени.
- **Запомни!** Свалянето на тежки и големи части от автомобилите, трябва да става с помощта на повдигателни съоръжения или други приспособления, добре придържани, за да се избегне падането им.
- **Внимание!** Забранено е да се работи под и над повдигнатите с крик и/или други повдигателни устройства, неукрепени части на автомобила – двигател, преден, заден мост и др.
- Използването на ръчни повдигателни крикове трябва да става след предварителна проверка на изправното им състояние и действие. При констатиране на дефекти по тях не се разрешава употребата им.
- Забранено е по автомобилите да се оставят инструменти и разглобени части на места, където при най-малкото сътресение е възможно тяхното падане.
- **Внимание!** Сеченето на болтове, нитове и други трябва да става така, че отсечените глави да не удрят работещите в съседство работници.
- **Опасност!** Забранено е удължаването на гаечен ключ с друг такъв, както



Внимание! Винаги работи по автомобила при изстинал двигател!



и поставянето на железни пластинки между ключа и гайката при развинтването ѝ. Удължаването да става само със специален удължител.

- **Опасност!** Забранено е отвиването на гайки с чук и секач.

- **Опасност!** Забранено е отварянето на металните запушалки на спирачки, когато те се намират под налягане.

- Заваръчните работи по автомобила трябва да се извършват само от лица, имащи съответната квалификация, както и в съответствие със специалните правилници.

- Регулирането на клапаните на двигателя трябва да се извършва само при покой на автомобила.

- **Внимание!** Абсолютно се забранява на лица, неспособни да управляват автомобила, да извършват каквото и да било за неговото придвижване (за изпробване след регулировка и ремонт, за сдаване и приемане и др.).

- При сглобяване на отделни части по автомобила, съвпадането на отворите (дупките) трябва да се проверява с метален прибор, а не с пръсти.

- Забранено е безразборното поставяне на частите и нахвърлянето им едни върху други.

- При пренасяне на тежки части повече от 16-20 кг не се допуска участие на жени и младежи под 18 годишна възраст.

- Скоростта на движение на автомобилите в гаража или района на сервиза да се съобразява с конкретната обстановка.

- **Внимание!** В помещенията, където се извършват бояджийски работи, регулировъчно, акумулаторно отделение и работните места с разлят бензин и нафта е забранено пушенето на цигари, паленето на открит огън, включително и заваръчни работи.

- Цялата площ на работното място и района на сервизната работилница, трябва да се поддържат постоянно чисти. Всякакво замърсяване с масло и нафта незабавно да се почиства.

- **Внимание!** На стенда за регулиране на двигателите, освен вентилация, е необходимо да има черво за съединяване на изпускателната тръба за отвеждане на газовете от помещението.

- Всички съоръжения (менгемета, настолни бормашины, наковални и др.), трябва да бъдат прикрепени стабилно към работните места.

- **Внимание!** Ако в сервиза има канал, на който не се работи, то той трябва да бъде ограден.

- При отделно вдигане на предната или задната част на автомобила, трябва да се използват специални приспособления или стойки за укрепване против евентуално пропадане.

- При ремонт, автомобилните гуми отпред и отзад се надклинват със специални дървени или железни клинове.

- Всички инструменти трябва да бъдат напълно изправни и окомплектовани.

Опасност! Абсолютно е забранено измиването на авточасти с бензин! Това да става в специално обзаведени вани с миещи препарати, далеч от открит огън.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 9

ЛИЧНИ ПРЕДПАЗНИ СРЕДСТВА

Работата в икономическата дейност "Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети" често изисква специална закрила и предпазване на отделните части на тялото.

Защита на главата

Защита на главата може да се осигури по два начина: първия – чрез отделна каска или шапка, или втория – като част от комбинезон или като маска за лице с качулка. Предимството на втория начин, чрез такава комбинирана дреха, е да се осигури защита на врата. Защитата на главата трябва да обхваща всички части на главата над раменете, с изключение на лицето. Използваният материал за защита на главата трябва да е устойчив на проникването на химикали.

Защита на очите и лицето

Защитата на лицето трябва да обхваща цялата част на челото и лицето до и под челюстта. Защитата се осигурява чрез лицев щит или защитни очила. Използваният лицев предпазен щит трябва да се носи за предпазване от случайни пръски на опасни течности по време на транспортирането им, на отварянето или изливане от контейнери. Защитните очила трябва да са устойчиви на химикали и да се използват, освен при работа с течности, така и при работа с прахообразни вещества или гранули.

Защита на дихателните пътища

За защита на дихателните пътища се използват специализирани респиратори под формата на обикновени маски,

маски с филтри или противогазови маски. Тези защитни респиратори могат да осигуряват частична защита на лицето, но задължително на носа и устата, или да осигуряват пълна защита, като покриват носа, устата и очите. Тяхната функция е да предпазят работещия от вдишване на прахообразни вещества или опасни химикали. В случай на работа с много опасни химикали, въздухът се филтрира през патрон или контейнер, съдържащ други химически вещества, които да поемат опасните химикали. Патроните трябва да се подновяват периодично и маските трябва да се сменят редовно, за да се гарантира защитата на здравето и живота на работещия.

Защита на ръцете

Използването на защитните ръкавици е задължително при работа с химическите продукти, както и концентрирани химически вещества. Тези вещества много често се абсорбират през рани по кожата, а понякога и през здрава кожа. В други случаи химикалите могат да причинят увреждане на кожата от изгаряне. Защитните ръкавици трябва да бъдат от непромокаема материя с дебелина най-малко 0.4 мм. Заедно с това, при употреба, те трябва да осигуряват достатъчна гъвкавост за изпълнение на възложените дейности.

Видът на използваните ръкавици зависи от агресивността на продуктите или химикалите, както и от продължителността на контакта с тях. Например:



При работа в условията на риск използвай най-подходящото лично предпазно средство!

- при традиционно, конвенционално разпръскване на вещества може да се използват ръкавици с дължина, която покрива китката;
- при работа с вещества, които са доставени под формата на гранули, защитните ръкавици трябва да са до лакътя;
- при потапяне на ръцете и продуктите във водни или други разтвори, ръкавиците трябва да са с дължина до рамото.

Защита на тялото чрез работното облекло

Работното облекло се състои от части от личните дрехи, носени по време на работа, докато работещият е в контакт с химически вещества или други продукти. Работното облекло включва

такива елементи като риза, панталон, пола, чорапи и обувки или ботуши. Работното облекло, което се използва при работа със специфични химически вещества, трябва да се поддържа чисто, като се измива или изпира непосредствено след употреба. Носенето на дрехи, замърсени с производствени вещества или химикали, може да доведе до отравяне или дразнене на кожата.

Какви са изискванията към работното облекло

- То трябва да бъде така подбрано, че да не ограничава ненужно свободното движение на тялото и крайниците;
- Конкретното работно облекло трябва да се носи от едно и също

лице и да не се разменя и използва от различни работници;

- Работното облекло трябва да е в добро състояние, зашито или поправяно, когато е необходимо;
- Работните дрехи трябва да са чисти и без остатъци от вещества и химикали по тях;
- Замърсеното работно облекло трябва да се почиства и изпира отделно от другите лични дрехи на работещия и неговото семейство;
- Ако се налага да се ползва защитно облекло, под него се носи и работно облекло, така че цялото тяло да бъде защитено от случайно замърсяване;
- Работното облекло трябва да се съхранява отделно от защитното облекло, така че да се избегне кръстосано замърсяване.

Как да избираме, използваме и поддържаме личните предпазни средства

Качествена защита на работещия с дразнещи вещества и химикали може да се осигури само с използване на подходящи лични предпазни средства, които правилно се използват и поддържат.

При избора специално внимание трябва да се обърне на устойчивостта на химикали. Защитното облекло се произвежда от различни материали с различни степен на противодействие на проникването на химикалите. Потребителят трябва да избере най-подходящите от тях, като прочете инструкциите на етикета или поиска детайлна информация от доставчика. По начало

ръкавици, направени от неопрен, нитрил или витон с най-малко 0.4 mm дебелина, са устойчиви на повечето химикали. Ботушите и престилките, предназначени да предпазват от замърсяване при работа с концентрати, трябва да бъде еднакво устойчиви. Гащеризони, които подлежат на високи нива на замърсяване, трябва да бъдат направени от материя, която не пропуска течности. Ако защитата се ограничава до предпазване от случайно попадане на течност, сухи прахове или гранули, комбинезонът може да бъде изработен от памучна или полиестерна тъкан.

Внимание!

Някои облекла, като ръкавици или шапки, изработени от памук, платно, филц или кожа, са особено рискови за използване като предпазни средства при работа с много опасни химикали, защото те абсорбират течности. Тези течности от своя страна могат, при контакт с кожата на ползвателя, да предизвикат отравяне.

Внимание!

Личните предпазни средства и работното облекло трябва ежедневно да бъдат проверявани за дефекти и нарушена защита. Например, при многократна употреба, непромокаемата материя може да бъде намачкана и опасните химикали могат да проникнат през нея и да нанесат поражения върху кожата. Ако констатираните дефекти не могат да бъдат отстранени, предпазните средства и работното облекло трябва да бъдат изхвърлени.

Внимание!

При ушиването на работно облекло не трябва да се допускат т.нар. „точка-капани“, в които да се събират и задържат дразнещи вещества и хи-

микали. От превантивна гледна точка по-добре работното облекло да е без джобове, но, ако се налага, всички джобове трябва да са ушити от вътрешната страна на дрехата.

Внимание!

Отделните части на работното облекло трябва да бъдат правилно съчетани, за да се осигури непрекъснатост на защитата между тях. Например, качулката трябва да припокрива плещите и горната част на гащеризона, ръкавите на гащеризона да припокриват ръкавиците, крачолите на комбинезона следва да се носят извън ботушите или обувките и да ги припокриват, а престилката да припокрива обувките до върховете (бомбетата).

Внимание!

Личните препазни средства трябва да се обеззаразяват след употреба. Ръкавиците и ботушите трябва да се измиват преди свалянето им, за да се избегне вторично замърсяване. След свалянето им те трябва старателно да се промият с вода и почистващ препарат и отвтърят, да се изплакнат и да се оставят да изсъхнат. Очилата и маските за лице следва да се промият и да се оставят да изсъхнат по

аналогичен начин. Защитното облекло трябва да се съхранява в чисти, сухи и проветриви помещения отделно от други дрехи.

Какви общи предпазни и хигиенни мерки да предприемаш, за да защитиш своето здраве и безопасност

- Не носи замърсени предмети като мръсни парцали, инструменти или резервни части в джобовете на личните дрехи;
- Ежедневно изпирай поотделно всеки замърсен елемент на твоето защитно облекло;
- Поддържай ноктите си ниско изрязани и чисти;
- Дори ако на етикета на продукта, с който работиш, да не се препоръчва, винаги носи защитно облекло. То трябва да обхваща възможно най-голяма част от тялото и трябва да се състои от леки дрехи, например, риза с дълъг ръкав, шапка или кърпа на главата, дълги панталони от тъкан (а не от пластмаса или друг подобен материал, който може да причини дискомфорт).

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 10

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ДРАЗНЕЦИ ПРЕПАРАТИ

Практически ежедневно работещите в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ влизат в пряк контакт с различни вещества и препарати. В едни случаи те са прахообразни, в други – течни. Понякога те пристигат в предприятията приготвени за директно приложение, но много често те се приготвят от различни съставки на право на работното място.

Как да се предпазя, когато работя с прахообразни вещества и препарати

Практически всички прахообразни препарати и химически вещества са силно опасни при вдишване, при поглъщане, при контакт с очите. При определени ситуации те са опасни и при допир до кожата.

Съвети за безопасна работа с прахообразни препарати:

- Когато работиш с прахообразни препарати, бъди внимателен и не разсипвай веществото върху себе си или на работното място.
- Когато е допуснато разсипване, измети разсипания препарат и го постави в специален контейнер за по-късно унищожение. В случаите, когато разсипаното вещество е значително по количество, незабавно проветри помещението и измий замърсения участък със сапун и обилно количество вода.
- Избягвай контакт с кожата, очите и дрехите. За предпазване на ръ-

цете използвай гумени ръкавици. За предпазване на очите използвай предпазни очила.

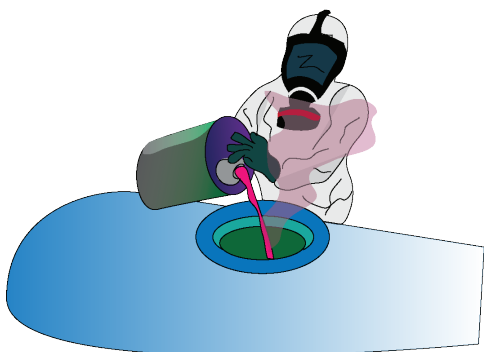
- Не допускай при работа с препаратите или химическите вещества да се вдига много прах.
- Не допускай вдишване на прах от препаратите. Използвай задължително противопрахова маска (респиратор за прах).
- Да се работи само в добре проветряеми помещения.
- Измивай се старателно след приключване на работа.
- Съхранявай препаратите и използваните вещества в добре затворени опаковки, в хладни и сухи помещения.
- Пази препаратите от директен контакт с вода или прекалена влага.
- Съхранявай препаратите, и химическите вещества далеч от храни, напитки и готова продукция.

СПЕШНИ ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

- **При контакт с очите:** Незабавно изплакни очите с обилно количество вода в продължение на 15 минути. Потърси лекарска помощ.
- **При вдишване:** Изведи пострадалия на чист въздух и потърси лекарска помощ.
- **При поглъщане:** Да се предизви-



При работа с течни химикали винаги използвай дихателен апарат с филтър за защита от опасните изпарения!



ка повръщане след изпиване на 1-2 чаши вода или мляко. Потърси лекарска помощ.

- **При контакт с кожата:** Обилно измий кожата с вода и сапун.

Как да се предпазя, когато работя с течни препарати и вещества

Съвети за безопасна работа с течни препарати и вещества:

- пази течните препарати от директна светлина, топлина, огън и всякакви източници на запалване;
- съхранявай течните препарати в изолирани и одобрени за целта помещения с добра вентилация, като контейнерите трябва да са плътно затворени;

- за защита на дихателните пътища да се използва дихателен апарат с филтър за органични изпарения или друга одобрена за целта екипировка;

- за защита на ръцете да се използват защитни ръкавици, одобрени за работа с конкретния течен препарат;

- за защита на очите да се използват предпазни очила;

- за защита на кожата и тялото да се използват предпазна каска, защитно облекло, ботуши и престилка.

СПЕШНИ ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

При контакт с очите – Незабавно изплакни очите, включително под клепачите, с обилно количество чиста вода.

Да се провери и, ако е възможно, да се отстранят контактните лещи, ако има такива. Ако дразненето продължава, консултирай се със специалист.

При вдишване – Премести пострадалия на чист въздух. Ако дишането е спряло, направи изкуствено дишане. При затруднено дишане да се подава кислород. Да се поддържа температурата на тялото на пострадалия и да се държи в легнало състояние. Незабавно да се потърси лекарска помощ.

При контакт с кожата – Незабавно да се свалят замърсените дрехи и обувки и да се измие с обилно количество вода и сапун. Консултирай се с лекар, ако симптомите продължават.

При поглъщане – Незабавно се свържи с лекар. Да не се предизвиква повръщане. Ако е възможно, устата да се изплакне с вода. Никога да не се дава нещо през устата на човек, изпаднал в безсъзнание.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 11

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С АНТИФРИЗ

1. Работниците, водачите и лицата, които имат съприкосновение с антифриз трябва да са съответно инструктирани.

Забранено е допускането до работа с антифриз на работници, водачи и лица, които не са инструктирани за транспортирането, съхранението и раздаването на антифриз, употребата му като охлаждащо средство, за личната профилактика, специално работно облекло, личните и други предпазни средства при работа с антифриз.

2. Съхраняването и транспортирането на антифриз да се извършва в чисти и изправни съдове без прокапвания и те-

чове, с плътно затварящи се капачки или завинтващи се пробки.

3. **Внимание!** Върху съдовете да има надпис с едър шрифт „ОТРОВНО“ и съответния знак за отровни вещества.

4. Забранено е съхраняването и транспортирането на антифриз в съдове, които не отговарят на съответните изисквания.

5. **Опасност!** Забранено е всмукването с уста на антифриз посредством тръбички или маркучи.

6. Забранено е съхранението на други течности в съдове, в които е имало антифриз, ако същите не са основно почистени и обезвредени.



ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 12

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО ПРИ ГРЕСИРАНЕ И СМЯНА НА МАСЛО НА МПС

1. Постовите за гресиране и смяна на масло на МПС да се устройват в самостоятелни или общи закрити помещения, облицовани с фаянсови плочки или с друго водонепроницаемо покритие, позволяващо лесното им почистване. Подът трябва да бъде негорим, водонепроницаем и непопиващ горивно-смазочните материали.

2. Контактните излази за преносимите ръчни лампи на постовите за гресиране и смяна на масла да са с напрежение до 36 волта.

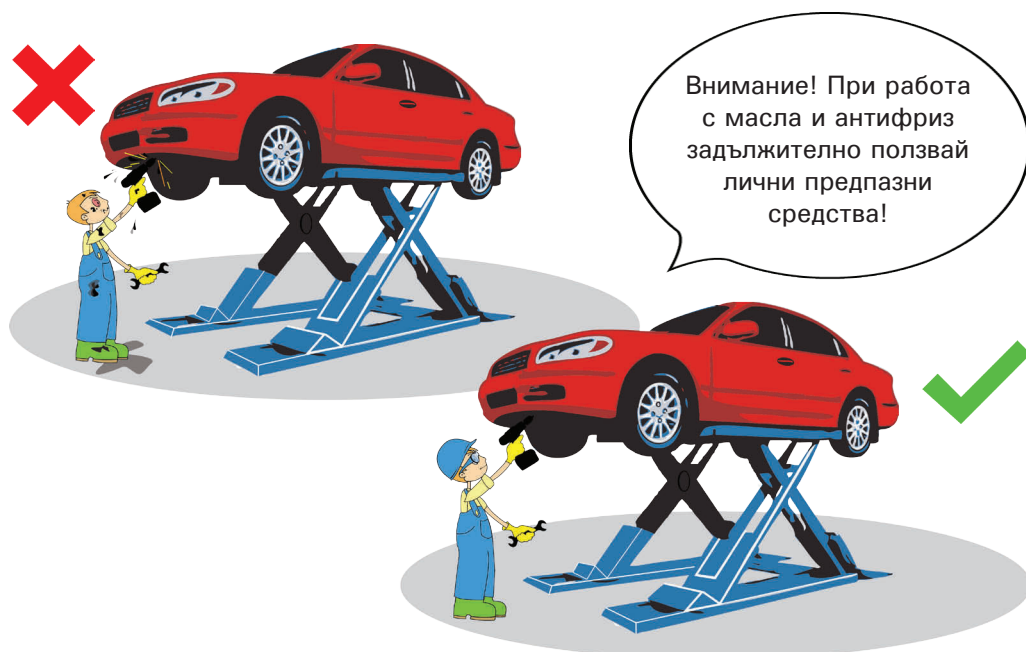
3. Забранено е ползването на подемници, на които повдигателните механизми не осигуряват задържане на

повдигнатото моторно превозно средство на установената височина.

4. След установяването на МПС на поста за гресиране и смяна на масла, ползващият поста трябва да вземе мерки срещу самоволното му придвижване.

5. Забранено е стоенето на лица под повдигнатото за гресиране или смяна на масла МПС, които не са ангажирани в тези дейности.

6. Забранено е замърсяването на постовите за гресиране и смяна на масла с отпадъчна грес или с масла. При случайно замърсяване на пода, ползващият поста е длъжен веднага



да почисти мястото и обезопаси срещу евентуално подхлъзване.

7. Замърсените с грес или масла почистващи материали (парцали), шпакли, пясък, трици и други материали, да се събират в металически съдове с плътно затварящи се капаци. Съдържанието на същите в края на работата да се изхвърля на определените за целта места.

