

SZKOLENIE WSTĘPNE

Instruktaż ogólny



Bezpieczeństwo i higiena pracy

„Bezpieczeństwo i higiena pracy” jest to zespół warunków pracy, w którym eliminuje się zagrożenia dla zdrowia i życia zatrudnionych pracowników



Bezpieczeństwo pracy
to wszelkie działania
służące zapobieganiu
urazom
→ wypadkom przy pracy



Higiena pracy
to działania i środki
zapobiegające
→ chorobom zawodowym



Źródła prawa pracy

Przepisy obowiązujące powszechnie:

- ☐ **Konstytucja**
- ☐ **Kodeks pracy**
- ☐ **Inne ustawy**
- ☐ **Rozporządzenia**
- ☐ **Polskie normy**
- ☐ **Normy branżowe**

Specyficzne źródła prawa:

- ☐ **Regulaminy pracy**
- ☐ **Układy zbiorowe pracy**
- ☐ **Przepisy wewnątrzzakładowe**
- ☐ **Umowy międzynarodowe**
- ☐ **Zasady BHP**





Uwarunkowania prawne

1. Kodeks Pracy

- Nadrzędny akt prawny regulujący ochronę pracy;
- Określa prawa i obowiązki stron stosunku pracy, które z chwilą zawarcia umowy o pracę stają się obowiązujące;
- W przypadku zaniechania ich realizacji, każda ze stron, do której odnosi się zarzut zaniechania, ponosi skutki prawne tego czynu.



Kodeks Pracy

- § 1. Nie wolno dopuścić pracownika do pracy, do której wykonywania nie posiada on wymaganych kwalifikacji lub potrzebnych umiejętności, a także dostatecznej znajomości przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.
- § 2. Pracodawca jest obowiązany zapewnić przeszkolenie pracownika w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy przed dopuszczeniem go do pracy oraz prowadzenie okresowych szkoleń w tym zakresie.
- § 3. Pracownik jest obowiązany potwierdzić na piśmie zapoznanie się z przepisami oraz zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy.

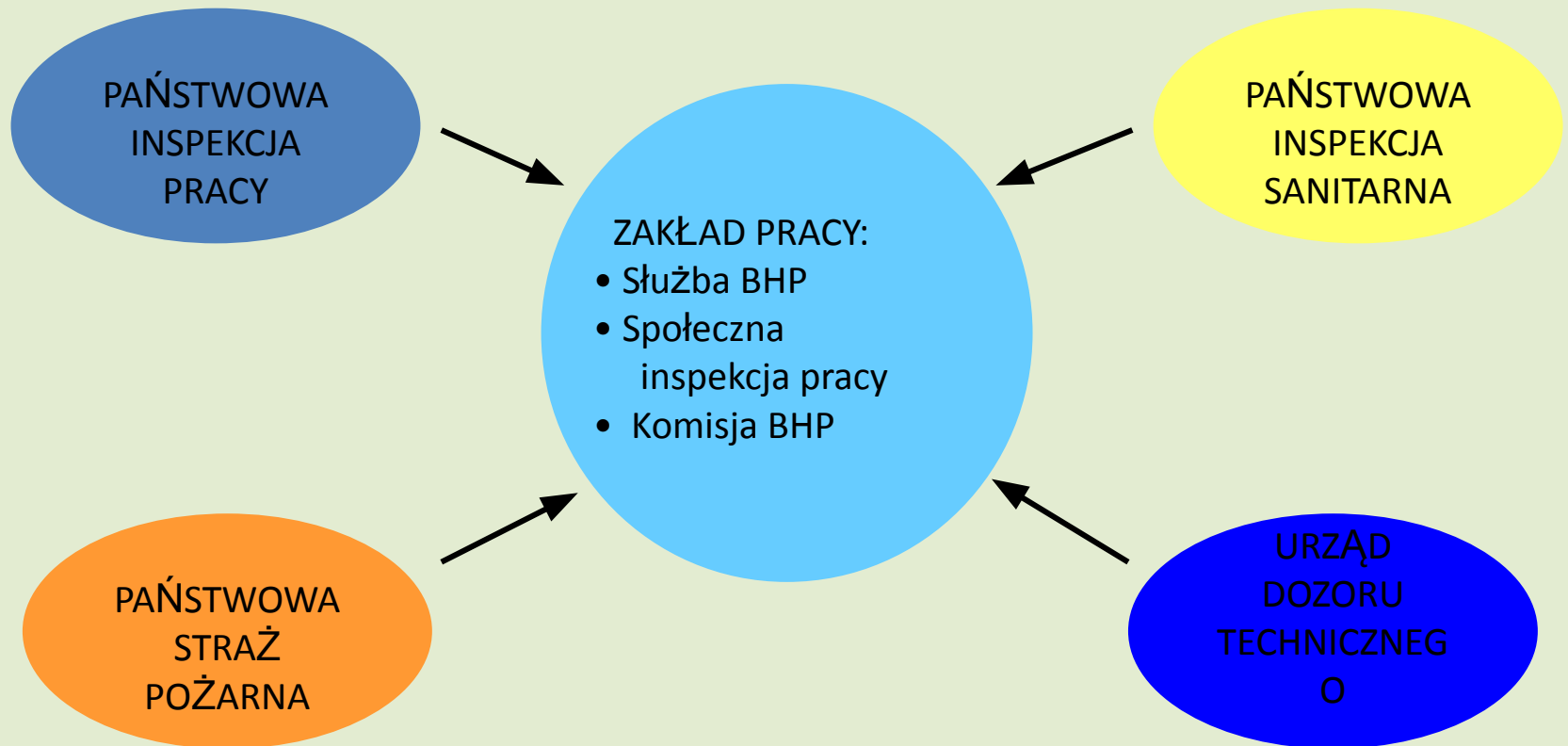
Kodeks Pracy
DZIAŁ I
Przepisy ogólne

***Pracodawca jest obowiązany zapewnić pracownikom
bezpieczne i higieniczne warunki pracy (art. 15)***



Nadzór nad bezpieczeństwem i warunkami pracy

Zewnętrzne i wewnętrzne organy nadzoru



Rozporządzenia Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz. U. Nr 180, poz. 1860)

Celem szkolenia jest uzyskanie przez uczestników wiedzy i umiejętności w zakresie:

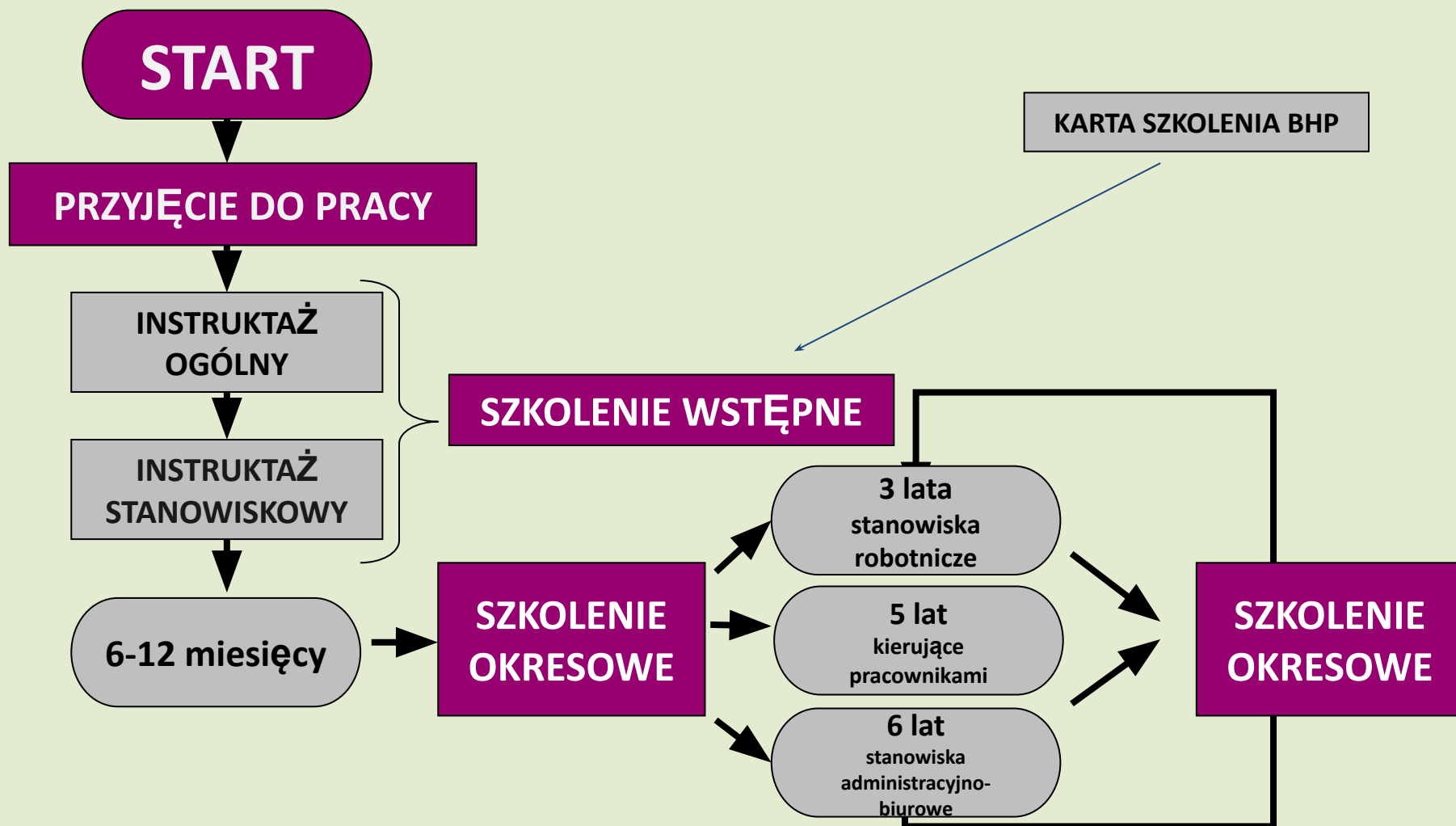
- zagadnień dotyczących bezpieczeństwa i higieny pracy,
- kształtowania bezpiecznych i higienicznych warunków pracy,
- identyfikacji zagrożeń występujących w procesie pracy oraz ryzyka związanego z tymi zagrożeniami,
- metod ochrony przed zagrożeniami,
- postępowania w razie wypadku oraz w sytuacjach zagrożeń,
- obowiązków pracownika i pracodawcy w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy.

Szkolenie w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy

1. Szkolenie wstępne
 2. Szkolenie okresowe
- Szkolenia wstępne i okresowe pracowników odbywają się w czasie pracy i na koszt pracodawcy.
 - Za czas szkolenia pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia.



System szkoleń BHP



Szkolenie wstępne

Instruktaż ogólny

- Wszyscy nowozatrudnieni pracownicy, studenci, uczniowie rozpoczynający pracę, staż lub praktyki zawodowe.

Instruktaż stanowiskowy

Zapewnia uczestnikom szkolenia zapoznanie się z:

- czynnikami środowiska pracy występującymi na ich stanowiskach pracy,
- ryzykiem zawodowym związanym z wykonywaną pracą,
- sposobami ochrony przed zagrożeniami, jakie mogą powodować te czynniki,
- metodami bezpiecznego wykonywania pracy na stanowiskach.

Zawarcie stosunku pracy



Przez nawiązanie stosunku pracy pracownik zobowiązuje się do wykonywania pracy określonego rodzaju na rzecz pracodawcy i pod jego kierownictwem oraz w miejscu i czasie wyznaczonym przez pracodawcę, a pracodawca – do zatrudniania pracownika za wynagrodzeniem.

(Kodeks pracy art. 22 § 1.)

Zawarcie stosunku pracy

Rodzaje umów o pracę:

- Okres próbny (do 3 miesięcy)
- Na czas określony
- Na czas nieokreślony

Umowę o pracę zawiera się na piśmie, określając w niej: strony umowy, rodzaj umowy, datę jej zawarcia oraz warunki pracy i płacy, a w szczególności:

- rodzaj pracy,
- miejsce jej wykonywania,
- wynagrodzenie z wyszczególnieniem jego składników,
- wymiar czasu pracy,
- termin jej rozpoczęcia.

Ustanie stosunku pracy

Rozwiązanie umowy o pracę następuje:

- ❖ Na mocy porozumienia stron
- ❖ Za wypowiedzeniem
- ❖ Bez wypowiedzenia
- ❖ Poprzez wygaśnięcie (z upływem czasu na jaki umowa została zawarta lub zakończeniem pracy, dla której była zawarta)

Czas pracy

Kodeks pracy definiuje czas pracy jako czas, w którym pracownik pozostaje w dyspozycji pracodawcy w zakładzie pracy lub w innym wyznaczonym do wykonywania pracy miejscu.