8. Забранено е почистването на пода на помещението или на постове за гресиране и смяна на масла с лесно запалителни течности.

9. Забранено е пушенето и ползването на открит огън на поста за гресиране и смяна на масла при работни условия.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 13

РИСКОВЕ ПРИ РАБОТА НА ОТКРИТО

Много от дейностите при дейността „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ се извършват на открито. Основните рискове за работещите в тази сфера при работа на открито са свързани с влиянието на температурата върху човешкия организъм.

Това налага засилено внимание при избора на режим на работното време. Например, при очаквани студени дни, дейностите не трябва да бъдат предприемани в ранните часове на сутринта.

Какви са рисковете за здравето при работа в среда с ниски температури

Тези рискове могат да настъпят при работа на открито в зимни условия. Под действието на ниските температури се получава общо или локално увреждане на организма. При локалното увреждане настъпват промени в тъканите под формата на измръзване. Явление на общо охлаждане - т.е. „бяла смърт“, се наблюдава при въздействие на ниските температури върху целия организъм. То протича с нарушение на жизнените функции и се характеризира с понижение на телесната температура под 35 °C.

Какви са симптомите при това увреждане

Пострадалият е вял, апатичен, отговаря бавно на зададените въпроси, има олюляваща се походка, пулсът и ди-

шането се забавят, при продължително изстудяване изпада в безсъзнание и, ако не се окаже навреме помощ, може да умре.

Различаваме четири степени на измръзване:

- При първа степен кожата е бледа, пострадалият се оплаква от изтръпване, чувство за убождане с иглички, понякога болка.
- При втора степен измръзване се образуват мехури, изпълнени с жълтеникаво съдържание. Образването на мехурите е съпроводено със значителна болка.
- При трета степен измръзване се уврежда цялата дебелина на кожата, която се умъртвява (некротизира). Това е съпроводено със силна болка, обикновено при размразяване.
- При четвърта степен тъканите некротизират в дълбочина заедно с кожата. Трета и четвърта степен измръзване най-често налагат оперативен лечение с ампутация, кожна пластика.

Всички тези промени в тъканите, обуславящи различните степени на измръзване, стават видни след размразяването. Оказващият първа помощ при измръзване трябва да знае, че съществува начален, т.н. скрит период, от началото на действието на студа до началото на размразяването. Тогава тъканите са все още непроменени, студени. Субективно пострадалият се



оплаква от тежест в крайника, чувство за мравучкане, но болка все още няма. Тя настъпва при започване на размразяването.

Каква е първата помощ, която можеш да окажеш на пострадалия

1. При общо охлаждане на организма преди всичко прекрати действието на студа. При полеви условия затоплянето може да се осъществи край огън, използване на заслони и др. Всяко затопляне при измръзванията трябва да се осъществява много внимателно, защото измръзналите тъкани са безчувствени и лесно може да се предизвика изгаряне.

2. Не прави широко разпространеното „затопляне“ чрез разтриване със сняг! То е вредно! Снежните кристалчета дават възможност за нараняване на

кожата и последваща инфекция. Това по същество е изстудяване, защото продължава действието на студа върху тъканите.

3. При първа възможност смени мокрите дрехи, чорапи и ръкавици със сухи.

4. Завий пострадалия и го затопли. За затопляне на пострадалия се използват грейки, собствената температура на пострадалия с поставяне ръцете под мишниците, затопляне на пострадалия до тялото на спасителя. От полза е извършеният със суха топла длан или със суха вълнена ръкавица масаж на измръзналата област, след което се прави с марля и бинт и добре подплатена с памук т.н. „топло-изолираща превръзка“

5. На пострадалия се дават топли подсладени напитки (чай, кафе). Не прави

широко разпространеното „затопляне“ чрез употреба на значителни количества алкохол от пострадалия! То е вредно, защото допълнително натоварва увредения му организъм. Малка тонизираща доза алкохол може да се даде, след прекратяване действието на студа.

6. Организирай спешно транспортиране на пострадалия в затоплено превозно средство до болница. Тъй като самостоятелното придвижване на пострадалия с общо охлаждане влошава състоянието му, при невъзможност за транспортиране, трябва да се организира затопляне на място пред огън. При възможност, направи затопляне във вана с температура на водата 36°C, в която постави измръзналия крайник за 30-40 мин, като температурата се поддържа чрез доливане.

Какви са рисковете за здравето при работа в среда с високи температури

При определени условия на работа на открито през топлите сезони, както и в помещения с висока температура, човешкият организъм може да бъде увреден от слънчев или топлинен удар.

Какви са причините за увреждане от слънчев удар

Слънчевият удар (слънчасване) се получава, когато човек дълго време се подлага на непосредственото действие на слънчевите лъчи с отворена глава. Допълнителни условия за увреждане от слънчевия удар създава носенето на плътна тъмна оцветена дреха, която лошо пропуска въздуха и водните пари, както и усилената фи-

зическа работа при висока влажност и отсъствие на движение на въздуха.

Слънчев удар може да се получи и при спокойно състояние, продължително лежане, както и при сън на открито, непосредствено под слънчевите лъчи. Предразполагащи моменти в тези случаи са прекомерното прегряване, както и пълният стомах след нахранване.

Предразполагащи моменти за слънчасване са и заболяванията на сърдечно-съдовата система, затлъстяване, изтощение.

Какви са симптомите при увреждане от слънчев удар

При слънчевия удар силно се засяга централната нервна система и специално важни центрове в продълговатия мозък. Първоначалните симптоми на слънчасването са:

- отпадналост;
- главоболие – по-силно или по-слабо изразено;
- разстройство в зрението - явяват се тъмни петна пред очите и шум в ушите;
- виене на свят;
- понякога се явяват разстройство в гълтането, гадене, повръщане.

Обективно се установява обща вялост, зачервяване на кожата на лицето и главата, температурата се повишава, като в началото е по-ниска (38-38.5 °C), а по-късно се повишава; пулсът и дишането се учестяват.

Ако действието на слънчевите лъчи

се прекрати и особено ако се вземат съответни мерки, тези явления постепенно изчезват и състоянието на пострадалия се подобрява. Ако действието на слънчевите лъчи продължи и след появата на тези признаци, тогава горепосочените явления се засилват и се появяват нови: обща отпуснатост, загуба на съзнанието, температурата стига високи стойности, в началото дишането е ускорено, но впоследствие се забавя (това важи и за пулса); появяват се потрепвания на отделни мускулни групи, които могат да преминат в общ гърч.

Каква е първата помощ, която можеш да окажеш на пострадалия

Първата помощ се заключава във вземане на бързи мерки, за да се предотвратят усложненията:

1. Премести пострадалия на сенчесто, хладно и проветриво място. Ако това е невъзможно, му се прави сянка, за да се избегне по-нататъшното непосредствено влияние на слънчевите лъчи.

2. Напръскай пострадалия или го избърши със студена вода.

3. Дай му да пие течности (по възможност студени).

4. Разкопчай му дрехите.

5. Ако дишането или кръвообращението спират, направи му изкуствено дишане или непряк масаж върху сърцето.

Как да се предпазиш от слънчев удар

Предпазването от слънчев удар изисква спазването на следните правила:



1. Избягвай ненужното стоене на слънце без шапка.

2. При работа на открито в топли, слънчеви дни облеклото да бъде леко, светло – за предпочитане бяло или жълто на цвят.

3. В топли дни пий повече течности.

4. Болни със сърдечни и бъбречни заболявания и високо кръвно налягане трябва да избягват продължителното стоене на слънце.

При най-малките признаци на слънчев удар е необходимо отстраняване на човека от работа и оказване на медицинска помощ. Лекарите случаи на слънчев удар минават бързо, без последствия, докато тежките могат да имат значителни последствия. След преминаване на първичните явления могат да останат различни общи разстройства: сънливост, разбитост, главоболие, жажда, болки в мускулите. Срещат се и нервно-психични разстройства.

Какви са причините за увреждане от топлинен удар

Топлинният удар се получава при прегряване на цялото тяло, дори и в закрити помещения. Това увреждане се получава, когато човек се намира под въздействие, макар и на не много висока температура, но топлоотделянето на тялото му е затруднено. Това става най-често във влажни помещения, при физическа работа с дебели дрехи, които пречат на топлоотделянето. Топлинен удар може да се получи и на открито при облекло, при което топлоотделянето е силно затруднено.

Влажният въздух, физическата работа, умората, сърдечно-съдовите заболявания са също предразполагащи моменти.

Какви са симптомите при увреждане от топлинен удар

Първоначалните признаци на топлинен удар са:

- неспокойствие;
- отпадналост;
- общо изпотяване;
- виене на свят;
- повишаване на температурата;
- зачервяване на лицето;
- главоболие;
- повръщане;
- ускорен пулс;
- суха и гореща кожа.

В тежки случаи се появяват гърчове, загуба на съзнанието. Може да настъпи и смърт.

Каква е първата помощ, която можеш да окажеш на пострадалия

Първата долекарска помощ трябва да се оказва бързо, за да се избягват усложнения. За това е необходимо:

1. Бързо да изведеш пострадалия на хладно или проветриво място.
2. Постави пострадалия в хоризонтално положение (да легне).

3. Освободи пострадалия от тесни, дебели или пристягащи дрехи.

4. Дай му да пие студени течности.

5. Напръскай го и го избърши със студена вода.

6. При спиране на дишането и кръвообращението направи изкуствено дишане и непряк масаж върху сърцето.

Как да се предпазиш от топлинен удар

За избягване на топлинен удар е необходимо да се вземат следните профилактични мерки:

1. Проветрявай редовно помещенията, в които работиш.

2. Ако работиш в топли и влажни помещения, обличай дрехи, които улесняват топлоотделянето.

3. Пий повече течности.

4. Ако извършваш тежка физическа работа в топли и влажни помещения, ползвай по-често почивки.

5. При поява на някои от признаците на топлинен удар, пострадалия веднага се извежда от помещението. Лекарите случаи на топлинен удар минават сравнително лесно и без последици, но тежките могат да имат сериозни последици.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 14

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ПОДЕМНО-ТРАНСПОРТНА ТЕХНИКА

1. При изграждане на площадки за товарене задължително избирай равни места с напречен наклон до 5°.

2. Обозначавай площадките за товарене с табели, предупреждаващи, че се извършва товарене.

Как да работя безопасно с повдигач - товарачи, електрокари и мотокари

Един от най-честите рискове при работа по складиране на товари с електрокари и мотокари са инцидентите между превозното средство и пешеходците. Как да бъдат избягвани или поне минимизирани тези рискове:

- Пешеходните пътеки в складовите трябва да бъдат ясно обозначени със знаци.
- Трябва да се създаде система от механични препятствия, които да гарантират, че пешеходните пътеки няма да се използват за транспортиране на стоки.
- Операторите на превозни средства трябва да са обучени за безопасното управление на превозното средство, включително на правилата за движение и ограниченията на скоростта в складовите помещения и площи.
- Трябва да се инсталират огледала на натоварените участъци и кръстовища, както и при остри завои в складовете, за да бъде осигурена възможност за водачите да

видят движението на други превозни средства или пешеходци.

1. Когато си водач на повдигач-товарачи, електрокар или мотокар, си длъжен да спазваш следните изисквания за безопасност:

- да не стартираш двигателя, когато не си седнал на работното си място;
- да не разрешаваш стоенето върху или преминаването под работния орган независимо от това, дали той е с товар или не;
- да не разрешаваш повдигане и транспорт на товари по-големи, от посочените в характеристиките на повдигач-товарача.

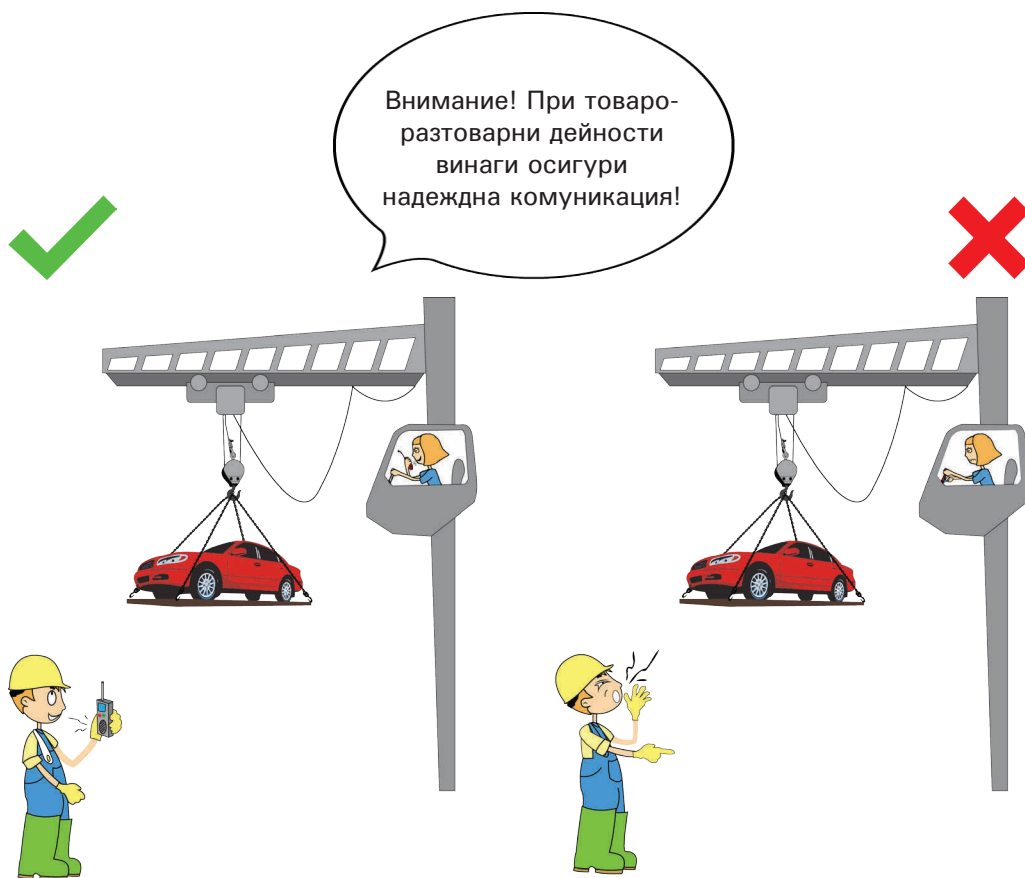
И № 64 от Общи

2. Когато транспортираш едрогабаритен товар, трябва да провериш дали височината и широчината на проходите са достъпни за свободно преминаване.

3. Ако товарът ограничава видимостта на водача, транспортирането трябва да се извършва на заден ход.

4. Когато преминаваш през мостове или рампи, предварително провери тяхната товароносимост и, ако тя е достатъчна, преминавай бавно и внимателно.

5. Когато преодоляваш наклони, за-



дължително извършвай изкачване - на преден ход, а спускай – на заден ход.

6. Забранено е повдигането на замръзнали, затиснати или затрупани товари.

7. Когато се движиш зад други превозни средства, се спазва дистанция - минимум три дължини на повдигач-товарача.

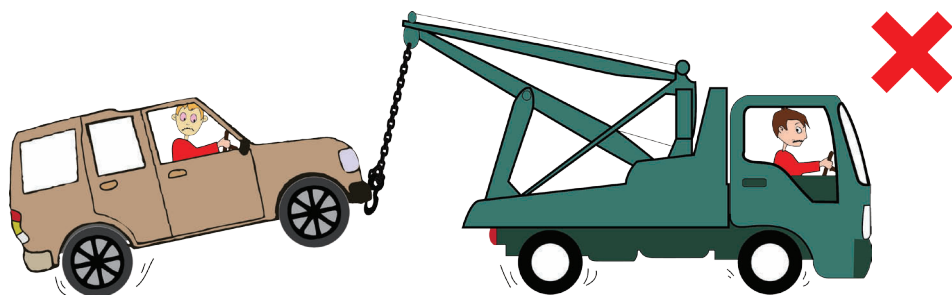
8. Никога не увеличавай предписаната от производителя противотежест на товарач-повдигача с цел да постигнеш по-висока товароподемност.

9. Забранена е работа с товарач-повдигачи на открити площадки по време

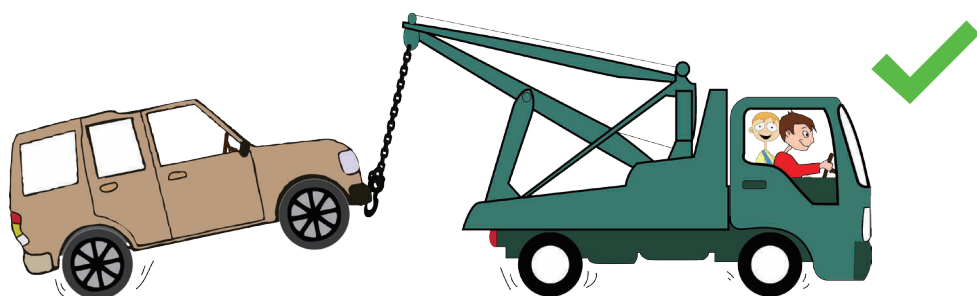
на гръмотевични бури или скорост на вятъра над 14 m/s.

10. По време на товаренето с кран-манипулатори не се разрешава пребиваването на хора в обсега на опасната зона на стрелата /периметъра около работещия кран с радиус равен на максималния излет на стрелата плюс 5 метра/, а при работа с челни товарачи, в района на маневриране и движение на товарача.

11. Не се разрешава качването и слизането върху кранове и товарачи по време на движение и по време на работа.



Внимание! При теглене на аварийал автомобил не се допуска возенето на човек в аварийалия автомобил!



12. Винаги затваряй вратите на кабините на кран-манипулатора и челните товарачи по време на работа.

13. Когато работиш с кран задължително трябва да:

- да следиш гъвкавите захватни приспособления (вериги, въжета и други) да обхващат товара без възли и усуквания;
- да следиш обхващането на товара да изключва възможността от приплъзване на захватните приспособления;
- да разпределяш товара равномерно

върху захватните приспособления;

- да поставяш дървени подложки под въжето при обхващане на товари с остри ръбове;
- да осигуряваш възможност за свободно изтегляне на гъвкавите захватни приспособления при поставяне на товарите. Не се разрешава издърпването с куката на крана на затиснато захватно приспособление;
- да стоиш встрани от товара при повдигането, транспортирането и спускането му;

- да не допускаш повдигането на товари, замръзнали към площадка-та или пода на транспортните средства, залети с бетон или засипани със сняг, пръст, смет, а така също повдигането на товари, на които се намират необвързани детайли;

- да не допускаш продължителното висене на повдигнатия товар и ос-

тавяне на неспуснат товар по време на почивка;

- да не допускаш тежестта на товара да превишава товароподемността, означена на повдигателната техника.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 15

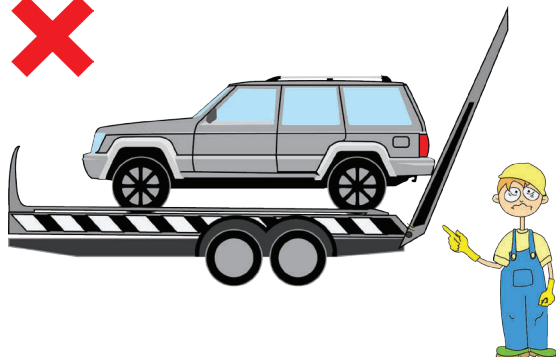
КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО ПРИ РЪЧНИ ТОВАРО-РАЗТОВАРНИ РАБОТИ ПРИ ДЕЙНОСТТА „ТЪРГОВИЯ, ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ НА АВТОМОБИЛИ И МОТОЦИКЛЕТИ“

Товарене и разтоварване на сандъци, касетки, кашони и други подобни товари

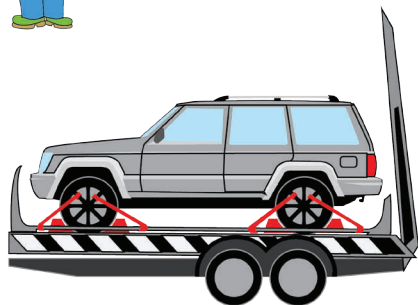
1. Не се разрешава хващането и пренасянето на товарите за обвързващите ги средства (чембери, тел и други).
2. Товарите в превозното средство да се нареждат с осигурена стабилност срещу падане по време на транспортирането.
3. Височината на фигурите с товари в складовете да не бъде по-голяма от 6 м – при механизирано подреждане и 3 м – при ръчно подреждане.