Czas pracy

- Czas pracy nie może przekraczać **8 godzin na dobę** i **przeciętnie 40 godzin w przeciętnie pięciodniowym tygodniu pracy** w przyjętym okresie rozliczeniowym nie przekraczającym 4 miesięcy.
- Tygodniowy czas pracy łącznie z godzinami nadliczbowymi nie może przekraczać przeciętnie 48 godzin w przyjętym okresie rozliczeniowym.
- Liczba godzin nadliczbowych nie może przekroczyć dla danego pracownika 150 godzin w roku kalendarzowym.
- W każdej dobie pracownikowi przysługuje prawo do co najmniej **11 godzin**, a w każdym tygodniu do co najmniej 35 godzin nieprzerwanego odpoczynku.

Urlopy pracownicze

Każdy pracownik zatrudniony na podstawie umowy o pracę ma prawo do nieprzerwanego corocznego, płatnego urlopu wypoczynkowego.



Urlopy pracownicze

- Na wniosek pracownika urlop może być podzielony na części, pod warunkiem, że jedna część wypoczynku trwa co najmniej 14 kolejnych dni kalendarzowych.
- Wymiar urlopu wynosi:
 - **20 dni** przy stażu pracy trwającym krócej niż 10 lat
 - **26 dni** przy stażu pracy trwającym co najmniej 10 lat
- Pracodawca udziela pracownikowi urlopu w roku kalendarzowym, w którym pracownik uzyskał do niego prawo.

Kodeks Pracy

DZIAŁ X

BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA PRACY

- Obowiązki pracodawcy
- Prawa i obowiązki pracownika
- Profilaktyczna opieka zdrowotna nad pracownikami
- Wypadki przy pracy

Podstawowe obowiązki pracodawcy

- Zapoznanie pracowników podejmujących pracę z zakresem obowiązków, sposobem wykonywania pracy oraz uprawnieniami
- Ocenianie i dokumentowanie ryzyka zawodowego związanego z wykonywaną pracą
- Ochrona zdrowia i życia pracowników przez zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy przy odpowiednim wykorzystaniu osiągnięć nauki i techniki
- Zapewnienie przestrzegania w zakładzie pracy przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy
- Wydawanie poleceń usunięcia uchybień i kontrolowanie wykonania tych poleceń
- Wykonywanie nakazów, wystąpień, decyzji i zarządzeń wydawanych przez organy nadzoru nad warunkami pracy
- Terminowa i prawidłowa wypłata wynagrodzenia



Podstawowe obowiązki pracodawcy

Pracodawca jest obowiązany zapewnić odpowiednie środki ochrony indywidualnej lub zbiorowej dla pracowników zatrudnionych w przedsiębiorstwie:

- ❖ jeżeli odzież własna pracownika może ulec zniszczeniu lub znacznemu zabrudzeniu;
- ❖ ze względu na wymagania technologiczne i bhp;
- ❖ przy pracach związanych z bezpośrednią obsługą maszyn, powodujących intensywne brudzenie lub skażenie odzieży i obuwia środkami chemicznymi

Pracodawca nie może dopuścić pracownika do pracy bez środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, przewidzianych do stosowania na danym stanowisku pracy.

Pracodawca jest obowiązany zapewnić, aby stosowane środki ochrony indywidualnej oraz odzież i obuwie robocze posiadały właściwości ochronne i użytkowe, oraz zapewnić odpowiednio ich pranie, konserwację, naprawę, odpylanie i odkażanie.



Dodatkowe obowiązki pracodawcy

- Profilaktyczna opieka zdrowotna
- Postępowanie w sprawie wypadków przy pracy i chorób zawodowych
- Szkolenia w zakresie BHP
- Przydział środków ochrony indywidualnej
- Powołanie służby bhp



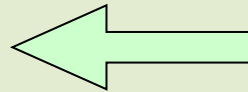
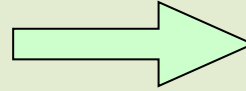
Obowiązki pracownika



- Znać przepisy bhp, brać udział w szkoleniach oraz poddawać się egzaminom sprawdzającym,
- Wykonywać prace sumiennie, zgodnie z przepisami i zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy oraz stosować się do wydawanych poleceń i wskazówek przełożonych,
- Dbać o dobro zakładu, a także należyty stan maszyn, urządzeń, narzędzi i sprzętu oraz porządek i ład w miejscu pracy,
- Stosować środki ochrony zbiorowej, a także używać przydzielonych środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, zgodnie z ich przeznaczeniem
- Poddawać się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zleconym badaniom lekarskim i stosować się do wskazań lekarskich,
- Niezwłocznie zawiadomić przełożonego o zauważonym wypadku przy pracy lub zagrożeniu i ostrzec współpracowników.

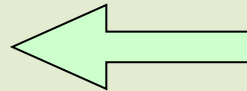
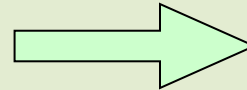
Prawa pracownika

Prawo do
bezpiecznej pracy



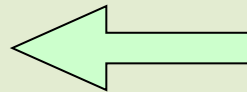
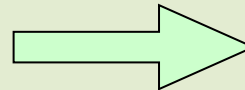
Prawo do wynagrodzenia

Prawo do urlopu



Prawo do opieki lekarskiej

Ochrona pracy kobiet



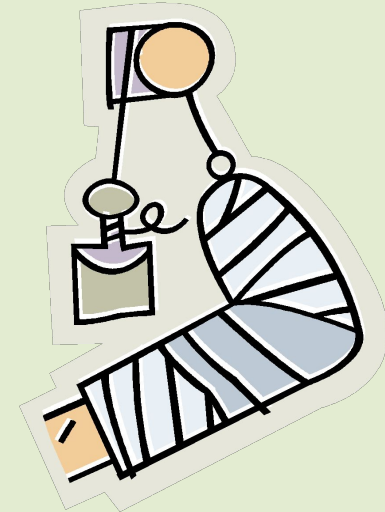
Ochrona
pracy młodocianych

Prawa pracownika (art. 210 KP)

1. Pracownik ma prawo powstrzymać się od wykonywania pracy, jeśli warunki pracy nie odpowiadają przepisom bezpieczeństwa i higieny pracy i stwarzają bezpośrednie zagrożenia dla zdrowia lub życia pracownika, lub gdy wykonywana przez niego praca grozi takim niebezpieczeństwem innym osobom.
2. Pracownik ma prawo powstrzymać się od wykonywania pracy wymagającej szczególnej sprawności psychofizycznej w przypadku, gdy jego stan psychofizyczny nie zapewnia bezpiecznego wykonywania pracy i stwarza zagrożenie dla innych osób.



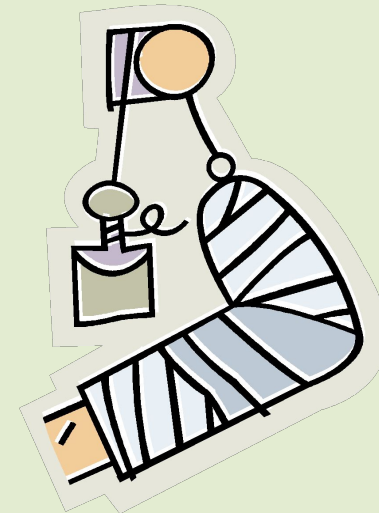
W każdym przypadku pracownik musi zawiadomić o tym niezwłocznie przełożonego



Prawa pracownika (art. 210 KP)

Pracownik ma prawo oddalić się z miejsca zagrożenia, zawiadamiając o tym niezwłocznie przełożonego, jeżeli :

powstrzymanie się od wykonywania pracy nie usuwa bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia lub życia pracownika



Odpowiedzialność karna

Kodeks Karny art. 220 §1

„Kto, będąc odpowiedzialnym za bezpieczeństwo i higienę pracy, nie dopełnia wynikającego stąd obowiązku i przez to naraża pracownika na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu – podlega karze pozbawienia wolności do lat 3”



Odpowiedzialność porządkowa



- Odpowiedzialności porządkowej podlegają wszyscy pracownicy zakładu pracy
- Wobec pracowników, którzy nie przestrzegają przepisów stosuje się kary porządkowe

O zastosowanej karze pracodawca

[zawiadamia pracownika na piśmie](#)

wskazując rodzaj naruszenia obowiązków pracowniczych i datę dopuszczenia się pracownika tego naruszenia oraz informując go o prawie zgłoszenia sprzeciwu i terminie jego wniesienia.

Odpowiedzialność porządkowa

(Art. 108-113 KP)

- Za nieprzestrzeganie przez pracownika ustalonego porządku, regulaminu pracy,
- Przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ochrony przeciwpożarowej

pracodawca może stosować:

- ⇒ karę upomnienia
- ⇒ karę nagany



- Za nieprzestrzeganie przez pracownika przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ochrony przeciwpożarowej,
- Opuszczanie pracy bez usprawiedliwienia, stawianie się do pracy w stanie nietrzeźwości lub spożywanie alkoholu w czasie pracy

pracodawca może również stosować:

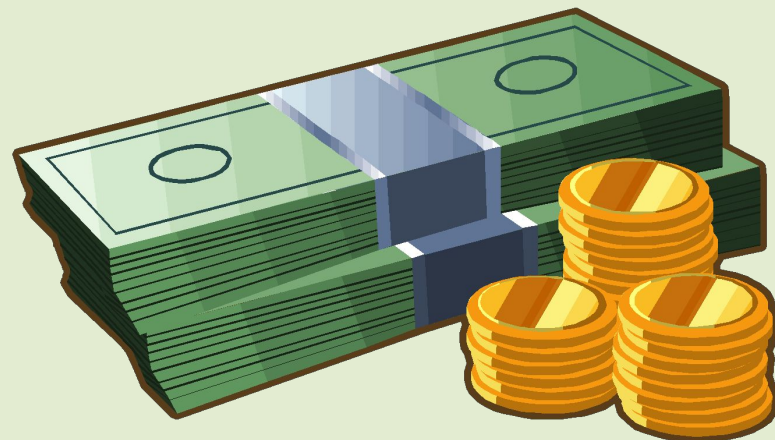
- ⇒ karę pieniężną

Kara pieniężna nie może być wyższa od jednodniowego wynagrodzenia pracownika, a łącznie kary pieniężne nie mogą przewyższać 1/10 części wynagrodzenia przypadającego pracownikowi do wypłaty.

Zgodnie z art. 109 § 1 Kodeksu Pracy,
kara nie może być zastosowana:

- po upływie 2 tygodni od powzięcia wiadomości o naruszeniu obowiązku pracowniczego,
- po upływie 3 miesięcy od dopuszczenia się tego naruszenia.

Przed zastosowaniem kary pracodawca ma obowiązek wysłuchać pracownika
(art. 109 § 2 Kodeksu Pracy)



Profilaktyczna opieka zdrowotna



- Pracownicy podlegają badaniom lekarskim:
 - wstępnym,
 - okresowym,
 - kontrolnym.

- W celu zapewnienia pracownikom opieki zdrowotnej, pracodawca zobowiązany jest zawrzeć umowę z zakładem opieki zdrowotnej lub lekarzem prowadzącym praktykę lekarską.

- PRACODAWCA ponosi koszty badań lekarskich oraz inne koszty profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami, niezbędne ze względu na warunki pracy.

Wstępne badania lekarskie

- ✓ osoba przyjmowana do pracy,
- ✓ pracownicy młodociani przenoszeni na inne stanowiska,
- ✓ pracownicy przenoszeni na stanowiska pracy, na których występują czynniki szkodliwe dla zdrowia lub warunki uciążliwe.



Okresowe badania lekarskie

- ✓ wszyscy pracownicy,
- ✓ pracownicy zatrudnieni w warunkach narażenia na działanie substancji i czynników rakotwórczych lub pyłów zwłókniających, a także po:
 - zaprzestaniu pracy w kontakcie z tymi substancjami, czynnikami, pyłami,
 - rozwiązaniu stosunku pracy, jeżeli zainteresowana osoba zgłosi wniosek o objęcie takimi badaniami.

Kontrolne badania lekarskie

Pracownicy po niezdolności do pracy trwającej dłużej niż 30 dni, spowodowanej chorobą, w celu ustalenia zdolności do wykonywania pracy na dotychczasowym stanowisku.