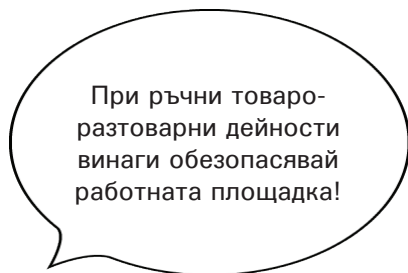
Товарене и разтоварване на бидони, варели и други подобни

1. Бидони, варели и други подобни товари се пренасят чрез търкаляне или с подходящи транспортни колички.
2. При търкаляне на товара по хоризонтална равнина работникът трябва да се намира зад товара.
3. Не се разрешава пренасянето на търкалящи се товари на гръб, независимо от тяхната тежест.
4. Не се разрешава стоенето на работниците пред търкалящи се варели, бидони и други или зад товарите при



Внимание! При транспортиране на автомобила осигури изправна платформа!





изкачването им по наклонени рампи.

Товарене и разтоварване на опасни за здравето товари

- Не се разрешава ръчното манипулиране с опасни за здравето товари.
- На товаро-разтоварните площадки за преработка и съхранение на вредни (опасни) товари да се поставят табелки с надпис: "Отровно", "Опасно", "Внимателно" и други подобни.
- Не се разрешава пушене, палене на огън и приемане на храна и вода

по време на манипулирането на вредни (опасни) за здравето товари.

- Не се разрешава складиране на вредни (опасни) за здравето товари в общи складове и на товаро-разтоварни площадки.
- Вредните (опасни) товари в стъклена опаковка да се разтоварват от двама работници, като стъклените съдове се намират постоянно в кошници или сандъци с мека постеля.
- Транспортните средства, използвани за превоз на вредни (опасни) товари, да се измиват и обеззаразяват след извършване на работа.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 16

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С РЪЧНИ ИНСТРУМЕНТИ

1. **Внимание!** Преди да започнеш работа с ръчни инструменти, прегледай внимателно всеки инструмент и обърни внимание на следното:

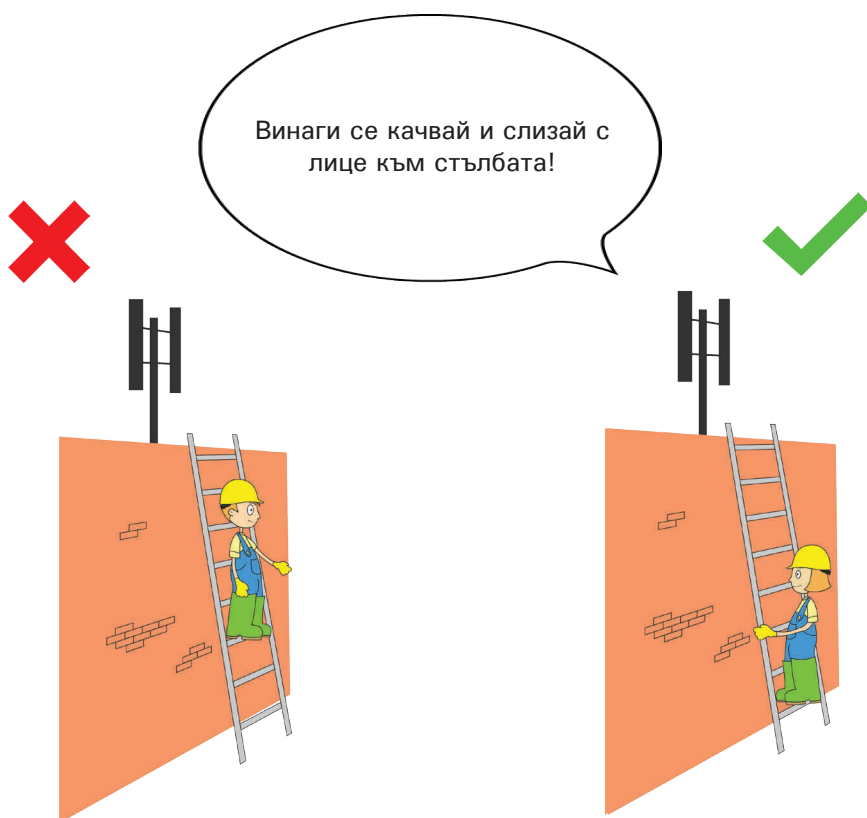
- Дръжките на ръчните инструменти да имат гладка повърхност и да са изработени от твърд и жилав материал.
- Инструментите трябва да бъдат здраво закрепени към дръжките.

2. **Внимание!** Съхранявай ръчните инструменти в стабилно състояние, с

острието надолу, на сухо място, което е недостъпно за деца.

3. **Внимание!** Главите на всички инструменти като чукове, секачи и др. не трябва да бъдат разширени, подбити и нацепени.

4. **Внимание!** Никога не работи с пили, отверки, ножовки и др., които нямат дръжки. Дръжките на инструменти със заострени краища за набиване, които са изработени от дърво, да имат бандажни пръстени.



5. Ако ползваш шлосерска маса и менгемета, те трябва да бъдат добре укрепени и устойчиви по време на работа.

6. Ако на една маса искаш да монтираш две менгемета, разстоянието между тях трябва да бъде най-малко 1,5 метра.

7. Когато работиш с чук, проверявай дали дръжката му е сигурно заклине-на в чука посредством железен клин.

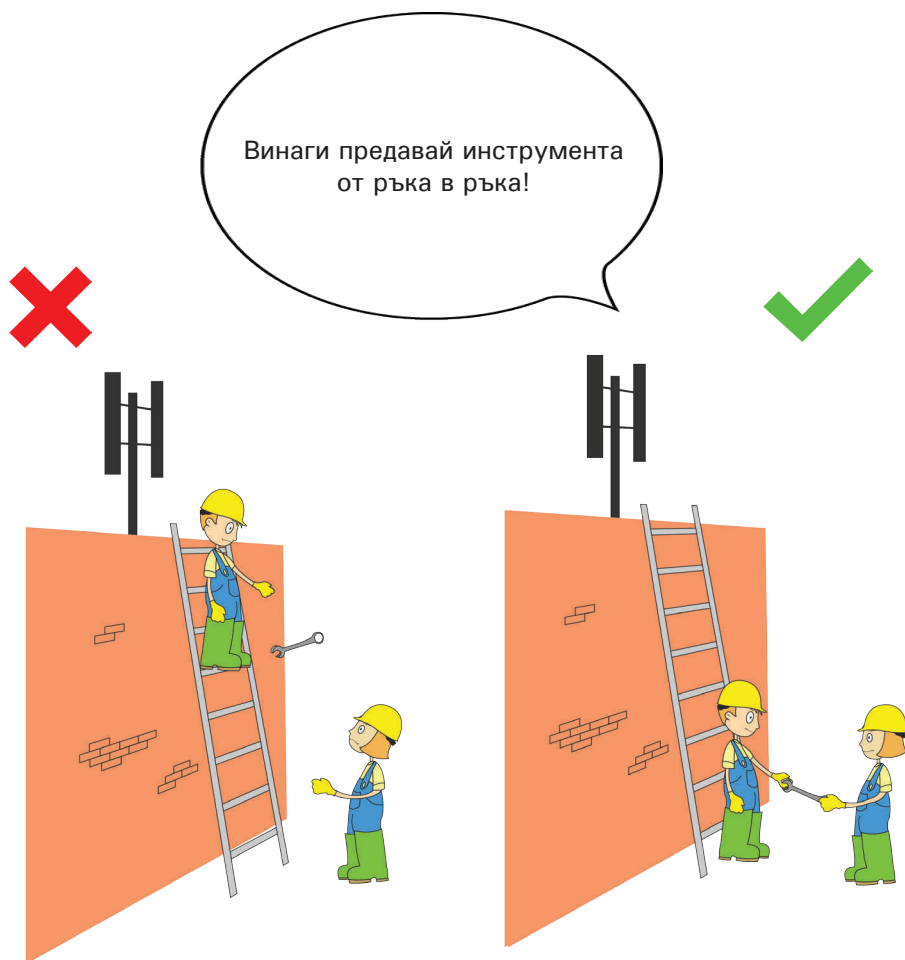
8. Когато работиш с ударни ръчни инструменти като секачи, центри и

пробои, задължително проверявай за наличие на пукнатини, отчупвания и побитости.

9. Секачът, с който работиш, не трябва да бъде по-къс от 150 мм, а ръкохватката - не по-къса от 70 мм.

10. **Внимание!** Когато работиш с ръчна ножовка, задължително поставяй листа на лъка на ножовката така, че рязането да става при движението напред.

11. Задължително закрепвай предметите за рязане здраво на менгеме.



12. Ще работиш по-лесно и точно, ако мястото на рязане предварително е зарязано с триъгълна пила.

13. Движи ножовката само с ръцете, без участието на тялото.

14. Не работи с пила без дръжка или със пукната и разхлабена дръжка.

15. Когато използваш пила, задължително закрепи в менгеме детайла, който обработваш.

16. **Внимание!** Никога не почиствай стружки от пиленето и рязането с незащитена ръка. Най-добре е почистването да става с четка.

17. Челюстите на ключа да бъдат успоредни, да не са с износени краища, да нямат пукнатини или побитости.

18. **Внимавай!** Когато работиш с гаечен ключ, задължително проверявай

челюстите на ключа да бъдат успоредни, да не са с износени краища, да нямат пукнатини или побитости.

19. **Опасност!** Не удължавай рамото на гаечния ключ без да си взел мерки за фиксиране на удължаващото устройство към ключа.

20. Когато боравиш с кислородни бутилки, ключовете и ръкавиците, с които работиш, трябва да бъдат чисти от масло.

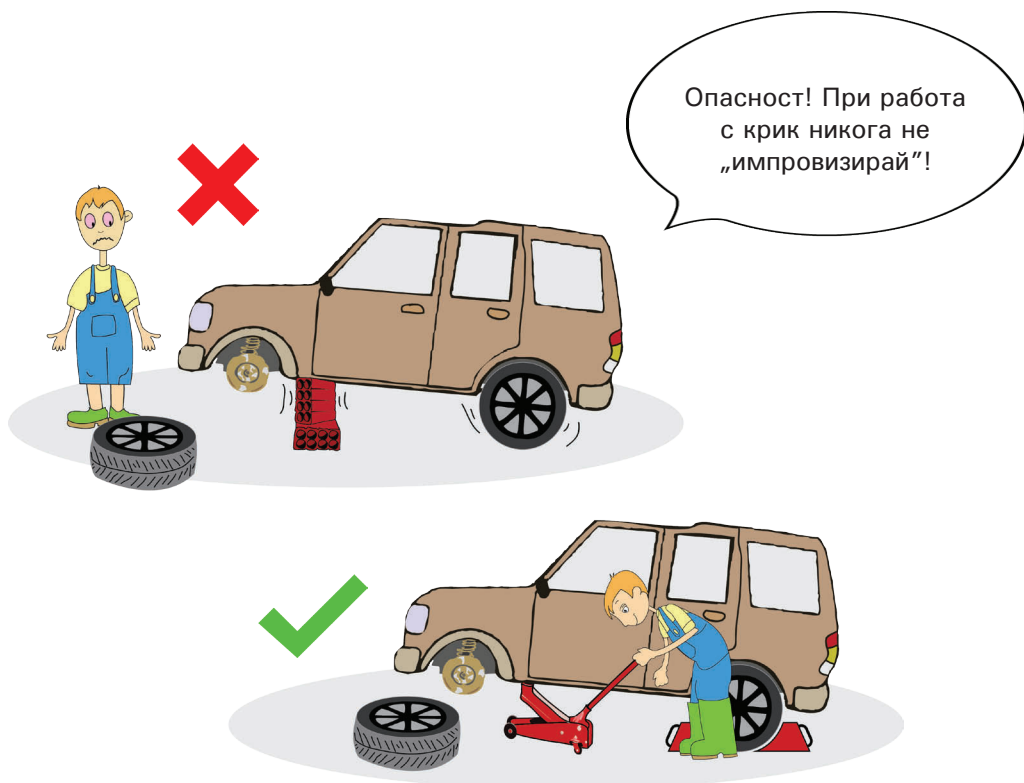
21. Когато работиш с пневматични ударни инструменти, те трябва да са снабдени с приспособления, непозволяващи изхвърляне на ударната част.

22. Работните места, на които се използват пневматични ударни инструменти, трябва да се оградят с преносими или стационарни звукопоглъщащи екрани, с височина не по-малка от 2 м.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 17

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С КРИК

1. При работа с крик със зъбна рейка, храповият механизъм трябва да бъде напълно изправен.
2. **Внимание!** В основата на крика да се подлага дървено трупче.
3. Ръчните крикове да имат изправни приспособления, които да предотвратяват самопускане на товара при спиране на повдигането или винтовете им да бъдат самоспиращи.
4. Хидравличните крикове да имат изправен предпазен клапан и плътни съединения.
5. Преди да се започне работа, след повдигне, товарът да се укрепва допълнително.
6. Не се разрешава оставяне на товара върху крика без надзор.
7. **Внимание!** Освобождаването на криковете под повдигнат товар да става след укрепване на същия в повдигнато положение.



ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 18

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С РЪЧНИ ЕЛЕКТРИЧЕСКИ ИНСТРУМЕНТИ

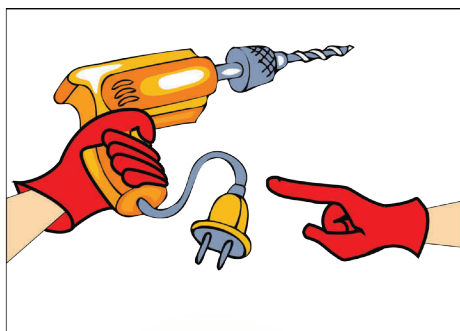
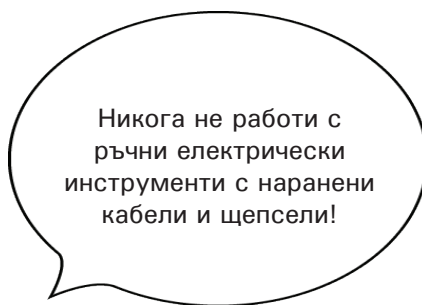
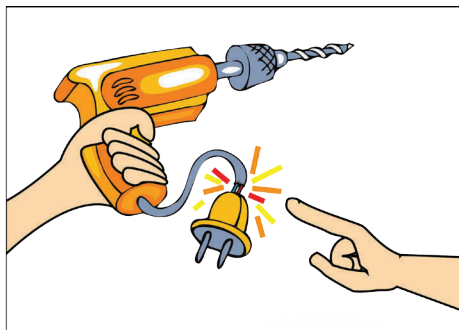
1. **Внимание!** Преди да започнеш работа с ръчни електрически инструменти, прегледай внимателно всеки инструмент и обърни внимание на следното:

- щепселите да бъдат здрави, без пукнатини и прегаряне и да са със зануляване;
- превключвателите да се изправни и монтирани на корпусите им.

2. **Опасност!** Абсолютно забранено е, когато работиш с ръчни електрически абразивни, пробивни и др. инструменти:

- да ги подаваш от ръка в ръка при включено положение;
- да ги поставяш във включено положение върху маси, работни места и др.
- да работиш на височина (на стълби, скеле и други) без да си осигурен с предпазен колан.
- да работиш без предпазни очила.

3. **Внимание!** При смяната на предпазителите използвай само стандартни с фабрично калибровани стопяеми вложки. Не забравяй! Не се разреша-



ва подсилване на стопяемите вложки (жички) на предпазителите.

4. Когато работиш с ръчни електрически инструменти, преносими електрически лампи и трансформатори, дължината на кабелите трябва да бъде до 6 м. Допуска се дължина до 30 м при използване на защитно изключване или при участие на второ лице като наблюдател.

5. **Внимание!** Винаги заключвай помещението, в което са разположени главното електрическо табло и главният прекъсвач.

6. **Помни!** Работата по електроразпределителните табла трябва да се извършва по наряд най-малко от две

лица, едното от които да е със съответна квалификация.

7. **Внимание!** Почистването и ремонтът на електрическото обзавеждане да се извършват само при изключено напрежение и при поставени предупредителни табели с надписи “Не включвай, работят хора” на местата на прекъсване.

8. **Опасност!** Когато поради производствени причини не се изключва напрежението, може да се работи само при непосредственото наблюдение на квалифицирано длъжностно лице и след като задължително се вземат мерки за ограждане на съответните фази с изолационен материал.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 19

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С РЪЧНА ШЛИФОВАЩА МАШИНА

Лицата, работещи с ръчна шлифоваща машина трябва да имат необходимата квалификация и да са запознати с безопасните методи на работа.

- Преди включване на машината за шлифование трябва да се убедите, че захранващото напрежение съответства на напрежението, посочено в техническия паспорт на машината.
- Машината за шлифование трябва да се използва само по предназначение.
- При смяна на шкурката машината трябва да се изключва от захранващото напрежение.

- Забранява се работа с машина за шлифование, на която прекъсвачът не включва и изключва.

- При шлифование на плоскости за намаляване на запрашаването, машината да се включи към устройствата за изсмукване на праха. При превишаване на пределно допустимата концентрация прах да се ползват предпазни маски за дишане.

След приключване на работа машината да се изключва от контакта. Работното място и помещението да се почистят от прахта.



Когато използваш
електрически режещи
инструменти,
задължително
предпазвай ръцете,
лицето и главата!

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 20

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ЕЛЕКТРОЖЕН

1. При заваръчни работи се определят отделни помещения с оглед площта на всеки заварчик да не бъде по-малка от 4м² на пост. Освен това пътеките да не бъдат по-тесни от 1 метър от пост до пост.

2. Всички части на електрическите инсталации, предназначени за заваръчни работи, трябва да удовлетворяват изискванията на правилниците за устройство на електрическите и силно-токовите инсталации.

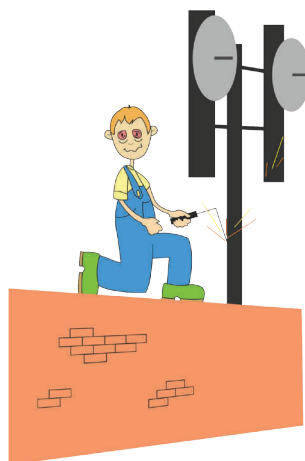
3. В местата, където се извършва заваръчната работа, трябва да има вентилация, гарантираща отвеждането на

вредните газове, които се получават при заварката. Температурата трябва да отговаря на СХН.

4. При извършване на заваръчни работи върху скелета и стълбове, последните трябва да се покриват с листов негорим материал така, че падащият разтопен метал да не може да предизвика пожар или изгаряне на минаващите хора.

5. Забранява се извършването на заваръчни работи върху резервоари, тръбопроводи и други устройства, намиращи се под налягане.

Внимание! При заваряване винаги предпазвай очите!



6. Забранява се прокарването на заваръчните електропроводници, съвместно с газопроварочни черва или тръбопроводи.

7. Забранява се извършването на всякакъв вид заваръчна работа близо до леснозапалими или огнеопасни материали. Минимално допустимото разстояние трябва да бъде 5 метра.

8. Забранява се съхраняването в заваръчните помещения на лесно възпламеними материали, като газове, бензин и др.