Wypadki przy pracy

Kodeks Pracy

Dział X Bezpieczeństwo i higiena pracy art. 234

(Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. – Kodeks pracy, Dz.U. 1998 Nr 21)

Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 28 lipca 1998 r. w *sprawie ustalania okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy oraz sposobu ich dokumentowania, a także zakresu informacji zamieszczanych w rejestrze wypadków przy pracy* (Dz. U. 1998 Nr 115 poz. 744)

Rozporządzenie MPiPS z dnia 24 grudnia 2002 r. w *sprawie szczegółowych zasad oraz trybu uznawania zdarzenia za wypadek w drodze do pracy lub z pracy, sposobu jego dokumentowania, wzoru karty wypadku w drodze do pracy lub z pracy oraz terminu jej sporządzenia* (Dz. U. 2002 Nr 237 poz. 2015)



Wypadek przy pracy to zdarzenie nagłe wywołane przyczyną zewnętrzną powodujące uraz lub śmierć, które nastąpiło w związku z pracą:

- podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika zwykłych czynności lub poleceń przełożonych,
- podczas lub w związku z wykonywaniem przez pracownika czynności na rzecz pracodawcy, nawet bez polecenia,
- w czasie pozostawania pracownika w dyspozycji pracodawcy w drodze między siedzibą pracodawcy, a miejscem wykonywania obowiązku wynikającego ze stosunku pracy.

Zdarzenie potencjalnie wypadkowe to zdarzenie nagłe, w którym wystąpiły zagrożenia dla pracowników, ale nie powodujące obrażeń fizycznych.



Postępowanie w razie zauważenia wypadku

1. Udzielenie pierwszej pomocy
2. Wezwanie odpowiednich służb
3. Zabezpieczenie miejsca wypadku
4. Powiadomienie przełożonych

Do czasu ustalenia przyczyn wypadku przez Zespół Powypadkowy należy zabezpieczyć miejsce wypadku przed dostępem osób niepowołanych, oraz dokonaniem zmian położenia maszyn i urządzeń.

W przypadku konieczności ratowania życia ludzkiego dopuszczalne jest przemieszczanie maszyn i urządzeń.

Obowiązek niezwłocznego zgłoszenia wypadku przy pracy

Osoba, która uległa wypadkowi przy pracy, jeżeli stan jej zdrowia na to pozwala, zawiadamia niezwłocznie o wypadku pracodawcę, lub inny podmiot, na rzecz którego wykonywała czynności, przy których doznała urazu.

Obowiązek zgłoszenia wypadku przy pracy ma każdy pracownik, który zauważył takie zdarzenie w zakładzie pracy.

Zgłoszenie wypadku powinno wpłynąć do przełożonego osoby poszkodowanej.

Dla celów dowodowych zgłoszenie wypadku powinno być dokonane w formie pisemnej.

Wypadek w drodze do pracy lub z pracy

Wypadek w drodze do pracy lub z pracy to nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną, które nastąpiło w drodze do lub z miejsca wykonywania zatrudnienia lub innej działalności stanowiącej tytuł ubezpieczenia rentowego, jeżeli droga ta była najkrótsza i nie została przerwana.

Jednakże uważa się, że wypadek nastąpił w drodze do pracy lub z pracy, mimo że droga została przerwana, jeżeli przerwa była życiowo uzasadniona i jej czas nie przekraczał granic potrzeby, a także wówczas, gdy droga, nie będąc drogą najkrótszą, była dla ubezpieczonego, ze względów komunikacyjnych, najdogodniejsza.

Za drogę do pracy lub z pracy uważa się oprócz drogi z domu do pracy lub z pracy do domu również drogę do miejsca lub z miejsca:

- 1) innego zatrudnienia lub innej działalności stanowiącej tytuł ubezpieczenia rentowego,
- 2) zwykłego wykonywania funkcji lub zadań zawodowych albo społecznych
- 3) zwykłego spożywania posiłków,
- 4) odbywania nauki lub studiów.



Czynniki szkodliwe i uciążliwe



FIZYCZNE

CHEMICZNE

BILOGICZNE

PSYCHO-F
IZYCZNE

Zagrożenia w zakładzie pracy

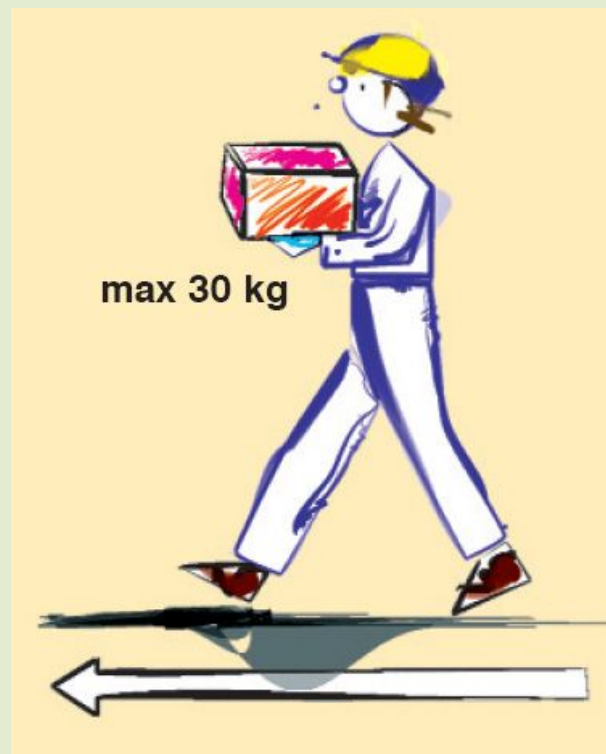
Lp.	Zagrożenia	Możliwe źródła zagrożeń	Możliwe skutki zagrożeń	Środki profilaktyczne
1.	Powierzchnie	<ul style="list-style-type: none"> - śliskie lub nierówne podłogi, - powierzchnie chodników i dróg na zewnątrz 	<p>Potłuczenia, złamania kończyn, urazy wewnętrzne, Wstrząśnienie mózgu</p>	<p>Odpowiednie obuwie. Zachowanie szczególnej ostrożności. Zgłaszanie usterek przełożonemu. Utrzymywanie porządku.</p>
2.	Różnica poziomów	<ul style="list-style-type: none"> - przemieszczanie się po schodach, - praca na wysokości 	<p>Upadek z wysokości, złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy</p>	<p>Odpowiednie obuwie. Zachowanie ostrożności. Stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych. Przytrzymywanie się poręczy podczas przemieszczania się po schodach.</p>
3.	Ograniczone przestrzenie	<ul style="list-style-type: none"> - zatarasowane przejścia, - wyposażenie pomieszczeń 	<p>Potłuczenia</p>	<p>Dbanie o porządek. Właściwa organizacja stanowisk. Zachowanie ostrożności</p>
4.	Obciążenie fizyczne	<ul style="list-style-type: none"> - długotrwała praca w jednej pozycji, - praca w pozycji wymuszonej 	<p>Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów, choroby układu ruchu</p>	<p>Stosowanie przerw w pracy. Okresowa zmiana rodzaju zajęć. Ergonomiczne stanowisko pracy.</p>

5.	Ostre przedmioty i powierzchnie	<ul style="list-style-type: none"> - sprzęt biurowy: nożyczki, zszywki, gilotyna, - potłuczone szkło 	Skaleczenia, otarcia, przekłucia, przecięcia, zadrapania, rany rąk	Wzmogućona uwaga i zachowanie szczególnej ostrożności. Zachowanie porządku na stanowisku pracy. Działania ograniczające pośpiech.
6.	Czynniki biologiczne	<ul style="list-style-type: none"> - kontakt z innymi osobami, - mikroorganizmy chorobotwórcze (wirusy, grzyby, bakterie) 	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, choroby wirusowe, alergie	Poddawanie się szczepieniom ochronnym. Przestrzeganie badań profilaktycznych,
7.	Porażenie prądem	<ul style="list-style-type: none"> - sprzęt elektryczny - przetarte przewody zasilające urządzenia elektryczne, - uszkodzone gniazda wtykowe, - niesprawna instalacja elektryczna 	Śmierć lub inne skutki porażenia prądem, oparzenia, ból, utrata przytomności, zaburzenie krążenia,	Bieżąca kontrola stanu izolacji przewodów. Stosowanie właściwej ochrony przeciwporażeniowej w zakładzie. Okresowa kontrola instalacji elektrycznej. Przestrzeganie przepisów dotyczących obsługi urządzeń elektrycznych
8.	Pożar	<ul style="list-style-type: none"> - zaprószenie ognia, - materiały palne, - niewłaściwy stan techniczny maszyn lub instalacji, - nieprzestrzeganie przepisów ppoż. 	Śmierć, poparzenia	Przestrzeganie instrukcji ppoż. Właściwe zabezpieczenie w sprzęt przeciwpożarowy. Systematyczne przeglądy instalacji elektrycznej.

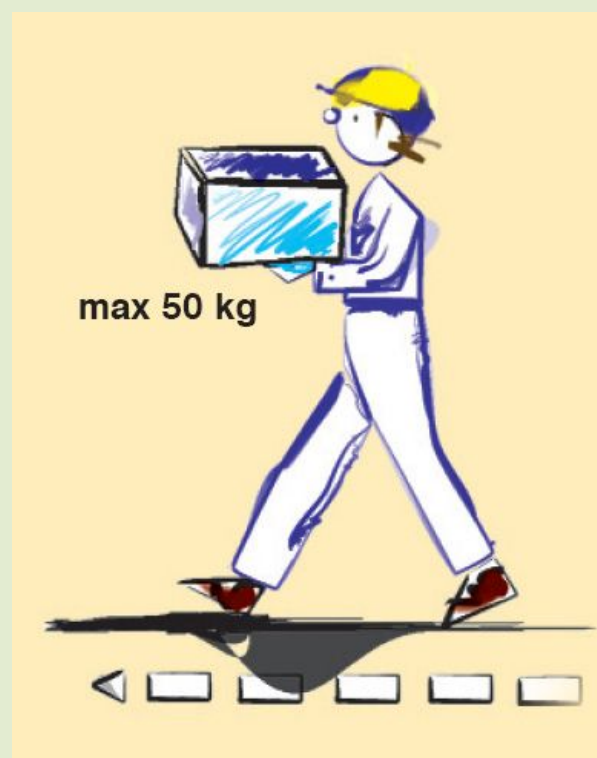
9.	Obciążenie emocjonalne Stres	<ul style="list-style-type: none"> - konflikty ze współpracownikami, pracodawcą, - presja czasu 	<p>Nerwice, bezsenność, depresja, choroby serca i układu pokarmowego, obniżona odporność</p>	<p>Właściwa atmosfera w pracy. Przestrzeganie norm czasu pracy. Zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku. Spotkania integracyjne.</p>
10.	Wypadek komunikacyjny	<ul style="list-style-type: none"> - podróż służbowa samochodem, - podróż środkami komunikacji miejskiej, - przechodzenie przez jezdnię 	<p>Śmierć, kalectwo, urazy</p>	<p>Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym. Zachowanie szczególnej ostrożności. Zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi.</p>