9. При ремонтване външните части на съдовете, които са съдържали лесно запалим материал, е необходимо да се вземат предпазни мерки, като предварително промиване на съдовете с гореща вода на пара, нишадърен спирт, сода каустик и др. Заваряването на съдовете трябва да се извършва при отворени пробки.

10. При извършване на заварки и рязане на автомобили, ремаркета и др. на места, разположени близо до дървени части, трябва да бъдат взети обездателно противопожарни мерки.

11. В дъждовно време не се разрешават заваръчни работи извън помещението.

12. Към заваръчната работа се допускат само правоспособни лица, издържали съответните изпити.

13. Заварчикът трябва да се снабдява и работи само със специално работно облекло.

14. Всички нетоководещи, стабилни и подвижни части на електрозаваръчните инсталации, които могат да попаднат под напрежение, трябва да бъдат сигурно заземени. Заземяването трябва да се извършва преди започването на работата и да не се сваля до нейното окончателно завършване.

15. При работа с волтова дъга заварчиците трябва да закриват лицето си с щит или маска, снабдена със защитни червено-зелени стъкла.

16. При започване на работа с волтовата дъга заварчикът е длъжен да предупреди лицата, намиращи се около него, с думите „закрий се“.

17. При появяване на болки в очите на лицата, заети или присъстващи при заварката, е необходимо веднага да се повика лекар.

18. Към електрозаваръчни работи могат да се допускат само лица, имащи удостоверение за правоспособност като електрозаварчици.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 21

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ВЪЗДУШЕН КОМПРЕСОР

1. Компресорът трябва да се инсталира според изискванията на завода производител в помещения с нормална температура. За добрата вентилация същият трябва да отстои минимум на 0.5 метра от плътна преграда и стени.

2. Компресорът трябва да бъде добре заземен.

3. Компресорът следва да се пуска в работа само от обучено и запознато с изискванията за безопасната му експлоатация лице.

4. При забелязани нередности по време на работа компресорът следва да бъде изключен от електрическо захранване.

5. Забранено е да се допускат до работа с компресора лица, които:

а) не са навършили 18 години;

б) не притежават документ за правоспособност за извършване на съответния вид работа или нямат необходимата квалификация;

в) са употребили алкохол или упойващи вещества.

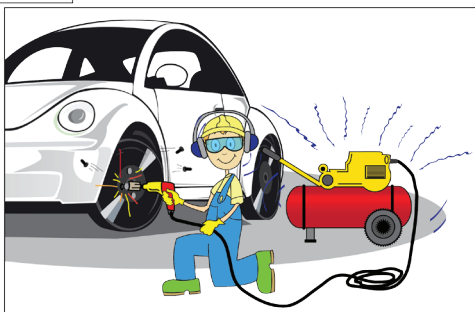
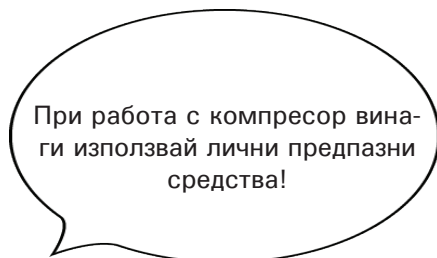
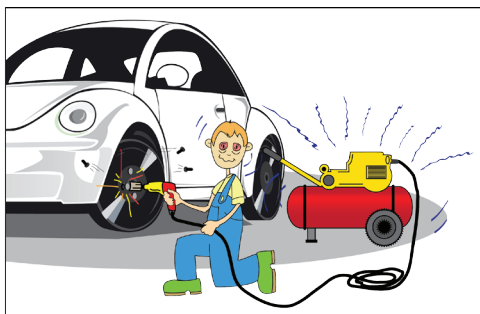
6. Не се допуска експлоатация на компресори, които:

а) не са преминали през необходимите изпитвания;

б) не са технически изправни;

в) не са комплектовани с необходимите и изправни контролно- измервателни прибори или нямат такива;

г) не са обезопасени.



7. Работниците, които работят с компресори, са длъжни да знаят схемата на съгъстяване на въздуха, начините на действие при експлоатация, поддържане, ремонт, авария и пожар на компресорните уредби.

8. Монтираните контролно-измервателни прибори да са изпитани, съгласно действащите стандарти за качество.

9. Всяка степен на съгъстяване на компресора след нагнетателния фланец на цилиндъра да има предпазен клапан за натягане, който да е снабден с паспорт и инструкцията за експлоатация.

10. Забранена е експлоатацията на компресори, на които не е изправна аварийната защита.

11. Забранена е работата на компресор, на който въртящите се части не са обезопасени.

12. Забранена е употребата на масла за мазане на компресора, които нямат сертификат от производител за физико-химичните им качества.

13. Забранена е употребата на компресори на открито при буря.

14. Забранено е вземането на съгъстен въздух от въздуховодите, водещи към манометрите.

15. При извършване на оглед, почистване и ремонт на компресора да се ползват лични предпазни средства, табела с надпис, осигуряващ безопасността през времето, докато трае ремонта, и същият да бъде изключен от контакта.

16. Бутилката за съгъстен въздух да се подлага на изпитание и прегледи, в съответствие със сроковете, предвидени в Наредба № 28.

17. При извършване на ел.ремонтни работи, преди пускане да се провери посоката на въртене на охлаждащата перка. При несъвпадане посоката на въртене с отбелязаната със стрелка върху капака на ремъка, сменете местата на две от фазите.

18. Забранено е развиването на кавито и да било съединения, както и транспортирането на компресора при резервоар под налягане.

19. Да не се настройва водна струя или запалителни течности върху компресора.

20. Да не се насочва въздушна струя към хора.

21. След приключване на работа с компресора, превключателят да се остави в положение «Изключено».

22. При използване на компресора за боядисване:

а) да се осигури достатъчен достъп на чист въздух;

б) да не се ползва в затворени места и при открит пламък;

в) да се ползват лични предпазни средства (маски за носа и устата);

г) след приключване на работа с него винаги да се изключва.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 22

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ПАРОСТРУЙКА

До работа с пароструйката се допускат само лица, запознати с указанията за техническа експлоатация, и обучени на безопасни методи на работа.

- Пароструйката се използва само по предназначение. Не се допуска:

1. насочването на водната струя срещу човек, животен или електрически съоръжения;

2. оставяне на пароструйката без наблюдение по време на работа;

3. покриване на отвора за изгорелите газове;

4. миенето на материали, съдържащи азбест и други вредни за здравето вещества;

5. ползването на пароструйката от лица под 18 години;

6. при работа с гореща вода или пара да се стои пред струята или да се докосва нагорещената дюза.

- За безопасна експлоатация на пароструйката е необходимо същата да се експлоатира в помещение, в което има достатъчно количество въздух и устойчив, без неравности и добре niveliran под (основа).

- По време на работа пароструйката трябва да се държи здраво, за да се преодолее пораздащия се въртящ момент от излизащата водна струя.

- Не се допуска измиване на автомобилни гуми (вентили) с пароструйката от разстояние по-малко от 40 см, поради риск от злополука (експлозия на гумите).

- Преди почистване на пароструйката, същата трябва да се изключи от електрическото хранване.

- Забранява се извършването на ремонти по пароструйката от лица без необходимата квалификация.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 23

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С РЪЧНИ ПРЕНОСИМИ ПНЕВМАТИЧНИ ИНСТРУМЕНТИ

- До работа с ръчни пневматични инструменти да се допускат лица с необходимата професионална квалификация и обучени за безопасна работа с пневматичните инструменти.

- Ръчните пневматични инструменти да се хранят с работно налягане на въздуха, съответстващо на налягането, посочено в паспорта на завода-производител.

- Ръчните пневматични инструменти да не допускат възможност за произволно включване и изключване на инструмента. Забранява се работа с ръчни пневматични инструменти с повредени пускатели.

- С писмена заповед трябва да се определи лице, което да следи за изправността на ръчните пневматични инструменти и ежесечно да извършва преглед за техническата им изправност. Резултатите от проверките се отразяват в дневник.

- Лицата, които работят с ръчни пневматични инструменти са длъжни:

1. да приемат за работа само изправни инструменти;

2. да не работят с инструменти, които очевидно са неизправни. При установяване на повреда да предадат обратно инструмента на лицето, от което са го получили, и да го информират за повредата;

3. да следят хранящите въздушни съединявания да са здраво захванати за въздушния ръчен инструмент;

4. да не докосват с ръка режещия инструмент, когато е в движение;

5. да не работят с ръчни пневматични инструменти на височина по-голяма от 2,5 метра с подвижна стълба;

6. да не предават инструмента на други лица, необучени и без необходимата квалификация да работят с него.

- Ремонтът и поддръжката на ръчните преносими пневматични инструменти да се извършва от лица с необходимата квалификация.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 24

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО В ШУМНА СРЕДА

Шумът е един от основните рискове на работните места в сферата на „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“. Увреждането на работещите се изразява в намаляване, частична или пълна загуба на слух. Загубата на слух или оглушаването заради шум на работното място е едно от най-често срещаните професионалните заболявания и наранявания.

Човешкото ухо възприема звукове с честоти от 16Hz до 20kHz. Шумовете с висока честота са по-опасни от тези с ниска.

Защитата от шум зависи от честотния му спектър. При звук с честота от 16Hz до 20kHz и при ултразвук (с

честота над 20 kHz) защитата се осъществява чрез:

- намаляване шума от източника;
- отдалечаване на работното място от източника на шум;
- ограничаване на шума с шумови изолации;
- лични защитни средства.

При звук с честота под 16Hz (инфразвук) – защитата може да се постигне с предотвратяване на генерирането на ултразвуките в източниците или, ако това е невъзможно, е необходимо източниците да са изолирани от конструкцията на сградите или съоръженията.



Знаеш ли на какъв шум си подложен по време на работа

Ето какви са шумовите нива в различни ситуации:

- Тиха стая – нивото на шум е 40 dB
- Разговор в офиса – 60 dB
- При работа с електрически трион (флекс), както и при управление или превозване в движещи се камиони – нивото на шум вече е 90 dB. При извършване на тези дейности рискът от увреждане на слуха е реален при въздействие на това ниво на шум в продължение на 8 часа. Не работи при този шум повече от 8 часа!
- При работа с гатер или при работа на транспортен верижен конвей-

ер – нивото на шум нараства до 95 dB. Сериозен риск от увреждане на слуха се появява при въздействие в продължение на 4 часа. Не работи при този шум повече от 4 часа!

- При работа с моторна резачка – нивото на шум достига 100 dB, а рискът от увреждане на слуха е налице при въздействие на това ниво на шум в продължение на 2 часа. Не работи при този шум повече от 2 часа!

За да избегнеш големия риск от увреждане на здравето, носи винаги слухов протектор, когато работиш в условия с високи нива шум! Най-масовите и ефективни слухови протектори са разширяеми тапи, тапи за многократна употреба, предпазни слушалки.



ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 25

КАК ДА РАБОТЯ БЕЗОПАСНО С ТЕЖЕСТИ

В сферата на икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ практически почти всеки работещ извършва многократно ръчни работи с тежести като ги вдига, поддържа и пренася. Не всяко тежко физическо натоварване задължително води до опасност за здравето, стига то да е прилагано за кратко време. Но често в тази индустрия ръчната работа с тежести се извършва практически през цялото работно време. Това вече може да доведе до сериозен риск.

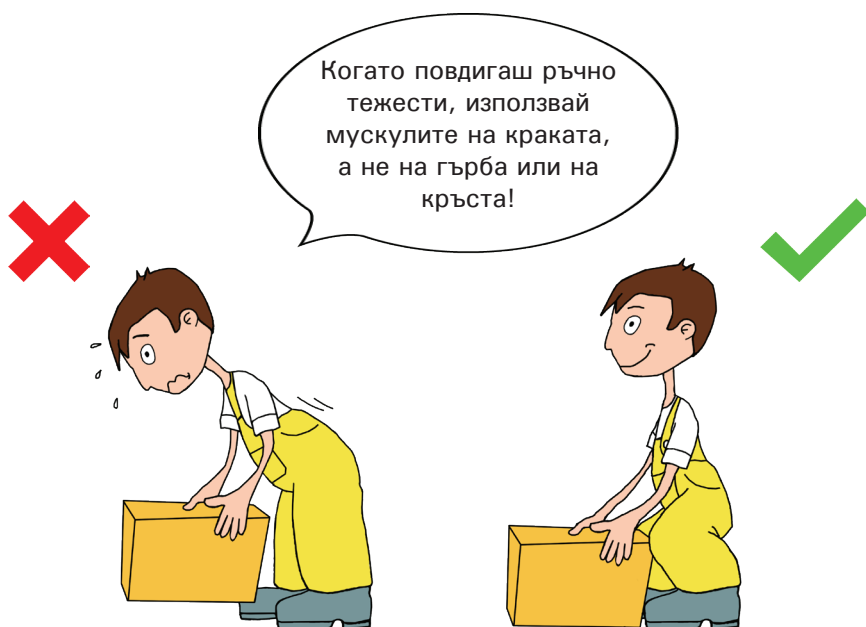
Кои са най-честите грешки, които се допускат при повдигане и пренасяне на тежести

- Не знаете накъде ще се придвижвате.

- Не сте проверили дали в зоната на придвижване няма препятствия.
- Не сте проверили дали вратите са отворени и дали са достатъчно широки, за да мине товарът.
- Не сте проверили дали на пода няма нещо, което би попречило и би причинило злополука.
- Не сте сигурни дали добре сте захванали товара.
- Не сте сигурни, ако вдигате товара с някой друг, дали и двамата сте наясно какво ще правите.

Важни правила за повдигане на тежести:

- стъпете от двете страни на товара като се надвесите над него, или



опитайте да застанете възможно най-близо до него;

- когато повдигате, използвайте мускулите на краката;
- изправете гърба;
- придърпайте товара възможно най-близо до тялото;
- вдигнете и носете с изпънати надолу ръце.

Важни правила за бутане и теглене на тежести:

- бутането и тегленето да става с помощта на собствената тежест – когато бутате, трябва да се наведете напред, а когато теглите – назад;
- да имате устойчиво положение върху пода, за да можете да се наведете напред или назад;
- да избягвате усукване и изкривяване на гърба;
- помощните технически средства трябва да имат дръжки/ръкохватки, за да прилагате сила с ръце; височината на дръжките трябва да бъде между раменете и кръста, за да можете да бутате/теглите в добро, нормално положение;
- помощните технически средства да са добре поддържани така, че колелата да са с необходимия размер и да се движат свободно;
- подовите настилки да са твърди, равни и почистени.

Добри техники за намаляване на риска при ръчна работа с тежести или кои са най-подходящите и правилни начини за вдигане, поддържане и пренасяне на тежести

1. СПРИ И ПОМИСЛИ

Планирай операциите

- къде трябва да се постави тежестта;
- това ли е най-удобното и подходящо място за поставяне (позициониране) на тежестта;
- нуждаеш ли се от помощ, за да извършиш работата.

Подготви си работата

- премести препятствията по пътя на пренасяне на тежестта (напр. изоставен амбалаж, разхвърляни инструменти, материали, отпадъци и др.);
- огледай и прецени товарите за повдигане и пренасяне (тегло, съдържание, опаковка, начини за хващане, достъп до тях);
- при вдигане на по-голяма височина (напр. от пода до нивото на рамената) намери място по средата на пътя така, че тежестта да може да се постави на междинна работна повърхност за кратка пауза и за по-добро хващане.

2. ЗАЕМИ ПРАВИЛНА ПОЗА ПРИ ВДИГАНЕ НА ТЕЖЕСТТА

- Сгъни коленете така, че когато ръцете хващат тежестта, тя да бъде колкото е възможно по-близо до тялото и на височината на кръста (без обаче коленете да се сгъват прекалено);

- Дръж гърба изправен и се наведи леко напред (ако е нужно и малко над тежестта), за да я хванеш добре;
- Обърни се с лице към посоката на движението.
- Извършвай вдигането колкото може по-плавно и равномерно, без резки движения.
- Ако не е възможно да се приближиш до тежестта, за да я повдигнеш, опитай се преди това да я приплъзнеш по-близо до себе си.
- Не вдигай тежест по-високо от нивото на рамената.
- Намести стъпалата така, че да създадат балансирана и стабилна основа.

3. ЗАЕМИ ПРАВИЛНА ПОЗА ПРИ ПРЕНАСЯНЕ НА ТЕЖЕСТТА

- Поддържай тежестта близо до тялото: най-тежката част на тежестта да е най-близо до тялото, колкото се може по-продължително време.
- Не извършвай резки движения и обръщания встрани при пренасяне на тежестта, движи се плавно и равномерно, като контролираш тежестта.
- Мести стъпалата равномерно, като стъпваш внимателно и преместваш краката възможно по-напред.
- Използвай щадящи гърба техники при бутане на големи и обемисти товари.

4. ХВАНИ ЗДРАВО ТЕЖЕСТТА

Оптималното положение и начинът на хващане зависят от условията и инди-



видуалните предпочитания на работещия, но те трябва да бъдат безопасни:

- Хващането като кука (със сгънати пръсти) е по-малко уморително отколкото, ако пръстите се държат изпънати;
- Начинът на хващане може да се променя в течениена работа само, ако е необходимо;
- Ако се налага тежестта да бъде поставена (позиционирана) прецизно на точно определено място, първо я постави и после я приплъзни в желаното положение.

Как да прилагам помощни технически средства, за да намаля риска при ръчна работа с тежести

Най-правилната стратегия за борба с мускулно-скелетните увреждания, възникващи под влияние на ръчната работа с тежести, е трайното ограничаване на такава дейност на работното място. Това се постига чрез осигуряване на механизирано повдигане, поддържане и пренасяне на товарите. Дори и тогава ръчната работа не се елиминира напълно, но работещите прилагат по-икономично и по-ефек-

тивно мускулна сила, което намалява риска от увреждания.

Добри практики за намаляване на риска чрез помощни технически средства:

- При използване на обикновен лост за повдигане на дадена тежест рискът намалява, тъй като силата, необходима за преместването ѝ, е по-малка;
- Хаспелът поддържа тежестта и работещият само контролира и подпомага придвижването и преместването ѝ;
- Използването на вагонетки и колички в голяма степен намалява силата, прилагана от работещия за преместване на тежести в хоризонтална посока;
- Улеите са най-разпространеният начин за използване на гравитацията за придвижване на тежести от едно място на друго, без да се използва мускулна сила;
- Ръчни приспособления (халки, куки, въжета, вериги и др.) могат да улеснят преместването на тежести, които трудно се хващат.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 26

ПРЕПОРЪКИ ЗА БЕЗОПАСНА РАБОТА В ОФИС

Едни от новите рискове в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ са свързани с увеличаването на дейностите, които се извършват в офис-среда.