Normy dźwigania i przenoszenia ciężarów

Mężczyźni



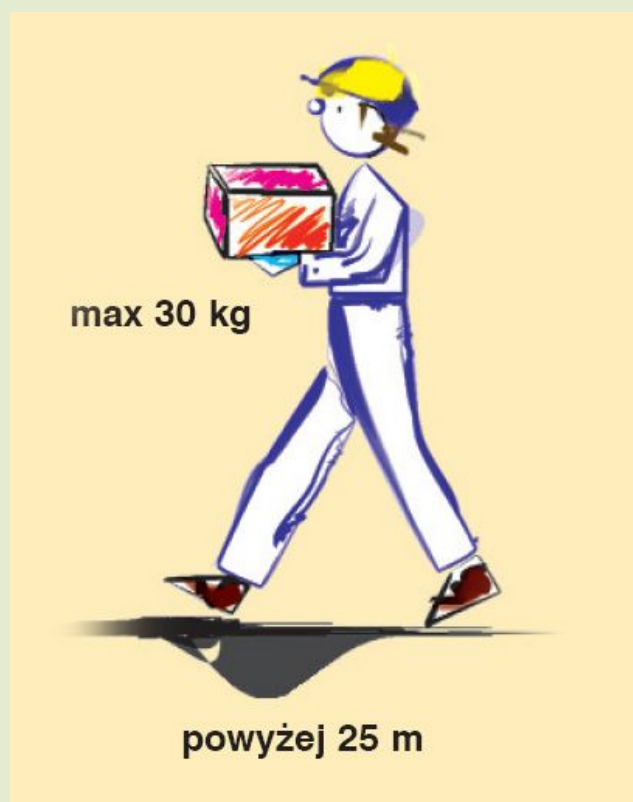
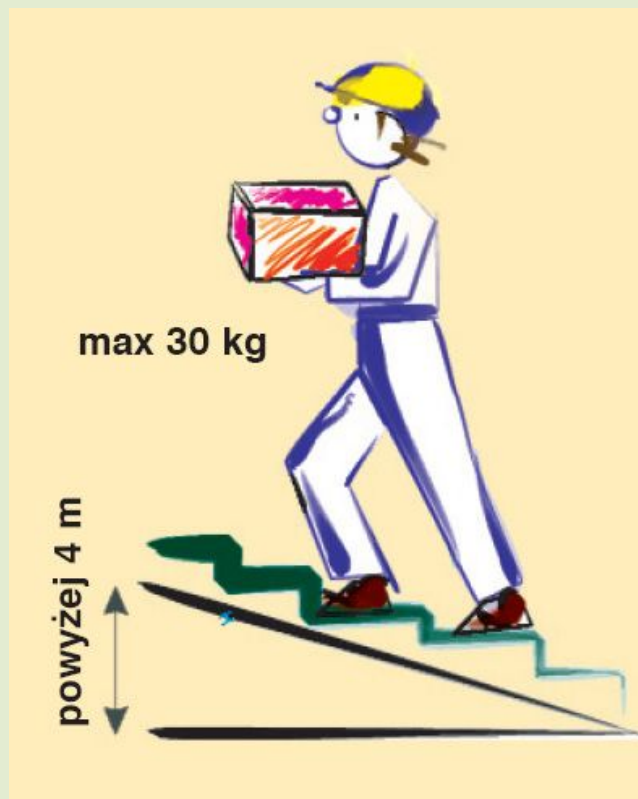
Praca stała



Praca dorywcza

Normy dźwigania i przenoszenia ciężarów

Mężczyźni

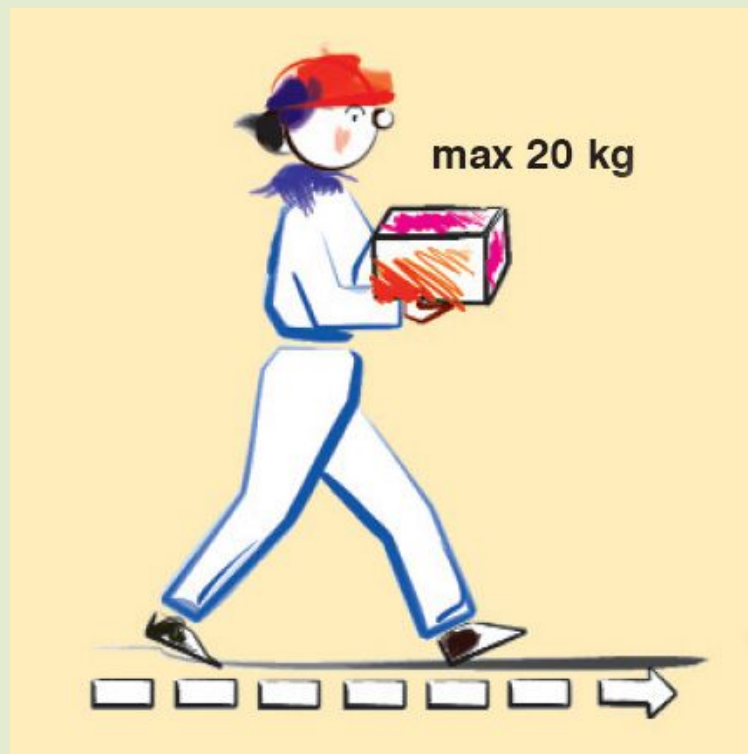


Normy dźwigania i przenoszenia ciężarów

Kobiety



Praca stała



Praca dorywcza

Pierwsza pomoc

Pierwsza pomoc to proste, natychmiastowe czynności podejmowane przez pierwszych świadków zdarzenia w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia życia lub zdrowia wykonane przed przybyciem kwalifikowanej pierwszej pomocy.



Pierwsza pomoc

Życie osób poszkodowanych po wypadkach zależy od jak najszybszego udzielenia pomocy!

Natychmiastowa pomoc może podwoić, a nawet potroić szanse przeżycia.

**BEZPIECZEŃSTWO RATOWNIKA ORAZ
POSZKODOWANEGO JEST NAJWAŻNIEJSZE!**



Kodeks Karny art. 162 § 1

„Kto człowiekowi, znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3”



Zasady postępowania

Oceń swoje bezpieczeństwo

Oceń bezpieczeństwo, a następnie przytomność poszkodowanego

Przytomny

Nieprzytomny

Wstępne badanie urazowe

WEZWIJ POMOC

Brak obrażeń klatki piersiowej

Obecne obrażenia klatki piersiowej lub objawy sugerujące

Udrożnij drogi oddechowe, oceń oddech

Uspokajaj, monitoruj czynności życiowe, jeśli to konieczne, wezwij pomoc

Złamanie żeber

Odma wentylowa

Trudności w oddychaniu

Rana otwarta klatki piersiowej

Oddech obecny

Oddech nieobecny

WEZWIJ POMOC

Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej

Rozpocznij RKO

Złamanie pojedynczego żebra - ułożenie pacjenta na bolesnej stronie (stabilizacja żeber).
Jeśli nastąpiło złamanie kilku żeber - stabilizacja własną ręką

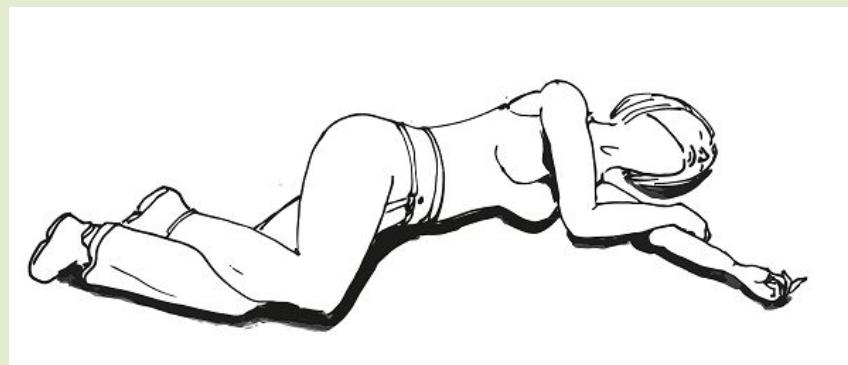
Nakłucie grubą igłą w 2 PMŻ (tylko przeszkoleni)

Pozycja półsiedząca lub najwygodniejsza dla pacjenta

Opatrunek foliowy szczelnie umocowany z 3 stron i stabilizacja

Monitoruj czynności życiowe, poszukaj ewentualnych obrażeń i zaopatrz je; czekaj na pomoc

Zasady postępowania



Zranienia

To urazowe uszkodzenia tkanek, połączone z przerwaniem skóry lub błony śluzowej.