ПРЕПОРЪКИ ЗА БЕЗОПАСНА РАБОТА В ОФИС

1. За да не се подхлъзваш, спъваш и падаш, бъди внимателен при движение в офиса! Рискът е особено голям, когато се движиш по полирани или мокри при измиване подови настилки. Една от честите причини за падания и сериозни наранявания в офис е спъване във висящи телефонни, електриче-

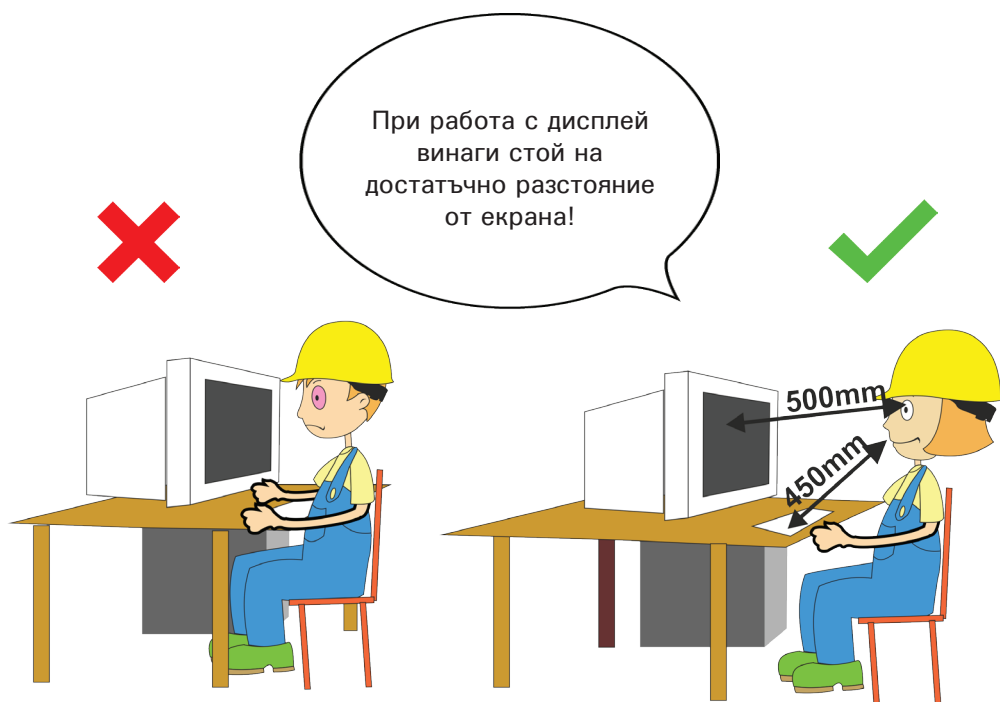
ски или компютърни кабели.

2. Най-тежките травми при работа в офис се получават при падане от височина. Можеш да избегнеш този риск, ако използваш внимателно и по правилен начин стълби или подходящи столове, за да достигнеш или поставиш вещи на рафтове, мебели и други места на височина.

- Никога не се опитвай да се качиш на ергономичен стол, който се придвижва на колелца или се люлее!

3. Чест риск за здравето носи работата с канцеларски принадлежности.





Внимавай при работа с хартия, защото можеш да си причиниш неприятни и болезнени порязвания по пръстите и дланите от ръбовете на хартията.

- Работи така, че да не плъзгаш дланите си по дължината на ръба на хартията!

Неправилните опити да премахнеш телените скоби, поставени на хартията с „телбод“, почти сигурно ще доведат до нараняване на ноктите или до дълбоки и болезнени убождания по пръстите ти.

- Когато премахваш телени скоби, винаги ползвай помощни средства!

Неумелата работа с ножици, перфоратори, машини за подвързване на материали могат да доведат до травми на пръстите, дланите и китките.

- При работа с канцеларско оборудване бъди съсредоточен и не прави няколко работи наведнъж! Особено важно – в такъв момент не говори по телефон, защото рискът от травма рязко нараства!

4. Едно от големите предимства при работа в офис е наличието на климатици. Но практиките показват, че голяма част от работодателите и работещите не познават рисковете при работа с охлаждащи или отопляващи вентилационни системи. Климатичните, освен инструмент за създаване на подходяща температура в работните помещения, могат да създават и „отлични“ условия за развитие на мухъл и плесени. Прахът от замърсения въздух в помещенията се наслажда на охладителните ребра, тъй като климатичните системи кондензират водата от въздуха. Прах в комбинация с влага е добра предпоставка за образува-

не на мухъл. В непочистените климатици се развиват микроби и бактерии, които причиняват лоши миризми на въздуха, преминаващ през климатика. Правилното функциониране на климатичните уредби се осигурява чрез периодично (поне веднъж годишно, а най-добре два пъти в годината) почистване.

- Почиствай редовно климатика и сменяй филтъра му, защото това защитава здравето ви като премахва плесента и праха и подпомага ефективността на климатика!

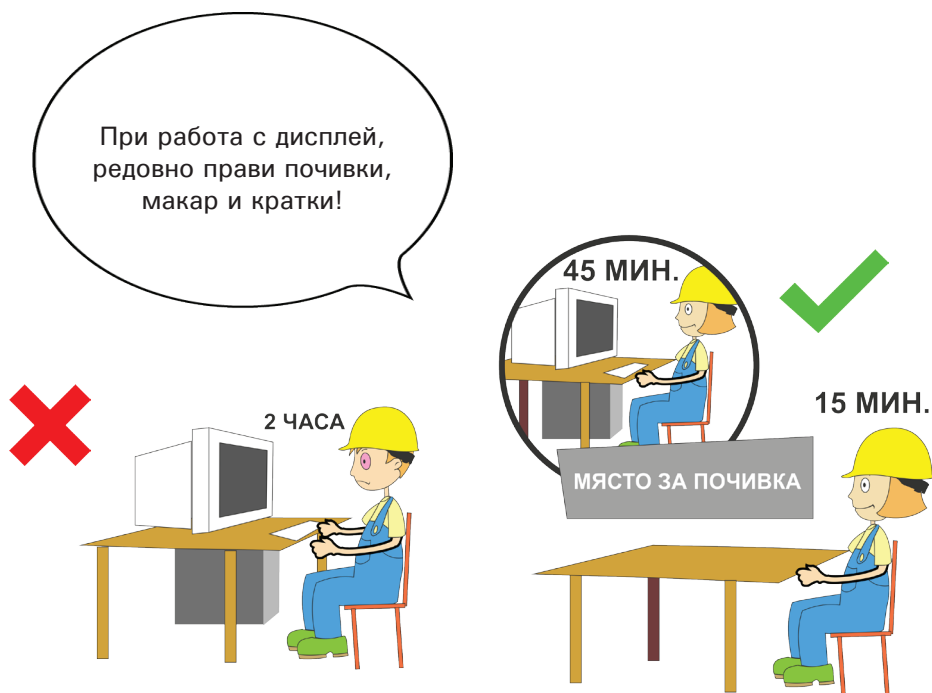
5. С всяко разширяване на дейността на фирмата се увеличава необходимото офис-оборудване. Заедно с облекчаването на трудовия процес, то носи и нови негативи за работещите с оборудването. Разширяват се контактите на намиращите се в помещенията с веществата, отделяни от офис-

оборудването – като озон, почистващи препарати, мастила, разтворители и др. химически вещества.

- Направи всичко възможно офис-техниката и особено копирните машини и лазерните принтери да не се намират в помещенията, където са постоянните работни места.

6. Увеличаването на техниката, използвана в офисите, води до нарастване на риска от токови удари и пожари, причинени от дефектни оборудване и инсталации. Опасността от пожар поради електрически проблеми в офис техниката и други причини (като тютюнопушене), се увеличава с наличието на голямо количество хартия.

- Редовно – поне веднъж седмично, проверявай целостта на ел. кабелите на офис оборудването и на контактите, в които са включени!



ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 27

КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗЯ ОТ ПОДХЛЪЗВАНЕ, СПЪВАНЕ И ПАДАНЕ ОТ ЕДНО НИВО

Статистиката сочи, че приблизително 15% годишно от всички инциденти и злополуки на работното място, водещи до увреждане на здравето, а в някои случаи и до заплаха за живота на работещия, стават при подхлъзване, спъване и падане от едно ниво.

Тази статистика поставя въпроса: колко от тези произшествия са предотвратими?

Тъй като по-голямата част от инцидентите при подхлъзване и спъване се случват на равна повърхност, ситуацията може да се измени в положителна насока много по-бързо и по-лесно в сравнение с намаляването на броя инциденти при падане от едно ниво на друго.

Ето три бързи и сравнително евтини начина да се предпазим от подхлъзване и падане:

1. Инсталиране на настилка против хлъзгане или нанасяне върху стандартни настилки на препарати с анти-подхлъзващ ефект.

Настилка с анти-подхлъзващ ефект осигурява много добро сцепление с обувките на работещите и осигурява защита срещу подхлъзване и падане, както на открити работни площадки, така и при работа в закрити помещения. Тази лесна за реализиране мярка може да има голям ефект за опазване здравето на работещите.

2. Използване на обувки със специал-



ни противохлъзгащи подметки.

При тези защитни обувки подметката е с противохлъзгащ ефект и е закрепена по особен (лепящ се) начин.

3. Разработване и въвеждане на стандарти за намаляване на рисковете от спъване и падане от едно ниво.

В тези стандарти, например, трябва да влезнат и стриктно да се спазват следните правила:

- всички проходи, пътеки и коридори в производствените помещения и сгради да бъдат освободени от ненужни вещи и материали;
- производствените помещения и прилежащите им площи да не бъдат почиствани с препарати, които предизвикват подхлъзвания;
- при разливания на течности, масла или други вещества по пода и съоръженията, както и при замърсяването им с препарати, отпадъци и др. подобни, незабавно да се извърши пълно почистване;
- за всяко помещение или група от помещения се определя конкретен отговорник от работещите в тях, който има за задача да наблюдава състоянието на помещенията от гледна точка на риска от подхлъзване, спъване и падане и да предприеме незабавни действия за предотвратяване на риска от подобен инцидент.
- За да се предотврати или значително да се намали риска от подхлъзване и падане поради мокрите

и хлъзгави подове и стълби, работниците трябва да носят защитни обувки с противохлъзгащи подметки. Подовете на производствените помещения трябва да имат грапава повърхност. Стълбите трябва да бъдат обезопасени с противохлъзгащи покрития.

- Всички работни площадки, които са разположени над нивото на пода, трябва да бъдат обезопасени с парапети.
- На работните места, където се работи на конвейр, трябва да има предпазни бордове за защита на работника и, особено, на краката му от падане на предмети от конвейера.
- Коридорите и проходите в складовите помещения трябва да бъдат поддържани сухи и свободни, за да може да се осъществява безопасно транспортиране на тежки товари.
- Коридорите и производствените площадки трябва да се поддържат чисти. Всички разляти течности трябва веднага да бъдат избърсани.
- Подовите настилки в работните помещения трябва да имат покритие с противоплъзгащ ефект. Работещите в мокри и влажни производствени помещения да ползват водоустойчиви обувки или ботуши с противохлъзгащи подметки.
- Всички електрически машини и съоръжения трябва да имат подходящо обезопасяващо ограждане и заземяване.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 28

КАК ДА ОКАЖЕШ ПОМОЩ ПРИ УДАР ОТ ЕЛЕКТРИЧЕСКИ ТОК

На много работни места и площадки в Икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ работещите ползват и обслужват електрически уреди и съоръжения. Това създава риск от поражаване с електрически ток.

Електрическите поражения могат да настъпят по следните причини:

а/ преминаване на електрически ток през човека;

б/ въздействие на електрическата дъга;

в/ въздействие на електрически и магнитни полета, създадени от много високи напрежения и честоти;

Съществуват следните видове поражения от електрически ток:

а/ електрически удар и изгаряния;

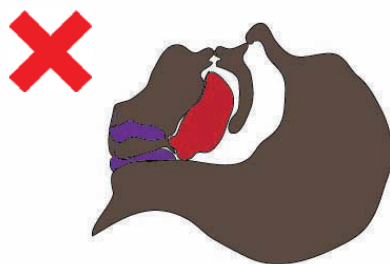
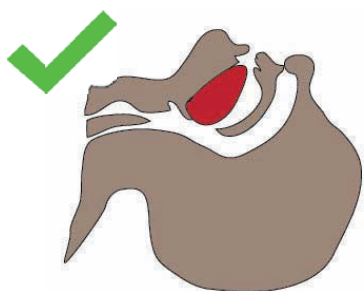
б/ наранявания и счупвания;

в/ заболявания от въздействието на електрическа дъга и електромагнитни полета.

Оказването на първа помощ на пострадал от електрически ток се състои в:

1. Освобождаването на пострадалия, по възможно най-бързия начин, от напрежението, под което е попаднал. При това:

а/ да се вземат необходимите мерки срещу попадане под напреже-



В какво положение да поставим главата на колега, който е загубил съзнание!

ние на лицето, извършващо освобождаването на пострадалия. При напрежения до 1000 V, трябва да се използват сухи нетокопроводни предмети. При напрежения над 1000 V, трябва да се използват боти, ръкавици и щанги за съответното напрежение;

б/ при положение, че пострадалият се намира на височина и при освобождаването му от напрежение съществува възможност от падане и получаване на допълнителни травми, да се вземат мерки за предотвратяването им;

в/ да се предвиди възможност за допълнителни светлинни източници в случаите, когато изключването на напрежението може да доведе до спиране на осветлението.

2. Ако пострадалият има собствено дишане и пулс, той се оставя да лежи с разкопчани дрехи, като му се осигурява достъп на чист въздух, към носа му се поднася памук, напоен с амоняк, а лицето му се измива или напръсква със студена вода.

3. Ако пострадалият е в безсъзнание и дишането му е слабо и конвулсив-

но, или няма дишане и пулс, се оказва следната помощ:

а/ освобождаване на тялото от всички стесняващи дрехи и разкопчаване на копчетата;

б/ разтваряне на устата чрез изместване напред на долната челюст;

в/ да се освободи устата на пострадалия от нечистотии, изкуствени челюсти и др. подобни;

г/ бързо да се осигури проходимост на горните дихателни пътища, като се изтегли и задържи езика напред, а главата се наведе назад в максимално възможно положение;

д/ да се пристъпи към изкуствено дишане, като най-ефикасните от съществуващите методи за това са „уста в уста“ и „уста в нос“;

е/ при липса на пулс на пострадалия, се пристъпва и към индиректен масаж на сърцето.

5. Долекарската помощ на пострадал от електрически удар, следва да продължава до пристигането на лекарски екип или по време на транспортирането на пострадалия до здравно заведение.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 29

КАК ДА ОКАЖЕШ ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ

Многобройните рискове за здравето на работещите в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ налагат всеки от тях да притежава знания как да окаже първа долекарска помощ на пострадалия си колега или на друг човек, оказал се на работното място или площадка, в различни ситуации.

I. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ НАРАНЯВАНИЯ

Първа помощ обикновено се оказва от този, който се намира най-близо до пострадалия.

Първа стъпка – сваляне на дрехите и обувките

1. Дрехите на пострадалия да се свалят, като се започне от здравата страна.

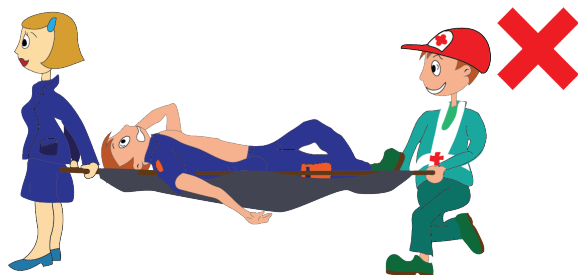
2. Ако дрехата е пристегната около раната, тя се изрязва около нея.

3. При силно кръвотечение е необходимо дрехата бързо да се разреже и разгъне, за да открие нараненото място.

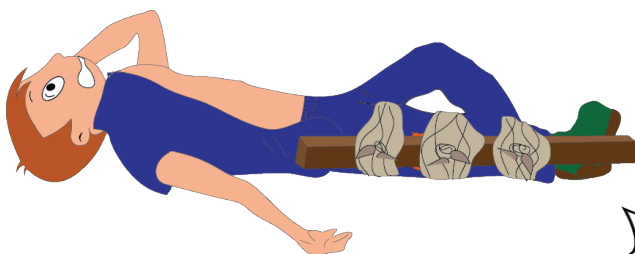
4. При травма на стъпалото или коляното обувката първо трябва да се разреже по задния шев и след това при събуването да се освободи петата.

5. При събличането на дрехите или свалянето на обувката от травмирания крайник той трябва внимателно да се придържа.

6. Разсъбличането на дрехите без особена нужда е нежелателно; освобождава се тази част от тялото, където



Как да пренасяме
пострадал колега с
носилка!



При контузии
на крайниците
използвай подходящи
помощни средства
за обездвижване на
крайника!

трябва да се извършат необходимите манипулации.

Втора стъпка – поставяне на превръзка върху раната

Внимание! Спазвай следните правила при поставяне на превръзка:

1. Да не се пипа раната с ръце, защото върху тяхната кожа има много микроби, способни да предизвикат инфекция.
 2. Да не се промива раната с вода или с други течности, за да не попадат замърсяващите материи, намиращи се около нея, вътре в самата рана.
 3. Да не се изчиства раната от замърсяване със спирт, йод или други дезинфекционни средства.
 4. Да се постави стерилна превръзка върху раната, като се използва личния стерилен пакет, намиращ се в аптеката.
- 5. ОПАСНОСТ! В НИКАКЪВ СЛУЧАЙ НЕ СЕ ПОСТАВЯ ПАМУК ВЪРХУ РАНАТА.** Ако стерилният превързочен

пакет е недостатъчен, могат да се използват чисти кърпи, късове плат, бельо, но винаги трябва да се внимава за допълнително замърсяване.

6. При рани в областта на главата да не се промива раната с кислородна вода, поради опасност от попадане и трайно увреждане на очите от нея.

II. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ СЧУПВАНИЯ

Първа помощ при счупвания се състои в обездвижване на увредения крайник или засегнатата част от тялото.

Първи вариант – без използването на обездвижващи средства

1. Обездвижване на горен крайник – крайникът може да се прикрепи към гръдния кош, свит под прав ъгъл в лакетната става.
2. Обездвижване на долен крайник – долният увреден крайник може да се прикрепи към здравия с различни видове меки превръзки – колани, вратовръзки, носна кърпа. Този начин трябва да се прилага по-рядко, поради недостатъчния ефект на обездвижване. **Втори**

вариант – с използването на обездвижващи средства

1. Обездвижване, при което като обездвижващи средства се използват подръчни материали: дъски, по-дебели клони или други подходящи в момента дървени, железни или пластмасови изделия.
2. Обездвижване, при което се използват стандартни шини тип „Крамер“.
3. Шините се поставят върху дрехите или предварително се подплатяват, за да не увредят кожата. При поставяне на шината е необходимо да се обхванат най-малко две съседни стави – под и над счупването. Шините се прикрепват към крайниците стабилно с бинт или с триъгълна кърпа, или с други импровизирани прикрепващи превръзки.

Опасност! При установено счупване в никакъв случай не правете опит за наместване на счупените кости. След оказването на първа помощ е необходимо пострадалият спешно да бъде транспортиран в лечебно заведение.

III. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ КРЪВОТЕЧЕНИЯ

Първата помощ, която трябва да се окаже на пострадалия при кръвоизлив, е да се пристъпи към кръвоспиране. По-сигурна временна кръвоспираща превръзка се прави чрез пристягане на кървящия кръвоносен съд над мястото на нараняването (кървенето). Такова пристягане може да се направи със засуквачка, Есмархов бинт или с обикновени средства като колан, триъгълна кърпа и други, които могат да изиграят много добра роля при кръвоспирането.

ВНИМАНИЕ! Съществуват няколко правила, които трябва да се знаят при поставянето на кръвоспиращите превръзки:

1. Правят се само при кръвотечение на крайниците.
2. Правят се централно над мястото на кръвотечението – при кръвотечение от горен крайник – над лакътната става, а при долен крайник – над коляното.
3. Винаги се правят върху подложка от плат, марля, триъгълна кърпа и други.
4. Трябва да се пристяга до изчезване на периферния пулс или до спиране на кръвотечението.

Опасност! Кръвоспиращата превръзка спира изцяло притока на кръв под мястото на поставянето ѝ, поради което по-продължителното ѝ оставяне може да доведе до умъртвяване на тъканта, намираща се периферно от нея. За да не се стигне до това, необходимо е такава превръзка да не остава повече от 1/2 – 2 часа. За да се знае кога е направена кръвоспиращата превръзка, поставя се листче с часа и датата на правене на превръзката на видно място, най-добре закачено за самата превръзка.

Ако се наложи превръзката да остане по-дълго време от пределно допустимото, допуска се тя да се разхлаби за няколко минути, за да се даде възможност на кръвта в кръвоносните съдове да премине под превръзката и да подхрани тъканта. Отпускането не трябва да става изведнъж, а постепенно.

Как да помогнем при кръвотечение от носа

1. Пострадалият да се постави да

седне, но не да легне, за да бъде главата му високо.

2. Пострадалият да притисне с пръсти долната част на носа (ноздри-те) в продължение на 10 минути.
3. Да се изясни от коя страна (от коя ноздра) изтича кръвта.
4. Да се постави студен компрес отвън на носа, от страна на кръвотечението.
5. В носа да се постави памук или марля, напоени с кислородна вода, или ноздрата да бъде хубаво тампонирана с марля или памук, макар и сухи. Тампонът може да остане до 48 часа, като снемането му трябва да стане внимателно, за да не се предизвика повторно кървене.
6. Да се внимава да не би тампоните да са поставени само в предната част на ноздрата, а кръвта да се

спира зад тях и да се стича към гърлото на пострадалия.

7. Пострадалият да бъде в покой, да не извършва каквито и да било движения.
8. Няколко часа след кръвотечението пострадалият да не пипа и издухва носа си, за да не предизвика ново кървене.

Как да помогнем при кръвотечение от ухото

Ако се касае за кръвотечение от външната част на ухото:

1. Да се притисне с пръст превръзката, която е сложена върху нараненото място. Ако кръвотечението е от вътрешната част на ухото:
 - Да не се слага нищо в ухото.
 - Да не се запущва ухото с бинт.



Поставете пострадалия да легне с леко повдигната глава: при кървящо ухо – на страната на нараненото ухо.

В тези случаи следва бързо изпращане в болнично заведение при внимателно транспортиране.

Как да помогнем при кръвохречение

Проявява се при нараняване на белия дроб, както и при някои заболявания – туберкулоза, рак на белите дробове и др. Необходимо е:

1. Пострадалият да се постави в полуседнало положение.
2. Пострадалият да не се движи.
3. Бързо да се повика лекар.

Как да помогнем при кръвопърсване

Явява се при нараняване или заболяване на хранопровода, стомаха или дванадесетопръстното черво. Необходимо е:

1. Пострадалият да се постави в полуседнало положение.
2. В областта на корема да се постави мехур с лед.
3. Бързо да се повика лекар.

Внимание! Не трябва да му се дава да поема каквото и да било през устата.

IV. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ ТЕРМИЧНИ ИЗГАРЯНИЯ

1. Долекарската помощ при изгаряне започва с прекратяване действието на високата температура. При запалване на дрехите, същите трябва да се загасят. Това може да стане с потапяне във вода или обливане с обилна струя, притис-

кане запалената дреха към земята за прекратяване достъпа на въздух, засипване с пясък. Могат да се използват платнище или одеало за завиване на пострадалия и угасяване на дрехите, но не трябва да се забравя, че при завиване „през глава“ има опасност от задушаване от пушечните газове. Понякога е по-лесно освобождаването и хвърлянето на дрехите.

2. При обширни изгаряния пострадалият спешно се транспортира в най-близкото лечебно заведение. При такива изгаряния настъпва шок. Болните в термичен шок много бързо се охлаждат; често те са и с измокрено облекло в резултат от загасяването. Поради това, при продължителен транспорт до болницата, за предпазване от простудни заболявания е необходимо болните да бъдат добре завити. За превръзка може да се ползва чиста кърпа или чаршаф и се транспортира към най-близкото хирургическо отделение. Против болката на пострадалия се дава аналгин.
3. При ограничени изгаряния с неразкъсани мехури и наличност на течаща вода е добре кожата да се охлади за 5-10 мин. преди превръзката. Това значително успокоява болката. Ако крайникът е замърсен едновременно се измива със сапун, превързва се с марля и бинт и пострадалият се насочва към хирург.

V. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ ХИМИЧНИ ИЗГАРЯНИЯ

Основните фактори, които определят тежестта на химическите изгаряния, са концентрацията и времето на действие на химическия агент.

Долекарската помощ при химическите



изгаряния цели прекратяване действието и намаляване концентрацията на химичния агент. Това се постига чрез обилно промиване с вода – под душ или струя. Локално киселините се неутрализират с 2-5 процентов разтвор на натриев бикарбонат, а основите с 1 процентов разтвор на оцетна киселина. Такива разтвори, предварително приготвени, трябва да има на всяко работно място, създаващо условия за химически изгаряния. При намокряне или на капване на дрехите от химическия агент, те не трябва да се обличат отново след извършеното промиване на поразената кожа с течаща вода и неутрализиране. Раните се превързват с марля и бинт, а пострадалия се насочва към най-близката медицинска служба.

При изгаряне с фосфор изгорялата повърхност се почиства механично от частиците му. Поставя се влажна

превръзка с 5 процентов разтвор на меден сулфат или с разреден разтвор на калиев хиперманганат (1:5000) и болният се изпраща на лекар.

Ако в предприятието се работи с химикали задължително трябва да има разтвори за неутрализация – съответно 2-5 процентов разтвор на натриев бикарбонат, 1 процентов разтвор на оцетна киселина, 1:5000 разтвор на калиев хиперманганат. В аптечката трябва да има и обезболяващи медикаменти – аналгин.

VI. ПЪРВА ДОЛЕКАРСКА ПОМОЩ ПРИ СЪСТОЯНИЕ НА БЕЗСЪЗНАНИЕ

Състоянието на безсъзнание е едно от най-опасните за живота промени в човешкия организъм. В някои случаи, това състояние на пострадалия може да бъде съчетано с гърчове, повръщане и др. явления като движение на крайници, гримасничене и др. Незави-

симо от причините, които са предизвикали безсъзнателното състояние, то довежда до нарушение на жизнено важни функции на организма като кръвообращение, дишане, обмяна на веществата.

При оказване на помощ на изпаднал в безсъзнание до идването на лекар е необходимо да се извършат следните процедури:

1. Бързо прекъсване действието на причина, която е довела до кома, ако това е известно и възможно. Така например, при остро отравяне с токсични газове пострадалият трябва незабавно да бъде изведен от обгазената среда. При въздействие от електрически ток да се прекъсне контакта с електропроводника, при слънчасване - да бъде преместен на сянка.
2. Да се постави в легнало положение на гръб, с леко повдигната глава или странично легнало положение, за да не се запуши гърлото

от отпускане на езика навътре в устната кухина към последното.

3. При повръщане главата да се извива на една страна на равнището на тялото, за да се избегне преминаване на повърнатите материали в дихателните пътища.
4. При повишена телесна температура на болния се поставят студени мокри кърпи на челото. С такива кърпи се обвиват и крайниците.
5. При студено тяло и крайници и ниска температура болния се завижда и леглото се затопля с шишета топла вода като се внимава да не се допусне изгаряне (шишетата се обвиват с кърпи), понеже болният е с изключена чувствителност и реакция на топлинни въздействия.
6. При нарушение на дишането да се приложи обдишване „уста в уста“ и се приложат други прийоми на изкуствено дишане.

Пострадалият, който е изпаднал в безсъзнание трябва в най-кратък срок да бъде прегледан от лекар.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 30

ПРОТИВОПОЖАРНА БЕЗОПАСНОСТ И ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЖАРИ

При извършването на много от дейностите в сферата на „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“, възникват сериозни и реални опасности от запалвания и пожари. Масовото използване на горива, химикали, електрически съоръжения, лесно запалими материали (пластмасови или хартиени опаковки, масла, отпадъци и др.), значително увеличава риска от пожар и увреждане на здравето и живота на работещите.

Внимание! Високата степен на риск от пожари налага във всяко предприятие от тази икономическа дейност да се определят общите изисквания за пожарната и аварийна безопасност. Тези изисквания са задължителни за целия личен състав, както и за външните лица, за временно пребиваващите на площадките клиенти, подизпълнители и др. посетители.

Една от ефективните мерки за намаляване на риска от пожари е определянето със заповед на работодателя на Комисия за координиране на дейността по осигуряване на пожарната безопасност.

Какви са задълженията на комисията

- Изработва правила /инструкции/ за противопожарна безопасност на цялата територия на предприятието – сгради, двор, площадки и прилежащи участъци.
- Изработва план за действие на персонала при ликвидиране на пожар, различни аварии и др., като осигуряване пожарна безопасност при капитални и текущи ремонти, реконструкция на помещения, за-



мяна на оборудване и др. Планът включва:

- план за действието на персонала по евакуацията при възникване на пожар;
 - противопожарно ядро /нещатен щаб/ за ръководство на действията на персонала при ликвидиране на пожар /председател и членове/;
 - евакуационна схема за разположението на помещенията и пътищата за евакуация при пожар. Евакуационната схема включва: схема за цялата сграда; схема за всеки етаж. Схемите се поставят на видно място на съответния етаж и вход. В плана за действието на персонала по евакуация на персонала при пожар се посочват поименно всички длъжностни лица, които ще вземат участие в евакуацията, и точните действия, които следва да извършат; изходите, през които следва да изведат хората/обозначени са на евакуационната схема/, и местата, където ще ги настанят.
- Създава досие, съдържащо документи по противопожарна охрана, което да се съхранява при работодателя.
 - На всеки три месеца организира практическо разиграване на плана за ликвидиране на пожари, аварии и бедствия, както и за евакуация на персонала и външните лица.
 - Организиране на противопожарната подготовка на персонала и инструктажа му.

- Осигуряване на пожарна безопасност по време на почивните и празнични дни.

- Поддържане и проверка на пожарогасителните инсталации, уреди, средства и съоръжения.

- Сформиране на група за ръководство на действията на персонала при ликвидиране на пожари и аварии.

- Обособяване в предприятието на депа за съхраняване на противопожарна техника, съоръжения и средства за пожарогасене.

- Констатира повреди, изтекъл срок на годност и други нередности, свързани с пожарогасителна техника, нарушения на персонала за пожарната безопасност и др. Информират навременно директора за констатациите си.

Какво да правим, за да осигурим пожарна и аварийна безопасност на работните места

1. Сградите и помещенията да се оборудват с уреди, съоръжения и средства за пожарогасене. Тяхното местоположение се маркира със съответната легенда на табели (постери) със схема на цялата сграда. Табелите (постерите) се поставя на видно място на входовете, на изходите и по етажите.

2. Територията на предприятието се поддържа в добър порядък и системно се почиства от тревна растителност, опадала листна маса и други горими отпадъци.

3. Входовете, пътищата на територията на предприятията и подстъпите до



сградите, водоизточниците и противопожарните уреди да се поддържат винаги свободни.

4. Мероприятия с масово събиране на хора да се провеждат само на предназначени за тази цел и даден случай места /салон, вътрешен двор, площадка на открито и др. под./.

5. Взривоопасните и горими материали за боядисване, миене и др. цели се приготвят в отделно помещение или на открити площадка, при спазването на изискванията за пожарна безопасност, след което се доставят на работните места в готов вид.

6. Всички водоизточници и противопожарни депа да се обозначат с леснозабележима маркировка.

7. Ремонтни работи по водопроводната мрежа или изключване на участъци от нея да се извършват само след осигуряване на резервно водоснабдяване.

8. Остатъците от лесно запалими, горими течности и огнеопасни вещества след преустановяване на работа да се изнасят извън работните помещения и поставят в огнеустойчиви шкафове.

9. По време на почивни и празнични дни се вземат мерки за повишаване на противопожарната бдителност, като се организира проверката и запечатването на помещенията, които няма да се ползват.

10. За всяко работно помещение да се използват прекъсвачи, шалтри за изключване на електрическия ток след приключване на работа в края на работния ден.

11. Нагревателни уреди да се използват само върху негорими подложки на разстояние 0,50м от горими материали.

12. Лесно запалими продукти да се съхраняват далеч от източници на топлина, както и от пряка слънчева светлина.



Събери всички запалими вещества, с които работиш в обезопасено срещу пожар място!



Какво да не правим, за да намалим риска от пожар и авария

1. Да не използваме безразборно незастроени свободни площи между различните корпуси на сградите за складиране на материали, оборудване, отпадъчен материал, за паркиране на транспортни и други технически средства, за построяване на временни сгради и съоръжения.

2. Да не се допуска заключване на врати на помещенията, когато в тях пребивават хора.

3. Да не се разрешава складирането на материали и оборудване в коридорите и на стълбищата на сградите.

4. Да не се допуска затварянето и закриването с мебели, оборудване и други предмети на люкове, балкони, лоджии, вътрешни пожарни кранове и електрически табла.

5. Да не се пали огън за изгаряне на отпадъци.

6. Забранява се миенето и почистването на подове, стени, сграда, площи и др. с лесно запалими и горими материали.

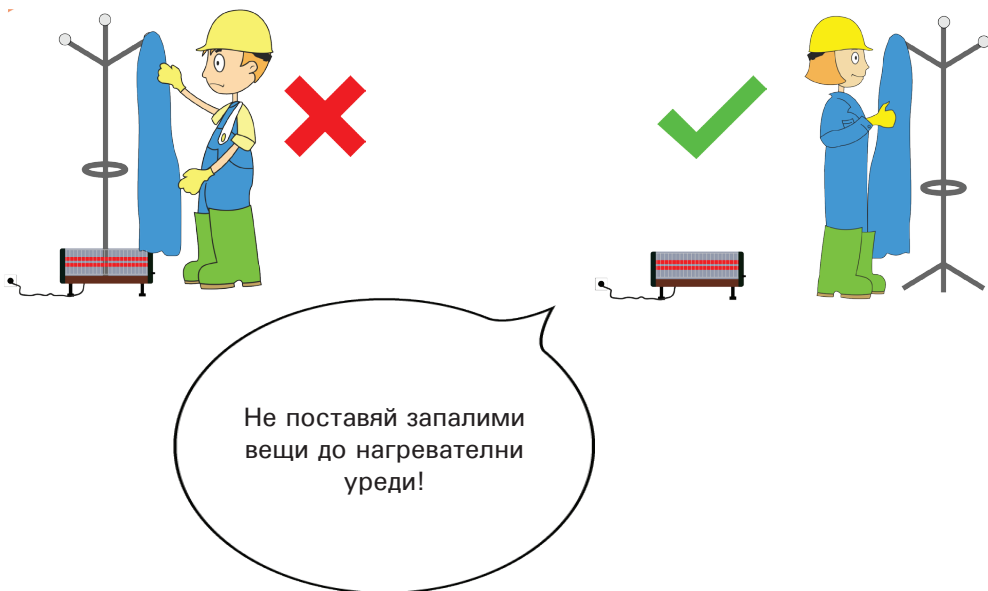
7. Забранява се размразяването на замръзнали тръбопроводи и др. подобни с открит огън. За тази цел да се използва топла вода, топъл пясък или водна пара.

8. Електрическите предпазители да не се подсилват с телчета, а при изгаряне да се подменят със стандартни предпазители.

9. Под електрическите табла и на разстояние 50 см в страни от тях да не се поставят горими материали.

10. Забранява се превиването, усукването и обтягането на електрически проводници.

11. Забранява се пушенето или употребата на открит огън на места, където са складирани или се използват химикали.



12. Да не се съхраняват лесно запалими материали в стъклени съдове на пряка слънчева светлина, тъй като те могат да действат като лупи и да фокусират слънчевите лъчи, в резултат на което да предизвикат пожар.

13. Да не се допускат на работа лица, които не са преминали противопожарен инструктаж.

Какво да правиш по време на пожар

1. **Внимание!** Не предприемайте действия, с които да поставяте живота и здравето си на риск!

2. При възникване на пожар всички хора, с изключение на пожарникарите, трябва незабавно да напуснат опасната зона.

3. Повечето пожари се развиват бавно. Кофа с пясък или преносим пожарогасител може да бъде всичко, което е необходимо първоначално. Когато

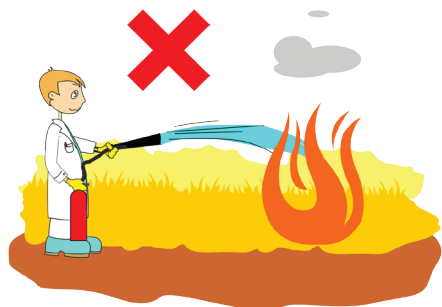
обаче, огънят не може да се погаси с наличното оборудване, незабавно се обади за помощ от професионални пожарникари.

4. Информирай пожарникарите за химикалите, които са засегнати или могат да бъдат засегнати от пожара.

5. При погасяването на пожари, особено ако са засегнати химикали, ограничи до минимум разливането на водата и други течности, използвани за гасенето, за да се предотврати допълнително замърсяване на околната среда.

6. След гасене на пожар осигури безопасно унищожаване на всички повредени или замърсени материали, за да се избегне последващо излагането на риск.

Какви са мерките, които да предприемем, за да предотвратим или намалим до минимум риска от пожар при

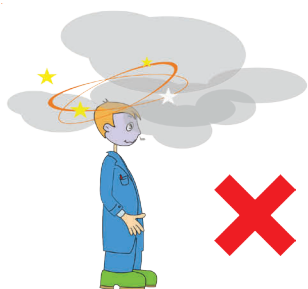


Когато гасиш открит огън задължително ползвай предпазни средства – ръкавици, шапка, работно облекло, респираторна маска!

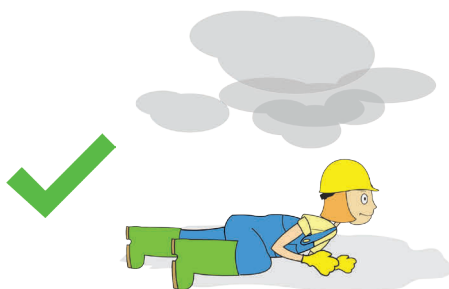
“Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети”

Една от най-сериозните причини, водеща до опасни пожари в различните складове са механични повреди или

къси съединения по кабелите. Използването на различни изолационни материали, както и на каучук и пластмаси при производството и при монтажа на кабелите, в случаите на запалване води до отделянето на значителни



Когато работното помещение е задимено, напусни бързо и пълзешком!





При пожар първо
спешно изведи
заstraшените хора, а
след това, ако няма риск
изнеси заstraшеното
имущество!

количества дим и токсични газове. Статистиката на аварийите и пожарите сочи, че в случаите на пожар това е една от основните причини за тежки увреждания, вкл. и смърт.

1. Всяко предприятие в икономическата дейност "Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети" трябва да разполага със система за реакция в случай на пожар. Тези системи могат да включват някои от следните елементи:

- план за евакуация;
- осигуряване на пожарогасители;
- системи, състоящи се от избрани и подготвени наблюдатели, централен контролор и средства за незабавна комуникация с противопожарните служби.

2. Всички служители следва да са запознати с опасностите, които могат да допринесат за възникване на пожар.

3. Задължително във всички части на предприятието трябва да са разположени пожарогасителни съоръжения. Всички техни елементи трябва да са налични, да са обозначени и да са достъпни.

4. **Внимание!** Да се проверява редовно дали всички пожарогасителни системи са на предвидените места и дали достъпът до тях не е затруднен от препятствия.

5. Задължително на всички етажи и в обособени части на предприятието трябва да има пожарогасители. Наличието на пожарогасител може да спаси човешки живот и имущество.

6. Пожарогасителите трябва да са разположени на места, където се виждат добре и са достъпни за употреба. Да не се окачат устройствата твърде високо, тъй като може да не бъдат забелязани.

7. **Внимание!** Пред пожарогасителите да не се поставя оборудване, рафтове или каквито и да било материали.

8. **Внимание!** Преносимите пожарогасители трябва да се инспектират редовно най-малко веднъж годишно и след всяка употреба. Проверката следва да удостовери, че пожарогасителите:

- се намират на предвидените за това места;
- достъпът до тях не е блокиран и те не са прикрити от други предмети;
- монтирани са правилно;
- манометрите отчитат нормално налягане;
- предпазните шплентове и пломбите са на място;
- по пожарогасителите не личат видими признаци на повреди или неправилна употреба;
- разпръсквателните дюзи не са блокирани.

9. **Внимание!** Една от важните мерки за намаляване на риска от пожар е целият персонал да бъде обучен за правилна употреба на пожарогасителите.