W zależności od przedmiotu uszkadzającego oraz stopnia uszkodzenia rozróżniamy :

- rany cięte zadane ostrym przedmiotem lub narzędziem, np. nóż, brzeg blachy itp.
- rany kłute zadane ostro zakończonym narzędziem, np. gwóźdź, nóż itp.
- rany szarpane powstają najczęściej przez wirujące części maszyn.

Postępowanie przy zranieniu

- Zatrzymanie krwotoku
- Zabezpieczenie rany przed zakażeniem
- Miejsce zranione przykryć wyjałowioną gazą
- Jeśli w ranie tkwi ciało obce, nie należy go wyciągać, tylko zabezpieczyć i wykonać jałowy opatrunek

Złamania

- Zamknięte – przy uszkodzeniu kości i okolicznych tkanek, skóra nie ulega uszkodzeniu.
- Otwarte – oprócz przerwania ciągłości kości, występują uszkodzenia skóry i mięśni.
- W przypadku złamania należy:
 - Założyć opatrunek na ranę otwartą
 - Unieruchomić złamaną kończynę
 - Zapewnić transport do lekarza

Porażenie prądem elektrycznym

1. Ocena sytuacji
2. Uwolnienie poszkodowanego
3. Wezwanie karetki
4. W zależności od stanu porażonego zastosować odpowiednie czynności ratownicze:
 - Przy zatrzymaniu oddechu - sztuczne oddychanie
 - Przy zatrzymaniu czynności serca - masaż serca
 - Przy oparzeniach, krwotokach i zranieniach postępować tak jak jest to konieczne

Ochrona przeciwpożarowa

- ☹️ **Zagrożenie pożarowe** - zespół czynników wpływających na powstanie i rozprzestrzenianie się pożaru, a przez to - na wystąpienie niebezpieczeństwa dla ludzi, zwierząt, roślin oraz dorobku materialnego i kulturalnego.
- 😊 **Bezpieczeństwo pożarowe** - stan eliminujący zagrożenia dla życia lub zdrowia ludzi, uzyskany przez funkcjonowanie systemu norm prawnych i technicznych środków zabezpieczenia ppoż. oraz prowadzonych działań zapobiegawczych przed pożarem.



Właściciel budynku, obiektu budowlanego lub terenu ma obowiązek zapewnić ich ochronę przeciwpożarową, a przy tym:

- ☞ przestrzegać przeciwpożarowych wymagań techniczno-budowlanych, instalacyjnych i technologicznych,
- ☞ wyposażyć budynek, obiekt budowlany lub teren w wymagane urządzenia przeciwpożarowe i gaśnice,
- ☞ zapewnić konserwację oraz naprawy urządzeń przeciwpożarowych i gaśnic w sposób gwarantujący ich sprawne i niezawodne funkcjonowanie,



- ☞ zapewnić osobom przebywającym w budynku, obiekcie budowlanym lub na terenie, bezpieczeństwo i możliwość ewakuacji,
- ☞ przygotować budynek, obiekt budowlany lub teren do prowadzenia akcji ratowniczej,
- ☞ zapoznać pracowników z przepisami przeciwpożarowymi,
- ☞ ustalić sposoby postępowania na wypadek powstania pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia.

Przyczyny pożarów

- niezachowanie podstawowych zasad ostrożności w postępowaniu z ogniem otwartym i innymi źródłami ciepła,
- wady lub niewłaściwa eksploatacja urządzeń elektrycznych,
- wady procesów technologicznych,
- nieumyślne lub celowe działanie człowieka.



Grupy pożarów

Podział materiałów palnych na grupy pożarowe:

- A** pożary ciał stałych pochodzenia organicznego, przy spalaniu których obok innych zjawisk powstaje zjawisko żarzenia

np. drewno, papier, węgiel, tworzywa sztuczne, tkaniny, słoma



- C** pożary gazów

np. metan, acetylen, propan, wodór, gaz miejski



- B** pożary cieczy palnych i substancji stałych topiących się wskutek ciepła wytwarzającego się przy pożarze

np. benzyna, alkohole, aceton, oleje, lakiery, tłuszcze, parafina, stearyna, pak, naftalen, smoła



- D** pożary metali

np. magnez sól, uran, aluminium



Zasady postępowania na wypadek pożaru

- 1. Zachowaj spokój, nie wzbudzaj paniki!**
- 2. Poinformuj współpracowników „POŻAR! PALI SIĘ”**
- 3. Zaalarmuj straż pożarną (tel. 998) podając:**
 - ★ swoje nazwisko i numer telefonu, z którego dokonano zgłoszenia
 - ★ co i gdzie się pali?
UWAGA! Nie odkładaj słuchawki do czasu uzyskania potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia!
- 4. Powiadom przełożonego**
- 5. Podejmij ewakuację osób zagrożonych** (w miarę możliwości) oraz - jeśli to możliwe - mienia.
- 6. Przystąp do gaszenia pożaru** przy użyciu podręcznego sprzętu gaśniczego, pamiętając o zasadach jego użycia.
- 7. Wykonuj polecenia strażaka** kierującego akcją ratowniczo-gaśniczą.

1



Odbezpiecz gaśnicę

2



Uruchom gaśnicę w pobliżu pożaru

3



Trzymaj gaśnicę pionowo

4



Podłogę gaś zaczynając od brzoju, powierzchnie pionowe - od dołu do góry



Numery alarmowe

- **Policja** **997**
- **Straż pożarna** **998**
- **Pogotowie ratunkowe** **999**
- **Jednolity numer alarmowy Unii Europejskiej** **112**