10. Всички служители следва да бъдат информирани за плана за действие при аварийни ситуации и при възникване на пожар или авария да изпълняват инструкциите на служителя, отговарящ за реакцията в аварийни ситуации.



ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 31

ДЕЙСТВИЯ ПО ВРЕМЕ НА АВАРИЙНИ СИТУАЦИИ В ИКОНОМИЧЕСКА ДЕЙНОСТ „ТЪРГОВИЯ, ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ НА АВТОМОБИЛИ И МОТОЦИКЛЕТИ“

Всяка аварийна ситуация създава значителен риск за здравето на заетите в съответната дейност. Спецификата на складовата дейност води до значително по-висок риск вследствие на различни аварии поради това, че в работната среда, освен наетите работници и служители, се намират и много голям брой други външни лица, които са потребители на тези услуги.

Важен аспект на мерките за безопасност и здраве при аварии е да се подготвим за рисковете на ситуацията, преди те да възникнат. Планирането и обучението за действие при аварии влияе пряко върху последиците от аварийните ситуации. Предприятията, които имат добре разработени планове за действие и добре подготвени работници, по правило понасят по-малки материални щети и по-малко или по-леки наранявания на служителите при възникване на аварии.

Особено важно място в тази подготовка заема:

- подготовката на процедури за евакуация на персонала и външните лица при възникване на аварийни ситуации;
- обучение на персонала на действия при евакуация по повод възникнала аварийна ситуация;
- обучение на персонала за действия по информиране и осигуряване на намесата на службите и

спешно реагиране по време на аварийни ситуации.

Какво трябва да правим, за да осигурим предприемането на необходимите действия и то в правилната последователност, при аварийни ситуации

1. Във всяко предприятие в Икономическата дейност "Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети" трябва да има разработен план за действия по време на аварийна ситуация, с който трябва да бъдат запознати всички заети от персонала.

2. Всяко работно място трябва да бъде снабдено с инструкция за конкретните стъпки и действия на работещия по време на аварийна ситуация.

3. Всеки работещ трябва да обучен на правилата и процедурите за комуникация по време на аварийна ситуация.

4. Във всяко предприятие трябва да се провеждат периодично учебни евакуации във връзка с възможни аварийни ситуации, в които трябва да бъдат включени всички заети.

5. Във всяко предприятие трябва да бъдат осигурени достатъчно на брой аварийни изходи. Те трябва да гарантират, че при възникване на аварийна ситуация всички лица, намиращи се на територията на предприятието, ще могат да напуснат бързо и безопасно работните помещения.

6. Задължително във всяко предприятия

тие трябва да са поставени на различни места и на всеки етаж планове на сградите, на които е обозначено къде се намира лицето, което разглежда плана, и кои евакуационни маршрути се препоръчва да използва за пешеходно придвижване до изхода.

7. Аварийните изходи трябва да са ясно обозначени с надписи, стрелки или пиктограми и достъпът до тях да не е ограничен от никакви препятствия.

8. Всеки аварийен изход трябва да може да бъде отворен незабавно, без да е необходимо да се търси ключ, както и без да е необходимо да се преместват никакви препятствия или предмети, за да се ползва изхода.

9. Определените маршрути за евакуация от предприятието трябва да са постоянно осветени. В случай на прекъсване на електроснабдяването, видимостта на маршрутите за евакуация трябва да е гарантирана от системи за аварийно осветление.

Какви практически мерки трябва да предприемем, за да гарантираме изпълнението на необходимите действия при аварийна ситуация

1. Задължително във всяко предприятие трябва:

- да се определи служител, който отговаря за поддръжката на знаците за евакуация при аварийна ситуация;
- да се определи служител, натоварен с извършването на редовни проверки дали всички аварийни из-

ходи и маршрути за евакуация са свободни от препятствия.

2. Във всяко предприятие трябва да се провеждат редовни обучения на целия персонал, относно използваните знаци за предупреждение, за аварийни изходи и за действия по време на аварийни ситуации.

3. Във всяко предприятие трябва да се провеждат редовни обучения относно евакуационните маршрути и аварийните изходи, които се препоръчват с оглед конкретното работно място.

Как да провеждаме учебна евакуация

Учебните евакуации се провеждат с цел служителите да се запознаят с евакуационните процедури и да усвоят предвидените действия в аварийна ситуация.

Добре планирана и изпълнена учебна евакуация при дадена аварийна ситуация (напр. пожар, наводнение, земетресение и др. под.) ще даде важна информация дали служителите разбират дадените им указания.

Целите на учебната евакуация могат да включват, например, следното: установяване на недостатъци на плана и процедурите за евакуация, изпитване на процедурата след внесени изменения в работните практики, запознаване на нови членове на персонала с процедурите и изпитване на плановете за евакуация на хора с увреждания.

Внимание! За да имат полезен ефект, учебните евакуации по повод евентуална аварийна ситуация трябва да се провеждат най-малко един път годишно.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 32

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЗЕМЕТРЕСЕНИЯ

Какво е земетресение

Земетресение е природно явление, причинено от разместване на земната кора. Следствие от земетресение е появата на сеизмична активност (вълни), пораждащи трептения в земните пластове и повърхност. Земетресенията не могат да бъдат предсказвани.

Какво да правим преди земетресения

Земетресенията настъпват внезапно и обикновено не сме подготвени за тях. Но това не означава, че нищо не

ции, рафтове и други здраво към стените;

- » Да поставим по-тежките, обемни и опасни предмети на по-ниски места;
- » Да не поставяме тежки и опасни предмети над обичайните места за сядане;
- » Да поддържаме в изправност електрическата мрежа, ВиК мрежата и газификацията;
- » Да извършваме периодични огледи и при нужда ремонти на сградния фонд;
- » Да търсим експертни съвети при ремонти и реконструкции.

Винаги поддържай специална чанта с най-важните неща в случай на крупна авария или земетресение



можем да направим и просто трябва да чакаме.

Ето няколко съвета какво трябва да направим, за да подсигурием нашата безопасност и на хората около нас.

- 1 Да подсигурием опасните предмети на работното място:

- » Да прикреем шкафове, сек-

- 2 **Внимание!** Едно от основните неща, които трябва да направим с цел превенция е да се обучаваме периодично и да сме информирани.

- » Да познаваме добре нашето предприятие и работно място;
- » Да се информираме за конструкцията на сградата, в която работим – носещи стени,

входове, изходи, опасни предмети, опасни вещества, стълбища и други;

- » Да се информираме за безопасните места в сградата и извън нея - масивни предмети под или до които можем да се скрием, опорни стени или колони и други;
- » Да составим план за евакуация;
- » Да информираме всички работещи около нас и особено нови колеги ;
- » Обучения на колеги и преди всичко на младите работници;
- » Да научим всички на работното място от къде и как се спира електричеството, водата и подаването на газ;
- » Да проиграваме периодично реда за напускане на работното място.

- 3 Да подготвим и поддържаме "Спешна чанта", в която да се съдържат:

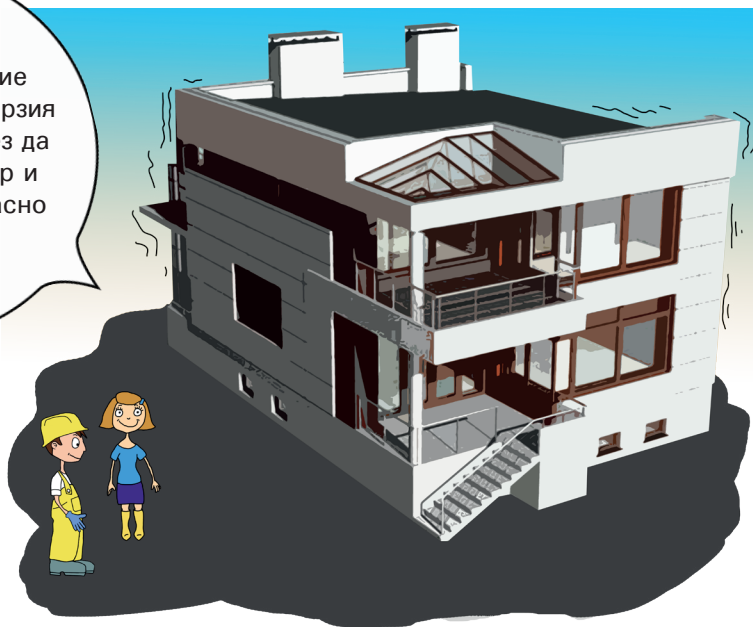
- » Фенер, радио и телефон на батерии;
- » Лични документи – може да държите копие на личните си документи;
- » Превързочни материали;
- » Дълготрайна храна и вода;
- » Дрехи и обувки, според сезона;
- » Портативен комплект инструменти;
- » Основни лекарства;
- » Други принадлежности, които може да са ни от полза.

Какво да правим по време на земетресение

Не се паникьосвайте! Може би много хора разчитат на Вас!

- 1 Застанете на безопасно място и изчакайте да премине първият трясък. Информирайте хората около Вас какво да правят. Ако земетресението е през нощта, събудете всички. Не допускате паника.

При земетресение напусни по най-бързия начин сградата без да ползваш асансьор и изчакай на безопасно разстояние.

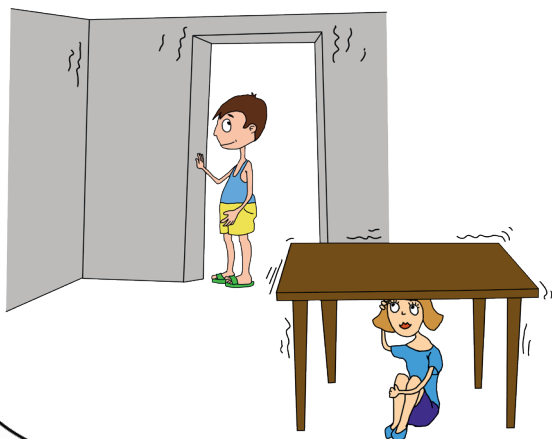


- 2 Излезте навън, само ако може да го направите възможно най-бързо. При напускане на сградата не използвайте асансьора. Бъдете изключително внимателни, ако използвате стълбищата, защото те са доста несигурни, а и тълпата от хора, опитващи се едновременно да ползват стълбищата може да бъде доста опасна.

Ако земетресението Ви заvari в сграда, направете следното:

- Трябва да застанете под здрава и сигурна мебел - маса, бюро, легло и други или под рамката на сигурна и стабилно укрепена врата;
- Трябва да стоите далеч от прозорци, стъкла, нестабилни предмети, вътрешни врати, вътрешни стени, осветителни тела и други;
- Изчакайте трусът да спре и излезте навън, само ако смятате, че можете бързо и безопасно да го направите;

Ако при земетресение не можеш да напуснеш сградата, застани бързо под рамката на врата, под здрава маса или бюро, или под друга защита от падащи предмети.



Ако земетресението Ви завари на открито, направете следното:

- Останете на открито;
- Не влизайте в сгради;
- Стойте далеч от сгради, жици, стълбове и опасни предмети и дървета;
- Изчакайте труса да спре преди да предприемете каквито и да било действия.

Ако земетресението Ви завари в автомобил, направете следното:

- Спрете автомобила;
- Напуснете автомобила;
- Ако сте на мост, слезте по най-бързия начин от моста (с или без автомобила);
- Застанете на открито място;
- Изчакайте труса да спре преди да предприемете каквито и да било действия.

Ако сте затрупан, направете следното:

- Не палете кибрит, свещ или друг вид огън;

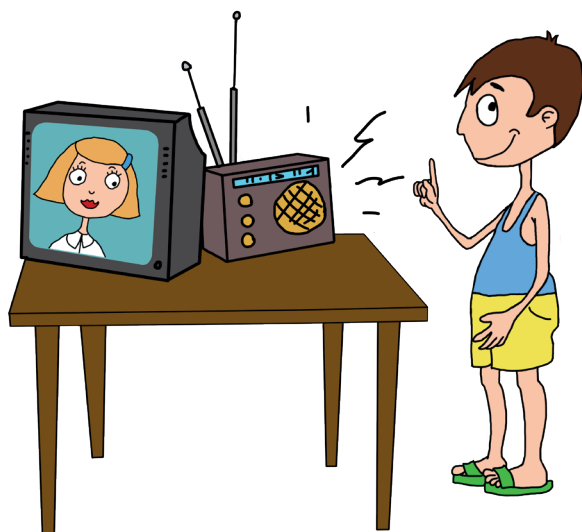
- Не се движете;
- Покрийте носа и устата си с мокра кърпа, парцал, дреха или друг плат, през който да дишате;
- Опитайте се да дадете сигнал на спасителите - светлина, звуков сигнал, чукане по тръби или железа;
- Викайте само в краен случай;
- Опитайте се да пазите силите си. Трябва да знаете, че спасителните операции ще започнат след като това е безопасно. Това може да отнеме известно време.

Какво да правим след земетресение

Запазете спокойствие! Вероятно още повече хора ще разчитат на Вас!

След всяко силно земетресение е възможно да има множество вторични трусове. Някой от тях може и да са силни. Вторичните трусове обикновено са по-слаби, но може да доведат до допълнителни щети. Вторични трусове може да има в часовете, дните, седмиците или месеците след основното земетресение.

При земетресение и крупни аварии, търси информация от официални източници.



След земетресението трябва да съберете колкото се може повече надежна и официална информация. Осведомявайте се само от официални източници – радио, телевизия и официални информационни агенции в интернет. Не вярвайте на неофициална и непотвърдена информация.

Помогнете на пострадалите около Вас. Окажете им първа помощ и уведомете органите на бърза помощ. Не предприемайте действия, в които не сте сигурни.

При земетресение без разрушения направете следното:

- Направете подробен оглед на работното място. Ако имате и най-малки съмнения относно безопасността на сградата не се връщайте в нея и поискайте експертна помощ;
- Направете оглед на електрическата система;
- Направете оглед на ВиК системата;
- Направете оглед на газифициращата система;
- Състоянието на теракота и плочките в банята може да ви

даде важна информация за състоянието на стените зад тях;

- Ако е възможно не оставайте сам.

При земетресения с разрушения направете следното:

- Ако около Вас има разрушения, осведомете органите на реда и спасителните органи.
- Не доближавайте разрушените постройки и слушайте напътствията на оторизираните органи.
- Не предприемайте спасителни операции сами.
- Помогнете, ако има пострадали.
- Използвайте телефона си само за спешни обаждания.
- Ако е възможно и безопасно спрете тока, водата и подаването на газ.

Внимание! В часовете след основното земетресение избягвайте употребата на алкохол и успокоителни лекарства. Може да се наложи да шофирате или да помагате на пострадали. Алкохолът и успокоителните лекарства забавят реакциите и взимането на адекватни решения.

ТЕХНИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОНЕН ЛИСТ № 33

УПРАЖНЕНИЯ ПРИ СЕДЯЩА РАБОТА

Почти всеки, който продължително време работи в една и съща поза и без движения е скован в областта на раменете и врата. Неправилното седене и липсата на движения са отговорни за увеличаване на уврежданията на здравето на много работни места. Затова се опитайте да следвате няколко прости правила:

- както си работите от време на време се протегайте и се разкършете;
- движете се колкото може повече, даже по принуда – поставете принтера или ксерокса например в съседното помещение;
- често се изправяйте на крака;
- ако седите, тогава съзнателно седете изправени.

В отговор на въпроса “Какво можем да направим срещу превития гръб и липсата на движения?”, от Националния център за обществено здраве и анализи при Министерството на здравеопазването представят 5 кратки упражнения, които не отнемат много време (1-2 минути) и са лесноизпълними. Те не изискват специално обучение и умения и затова са широко приложими и особено подходящи за работещи продължително в седяща поза служители в офиси, оператори на различни фази от производствения процес, фиксирани пред компютъра или на гише служители.

За всички упражнения важи: **моля бавно и внимателно!** В никой случай не правете резки силови движения. Концентрирайте се върху тези части от тялото, които движите и

се наслаждавайте на усещанията от тялото си. Така ефектът е много посилен и продължителен. Който има проблеми с гръбнака, предварително трябва да изясни с лекаря си дали упражненията са подходящи за него.

- 1 Упражнение за шията:
Поставете ръцете свободно върху бедрата. Завъртете главата надясно и повдигнете брадичката – вдишайте. Наведете главата напред пред вас – издишайте. Завъртете главата наляво и повдигнете брадичката – вдишайте.



- 2 Упражнение за раменния пояс:
Оставете ръцете до висят свободно и поставете дланите върху бедрата. Издайте раменете напред. Повдигнете раменете и ги изтеглете назад – вдишайте. Отпуснете раменете надолу – издишайте.



- 3 Упражнение за раменния пояс и гръдните прешлени: Отпуснете ръцете свободно надолу от страни на бедрата. Отпуснете раменете напред. При това завъртете палците навътре – издишайте. Опънете раменете назад и при това завъртете палците навън – вдишайте. Отпуснете раменете напред. При това завъртете палците навътре – издишайте.



пръстите на ръцете. Свийте ръцете в юмрук. Разтворете широко пръстите на ръцете. По време на това движение повдигайте ръцете една след друга като ги редувате. Хванете ръцете си и ги опънете колкото можете напред пред Вас на височината на раменете. Наведете главата напред, за да почувствате леко дърпане в областта на врата и раменете.



- 4 Упражнение за кръста: Седнете изправени на стола си. Скръстете ръцете си зад гърба. Притиснете ръцете към облегалката с тяло чрез напъгане на коремните и седалищни мускули – вдишайте. Отпуснете мускулите и премахнете натиска – издишайте.



И накрая, станете, вдигнете нагоре изпънатите си ръце пред вас над главата като поемете дълбоко въздух. Разтворете ръцете с дланите навън и ги спуснете от страни на тялото си надолу. При това издишайте.

Повтаряйте всяко от упражненията по 5 пъти.



- 5 Упражнение за ръце, китки и пръсти: Изпънете ръцете напред. Разтворете широко

IV. ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА

Производствените дейности в сферата "Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети" често се съпровождат от:

- Генериране на опасни отпадъци
- Замърсяване на въздуха
- Замърсяване на почвите и водите
- Натрупване на отпадъци от неизползвани суровини, дефектни продукти, от използвани опаковки на химични вещества, разтворители, катализатори и др.
- Изгаряне на промишлени отпадъци

Посочените до тук многобройни рискове, възникващи в процеса на реализиране на дейностите по търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети, създават реални заплахи за здравето, а в особено тежките случаи – и за живота както на работещите, така и на клиентите, на живеещите в близост до работните площадки и до производствените съоръжения.

Това налага собствениците, ръководителите и самият персонал на предприятията да създават такива условия на труд и такива условия за опазване на околната среда, които не водят до рискове за здравето, професионални заболявания и злополуки при работа на персонала на фирмата, подизпълнителите и други, свързани с дейността, лица.

Тази цел може да се постигне чрез:

- Реализация на по-високи от минималните изисквания, определени нормативно за опазване на здравето

на работещите и осигуряването на тяхната безопасност при работа, с което да осъществи по-добро ниво на предпазване на работещите.

- Прилагане на принципа на превантивност, който се състои в предприемане на мерки за предотвратяване/недопускане на професионалните рискове, пораждащи трудови злополуки и професионални заболявания в трудовия процес, като мерките за осигуряване на ЗБУТ се разработват и внедряват във всички фази на инвестиционния процес, в етапа на проектиране на сградите и съоръженията и конструирането на оборудването и технологиите, като по този начин най-големите рискове се отстраняват предварително.

- Извършване на периодичен екологичен преглед на всички дейности на предприятието, свързани с околната среда и въздействието върху нея, при изпълнение на дейностите на организацията и определяне, контрол и управление на аспектите на околната среда.

- Провеждане на комплекс от дейности за опазване на околната среда, които са насочени към предотвратяване на деградацията на околната среда, към нейното възстановяване, запазване и подобряване.

- Планирано и редовно провеждане на обучение за повишаване квалификацията на персонала, за постоянни и измерими подобрения в работата, за осигуряване на здравословни и безопасни условия на труд и опазване на околната среда.

- Прилагане на подходящи методи и мерки за повишаване на мотивацията на персонала за участие във всички процеси на подобрене, свързани с постигане на целите на организацията, за качество на извършваните СМР, здравословни и безопасни условия на труд и опазване на околната среда.

- Непрекъснато поддържане в изправност на машините, съоръженията и инсталациите за гарантиране на здравословни и безопасни условия на труд и за опазване на околната среда.

- Непрекъснато подобряване опазването на околната среда чрез инвестиране в технологии за предотвратяване и намаляване замърсяването на атмосферния въздух, водите и управление на отпадъците.

- Икономично потребление на производствените и природни ресурси – електроенергия и вода.

- Развитие и поддържане на практиката за повторно използване и рециклиране на генерираните неопасни отпадъци и правилното им оползотворяване.

Неразделна част от доброто управление на една компания в икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ е рационалното и екологосъобразно управление на отпадъците, които често съдържат ценни или опасни за околната среда компоненти. Това изисква полагане на усилия за централизиране и създаване на организация за разделно и безопасно съхранение и законосъобразно предаване на отпадъците. Резултатът е ограничаване на вредното въздействие от опасните вещества върху човешкото здраве и

околната среда.

Какви действия следва да предприеме ръководството, ако наистина желае да не допусне негативно влияние на дейности при производство на химически вещества върху околната среда:

- да ръководи своята дейност в областта на здравословните и безопасни условия на труд, правото на труд и околната среда съгласно най-високите български и международни стандарти;

- Да съобщава и разпространява информация за здравословните и безопасни условия на труд и опазването на околната среда на вътрешните и външните „заинтересовани лица“;

- Да насърчава използването на най-модерни технологии с цел постигане на най-високи здравословни и безопасни условия на труд и защита на околната среда;

- Да оценява и ограничава въздействието върху околната среда на своите продукти и услуги през целия им жизнен цикъл;

- Да използва отговорно ресурсите с оглед постигането на устойчиво развитие в защита на околната среда и правата на бъдещите поколения;

- Да определя и поддържа необходимите процедури за оценка и избор на доставчици и поддоставчици на базата на тяхното ниво на социална и екологична отговорност;

- Да привлече към тази кауза всички нива на организацията и всички нейни служители.

V. БЕЗОПАСНОСТ НА ВЪНШНИ ЛИЦА, НАМИРАЩИ СЕ НА РАБОТНАТА ПЛОЩАДКА ИЛИ В РАБОТНОТО ПОМЕЩЕНИЕ

Как да осигурим безопасност на външни лица, намиращи се на работната площадка или в работните помещения

Изключително разнообразните и често опасни дейности в сферата на Икономическата дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“ налагат специални мерки за опазване живота и здравето на външни лица.

За да се постигне тази цел в предприятието ви, е необходимо да имате положителен отговор на следните въпроси:

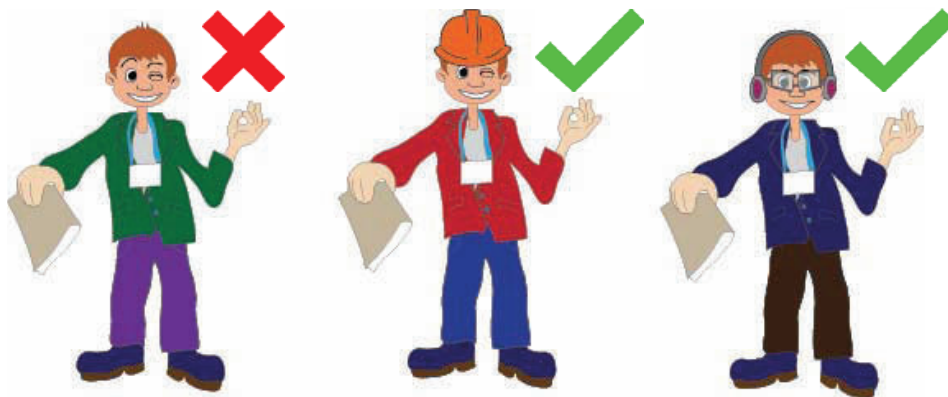
1. Предотвратен ли е достъпът на

външни лица до опасните места (опасни работни дейности, пътища за придвижващи се превозни средства, височина, съхраняване на суровини, химикали и течности и др.)?

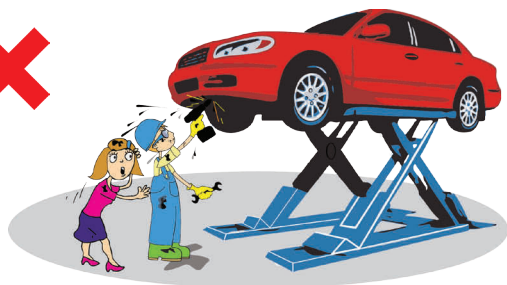
2. Сведен ли е до минимум рискът от пожар, който може да бъде причинен от външни лица?

3. Запознати ли са външните лица с опасностите на територията на предприятието?

4. Спазват ли се изискванията, свързани с безопасността на труда на младите работници?



Задължително осигури на външните посетители подходящи предпазни средства и изисквай да бъдат използвани!



Задължително информирайте външните лица как да се пазят от опасностите и на кои места не трябва да ходят!



5. Направени ли са подходящи заграждения и обезопасяване на машини и съоръжения в производствените помещения и лаборатории?

6. Поддържат ли се в добро състояние създадените заграждения и ефективно ли предотвратяват достъпа на външните лица до опасните зони?

ОПАСНОСТ!

1. Дръжте децата настрана от производствените дейности и движението на превозните средства.

2. При поява на деца на места, където се извършват дейности складиране на товари и други спомагателни дейности, задължително се спира работата и децата се отвеждат настрана.

Предпазни и предупредителни мерки

1. Задължително поставяйте предупредителни знаци на опасните места и обяснявайте на външните лица тяхното значение.

2. Информирайте външните лица как да се пазят от опасностите и на кои места не трябва да ходят.

3. Осигурявайте подходящи лични предпазни средства за външните лица, които се налага да бъдат на територията на предприятието.

VI. ЗНАЦИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ И ЗДРАВЕ ПРИ РАБОТА



**ПУШЕНОТО
ЗАБРАНЕНО**



**ПУШЕНОТО И ПАЛЕНЕТО НА
ОТКРИТ ОГЪН СА ЗАБРАНЕНИ**



**ЗАБРАНЕНО ЗА
ПЕШЕХОДЦИ**



**ЗАБРАНЕНО Е
ГАСЕНЕТО С ВОДА**



**ЗАБРАНЕНО Е
ПИЕНЕТО НА ВОДАТА**



**ДОСТЪПЪТ НА ВЪНШНИ
ЛИЦА Е ЗАБРАНЕН**



НЕ ПИПАЙ!



**ДОСТЪПЪТ НА
ИНДУСТРИАЛНИ ПРЕВОЗНИ
СРЕДСТВА Е ЗАБРАНЕН**



**ЗАБРАНЕНО Е
ПРЕГРАЖДАНЕТО
НА ПЪТЯ**



**ЗАБРАНЕНИ СА
СТИФИРАНЕТО И
СКЛАДИРАНЕТО**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ЗАЩИТНИ ОЧИ**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ЗАЩИТНА КАСКА**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
АНТИФОНИ**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ
НА СРЕДСТВА ЗА ЗАЩИТА НА
ДИХАТЕЛНИТЕ ПЪТИЩА**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ЗАЩИТНИ БОТУШИ**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ЗАЩИТНО ОБЛЕКЛО**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ЗАЩИТА ЗА ЛИЦЕТО**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО
ИЗПОЛЗВАНЕ НА
ПРЕДПАЗНИ КОЛАНИ**



**ОБЩ
ЗАДЪЛЖИТЕЛЕН
ЗНАК**



**ЗАДЪЛЖИТЕЛНО ДВИЖЕНИЕ НА
ПЕШЕХОДЦИТЕ ПО
ОБОЗНАЧЕНИТЕ ЗА ЦЕЛТА МЕСТА**



**ЛЕСНО
ВЪЗПЛАМЕНИМ
МАТЕРИАЛ**



**ЕКСПЛОЗИВНО
ВЕЩЕСТВО**



**ТОКСИЧНО
ВЕЩЕСТВО**



**РАЗЯЖДАЩО
ВЕЩЕСТВО**



**РАДИОАКТИВНО
ВЕЩЕСТВО**



ВИСЯЩ ТОВАР



**ИНДУСТРИАЛНИ
СРЕДСТВА**



**ОПАСНОСТ!
ВИСОКО
НАПРЕЖЕНИЕ**



**ВНИМАНИЕ!
ОПАСНОСТ**



ЛАЗЕРЕН ЛЪЧ



ОКИСЛИТЕЛ



**НЕЙОНИЗИРАЩО
ЛЪЧЕНИЕ**



**СИЛНО МАГНИТНО
ПОЛЕ**



**ОПАСНОСТ ОТ
СПЪВАНЕ**



**ОПАСНОСТ ОТ
ПАДАНЕ**



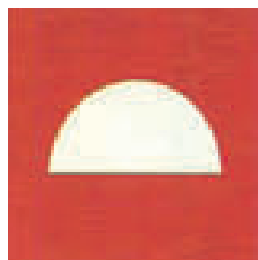
**БИОЛОГИЧЕН
РИСК**



**НИСКА
ТЕМПЕРАТУРА**



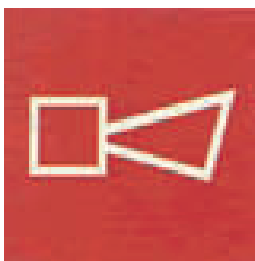
**ВРЕДЕН ИЛИ ДРАЗНЕЩ
МАТЕРИАЛ**



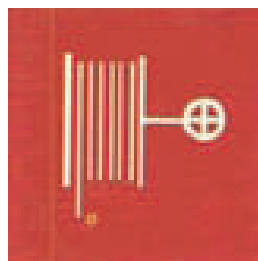
**ВИСОКА
ТЕМПЕРАТУРА**



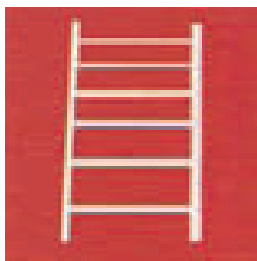
**АЛАРМЕНО
УСТРОЙСТВО**



**АЛАРМЕНО
УСТРОЙСТВО**



**ПРОТИВОПОЖАРЕН
МАРКУЧ**



СТЪЛБА



**РЪЧНО ЗАДЕЙСТВАЩО
СЕ ПОЖАРОГАСИТЕЛНО
ИЛИ ИЗВЕСТИТЕЛНО
УСТРОЙСТВО**



ПОЖАРОГАСИТЕЛ

VII. КРАТЪК ТЕСТ ЗА САМОПРОВЕРКА НА ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ ПО БЗР

Многобройните проучвания на причините за увреждане на здравето и на живота на работещите сочат, че много често основна причина за това са човешките грешки. Грешките пък са резултат както на незнание, така и на невнимание, подценяване, пренебрегване и елементарно забравяне на правила и добри практики.

За да помогнем да намалите подобни грешки и пропуски в ежеднезната си работа, Ви предлагаме да проверите знанията и уменията си по безопасност и здраве при работа като отговорите на въпроси в следния кратък тест:

№	ВЪПРОСИ	Отговор ДА	Отговор НЕ
1	Знаеш ли с какви химикали работиш?		
2	Когато работиш с различни химични вещества, носиш ли защитно облекло (предпазни средства) и осигурени ли са средства за обеззаразяване и измиване след приключване на работа?		
3	Знаеш ли как да използваш личните предпазни средства, които са ти необходими при ремонт на автомобил?		
4	Знаеш ли как да действаш при попадане на химикал в очите?		
5	На съда (бутилката), в който си налял химикал, има ли надпис за съдържанието ѝ?		
6	Знаеш ли, че се забранява работа с машина за шлифване, на която прекъсвачът не включва и изключва?		
7	Знаеш ли, че е забранено да се насочва въздушна струя от компресора към хора?		
8	Знаеш ли каква е първата помощ, която трябва да се окаже на пострадал от топлинен удар?		
9	Знаеш ли как да си облечен, когато работиш на съоръжения с голяма височина?		
10	Знаеш ли какво означава „третичков контакт“ при качване и слизване от складови съоръжения?		

№	ВЪПРОСИ	Отговор ДА	Отговор НЕ
11	Когато управляваш съоръжения за натоварване или разтоварване на товари, уговорил ли си с помощния персонал как ще подаваш сигнал „тръгвам“ и „спирам“?		
12	Вярно ли е, че е забранено насочването на водната струя на пароструйката срещу човек, животно или електрически съоръжения?		
13	Когато си работник по поддръжката на машините и съоръженията при складиране на товари, знаеш ли как трябва да оставяш ръчните електрически инструменти, с които работиш, по време на почивка?		
14	Знаеш ли как да разположиш кабелите на офис техниката, с която работиш?		
15	Знаеш ли, че е абсолютно забранено, когато работиш с ръчни електрически абразивни, пробивни и др. инструменти, да ги подаваш от ръка в ръка при включено положение?		
16	Правилно ли е при повдигане на тежест да използваш мускулите на краката, а не на гърба?		
17	Знаеш ли, че производствени дейности в помещения с ограничени размери, задължително се извършват от работен екип, състоящ се най-малко от двама души?		
18	Знаеш ли каква е първата помощ, която да окажеш на пострадал при счупвания?		
19	Знаеш ли какво да правиш по време на пожар?		
20	Знаеш ли как да информираш външни лица за рисковете на територията на предприятието?		

Указания за теста:

Прочети въпросите и отговори на онези от тях, които се отнасят за твоите служебни задължения.

Внимание! Ако на повече от една трета от въпросите даваш отговор „НЕ“, рискът да попаднеш в производствен инцидент, или да претърпиш трудова злополука е значителен.

VIII. СПИСЪК НА ИЗПОЛЗВАНИТЕ ИНФОРМАЦИОННИ ИЗТОЧНИЦИ

1. <http://www.gli.government.bg/page.php?c=55>
2. <https://osha.europa.eu/bg/topics>
3. <https://osha.europa.eu/bg/riskobservatory>
4. <http://www.ilo.org/global/topics/lang--en/index.htm>
5. <http://www.eurofound.europa.eu/index.htm>
6. <http://www.eurofound.europa.eu/eiro/surveyreports.htm>
7. <http://ec.europa.eu/social/home.jsp?langld=bg>
8. <http://www.who.int/en/>
9. <http://www.safework.ru/>
10. <http://www.nssi.bg/aboutbg/st/statistic/304-tzpb/infotz>
11. <http://www.bad-gmbh.de/>
12. Подобряване на качеството и на производителността на труда: стратегия на Общността за здравословни и безопасни условия на труд за периода 2007–2012 г.
13. Европейска рамкова директива за безопасността и здравето при работа (Директива 89/391 ЕИО), приета през 1989 г.
14. Директива 91/322/ЕИО на комисията от 29 май 1991 година за установяване на примерни пределно допустими норми в приложение на Директива 80/1107/ЕИО на Съвета за защита на работниците от рискове, свързани с излагане на въздействието на химични, физични и биологични агенти по време на работа
15. Директива 89/654 ЕИО (работни места)
16. Директива 89/655 ЕИО (работни съоръжения)
17. Директива 89/656 ЕИО (лични предпазни средства)
18. Директива 90/269 ЕИО (ръчна обработка на товари)
19. Директива 90/270 ЕИО (екранно оборудване)
20. Директива 92/58/ЕИО (знаци за безопасност и/или здраве по време на работа)
21. Кодекс на труда
22. Закон за здравословни условия и безопасни условия на труд

IX. СЪДЪРЖАНИЕ

I. ОБЩИ ПОЛОЖЕНИЯ.....3

II. ОСНОВНИ ОПАСНОСТИ И СТЕПЕН НА РИСКА7

III. НАЧИНИ ЗА ПРЕМАХВАНЕ ИЛИ НАМАЛЯВАНЕ НА РИСКА ОТ ЗЛОПОЛУКИ И ПРОФЕСИОНАЛНИ БОЛЕСТИ. МЕРКИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ В ТЪРГОВИЯТА НА ЕДРО И ДРЕБНО С АВТОМОБИЛИ И МОТОЦИКЛЕТИ, ТЕХНИЧЕСКО ОБСЛУЖВАНЕ И РЕМОНТ9

№ 1 Какви са основните рискове за здравето на заетите в професия „Автомеханик“ и какви превантивни мерки и методи на работа могат да минимизират нивото на риск 11

№ 2 Какви са основните рискове за здравето на заетите в професия „Приемчик автосервиз“ и какви превантивни мерки и методи на работа могат да минимизират нивото на риск 18

№ 3 Какви са основните рискове за здравето на заетите в професиите „Отговорник на склад“ и „Рецепционист на сервиз“ и какви превантивни мерки и методи на работа могат да минимизират нивото на риск.....21

№ 4 Какви са основните рискове за здравето на заетите в професията „Специалист продажби“ и какви превантивни мерки и методи на работа могат да минимизират нивото на риск.....25

№ 5 Какви са основните рискове за здравето на заетите в професията „Търговец“ и какви превантивни мерки и методи на работа могат да минимизират нивото на риск.....29

№ 6 Какво трябва да знам за наличието на химически агенти и вещества на работното ми място.....32

№ 7 Как да работя безопасно с химически вещества.....33

№ 8 Как да работя безопасно при техническо обслужване и ремонт на автомобили40

№ 9 Лични предпазни средства42

№ 10 Как да работя безопасно с дразнещи препарати46

№ 11 Как да работя безопасно с антифриз.....49

№ 12 Как да работя безопасно при гресиране и смяна на масло на МПС50

№ 13 Рискове при работа на открито.....52

№ 14 Как да работя безопасно с подемно-транспортна техника58

№ 15 Как да работя безопасно при ръчни товаро-разтоварни работи при дейността „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети“62

№ 16 Как да работя безопасно с ръчни инструменти.....64

№ 17 Как да работя безопасно с крик	67
№ 18 Как да работя безопасно с ръчни електрически инструменти.....	68
№ 19 Как да работя безопасно с ръчна шлифоваща машина.....	70
№ 20 Как да работя безопасно с електрожен	71
№ 21 Как да работя безопасно с въздушен компресор	73
№ 22 Как да работя безопасно с пароструйка	75
№ 23 Как да работя безопасно с ръчни преносими пневматични инструменти.....	76
№ 24 Как да работя безопасно в шумна среда.....	77
№ 25 Как да работя безопасно с тежести	79
№ 26 Препоръки за безопасна работа в офис	83
№ 27 Как да се предпазя от подхлъзване, спъване и падане от едно ниво.....	86
№ 28 Как да окажеш помощ при удар от електрически ток.....	88
№ 29 Как да окажеш първа долекарска помощ	90

№ 30 Противопожарна безопасност и действия при пожари	97
№ 31 Действия по време на аварийни ситуации в икономическа дейност „Търговия, обслужване и ремонт на автомобили и мотоциклети”	105
№ 32 Действия при земетресения	107
№ 33 Упражнения при седяща работа	112

IV. ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА..... 114

V. БЕЗОПАСНОСТ НА ВЪНШНИ ЛИЦА, НАМИРАЩИ СЕ НА РАБОТНАТА ПЛОЩАДКА ИЛИ В РАБОТНОТО ПОМЕЩЕНИЕ 116

VI. ЗНАЦИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ И ЗДРАВЕ ПРИ РАБОТА..... 118

VII. КРАТЪК ТЕСТ ЗА САМОПРОВЕРКА НА ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ ПО БЗР 122

VIII. СПИСЪК НА ИЗПОЛЗВАНИТЕ ИНФОРМАЦИОННИ ИЗТОЧНИЦИ 124

IX. СЪДЪРЖАНИЕ 125