

VSTUPNÍ ŠKOLENÍ O BEZPEČNOSTI A OCHRANĚ ZDRAVÍ PŘI PRÁCI, O POŽÁRNÍ OCHRANĚ PRO STUDENTY

Článek I

Úvod

Péče o člověka patří k nejdůležitějším celospolečenským úkolům. Vědeckotechnická revoluce mění od základů podmínky a tím i péči o pracovní prostředí. Bezpečnou práci zajišťují nejen technická a bezpečnostní zařízení, ale zejména soustavná výchova k bezpečné práci, která má omezit selhání.

Článek II

Právní předpisy

Základní právní předpisy

Ústava ČR z.č. 1/1993 Sb.

Preambule - Všichni občané české republiky jsou odhodláni se řídit všemi osvědčenými principy právního státu

Listina základních práv a svobod - č. 2/1993 Sb.

čl. 28 - zaměstnanci mají právo na spravedlivou odměnu za práci a na uspokojivé pracovní podmínky

čl. 29 - ženy, mladiství a osoby zdravotně postižené mají právo na zvýšenou ochranu zdraví při práci a na zvláštní pracovní podmínky

Zákoník práce z.č. 262/2006 Sb., ve znění pozdějších změn a doplňků

§103 - povinnosti zaměstnavatele: (viz. čl. III směrnice SU¹)

§ 106 - práva a povinnosti zaměstnanců (viz. čl. IV. Směrnice SU)

§ 15 - odborové organizace

§ 149 - zaměstnavatelé jsou povinni zřizovat, udržovat a zlepšovat hygienická a jiná zařízení pro ženy

§ 238 - ženy nesmějí být zaměstnávány pracemi, které jsou pro ně fyzicky nepřiměřené nebo škodí jejich organizmu, zejména pracemi, které ohrožují jejich mateřské poslání

- těhotná žena nesmí být zaměstnávána též pracemi, které podle lékařského posudku ohrožují její těhotenství ze zdravotních příčin tkvících v její osobě. To platí v obdobně o matce do konce devátého měsíce po porodu.

§ 239 - koná - li těhotná žena popř. matka do konce devátého měsíce po porodu a žena,

kteří kojí o práci, která je těhotným ženám zakázána nebo která podle lékařského posudku ohrožuje její těhotenství, je zaměstnavatel povinen převést ji dočasně na práci, které je pro ni vhodná a při níž může dosahovat stejného výdělku jako na dosavadní práci. Požádá - li těhotná žena pracující v noci o zařazení na denní práci, je zaměstnavatel povinen její žádosti vyhovět.

§ 240 - těhotné ženy a ženy pečující o děti do věku osmi let (platí i pro osamělou ženu pečující o dítě, dokud dítě nedosáhlo věku 15 let) smějí být vysílány na pracovní cestu mimo obvod obce svého bydliště nebo pracoviště jen se svým souhlasem: přeložit ji může zaměstnavatel pouze jen na její žádost.

§ 241 - zaměstnavatel je povinen přihlížet při zařazování zaměstnanců do směn též k potřebám žen pečujících o děti

- zaměstnavatel nesmí zaměstnávat těhotné ženy a ženy pečující o děti mladší jednoho roku, prací přes čas

§ 242 - matce, která kojí své dítě, je zaměstnavatel povinen poskytnout kromě přestávek v práci zvláštní přestávky ke kojení

§ 248 - zaměstnavatel je povinen zajišťovat svým zaměstnancům takové pracovní podmínky, aby mohly řádně plnit své pracovní úkoly bez ohrožení zdraví a majetku: zjistí-li závady, je povinen učinit opatření k jejich odstranění

- Zaměstnavatel je z důvodu ochrany majetku oprávněn v nezbytném rozsahu provádět kontrolu věcí, které zaměstnanci k němu vnášejí nebo od něho odnášejí, popřípadě provádět prohlídky zaměstnanců. Při kontrole a prohlídce podle věty první musí být dodržena ochrana osobnosti podle § 11 občanského zákoníku. Osobní prohlídku může provádět pouze fyzická osoba stejného pohlaví.

§ 265 - Zaměstnavatel odpovídá zaměstnanci za škodu, která mu vznikla při plnění pracovních úkolů nebo v přímé souvislosti s ním porušením právních povinností nebo úmyslným jednáním proti dobrým mravům.

- Zaměstnavatel odpovídá zaměstnanci též za škodu, kterou mu způsobili porušením právních povinností v rámci plnění pracovních úkolů zaměstnavatele zaměstnanci jednajícím jeho jménem.

¹ Směrnice pro zajištění bezpečnosti práce, bezpečnosti technických zařízení a ochrany zdraví při práci ve Slezské univerzitě v Opavě (dále jen Směrnice SU).

- Zaměstnavatel neodpovídá zaměstnanci za škodu na dopravním prostředku, kterého použil při plnění pracovních úkolů nebo v přímé souvislosti s ním bez jeho souhlasu. Rovněž neodpovídá za škodu, která vznikne na náradí, zařízeních a předmětech zaměstnance potřebných pro výkon práce, které použil bez jeho souhlasu.
- § 366 - Zaměstnavatel odpovídá zaměstnanci za škodu vzniklou pracovním úrazem, jestliže škoda vznikla při plnění pracovních úkolů nebo v přímé souvislosti s ním.
- Zaměstnavatel odpovídá zaměstnanci za škodu vzniklou nemocí z povolání, jestliže zaměstnanec před jejím zjištěním pracoval u zaměstnavatele za podmínek, za nichž vzniká nemoc z povolání, kterou byl postižen.
 - Jako nemoc z povolání se odškodňuje i nemoc vzniklá před jejím zařazením do seznamu nemocí z povolání, a to od jejího zařazení do seznamu a za dobu nejvýše 3 let před jejím zařazením do seznamu.
 - Zaměstnavatel je povinen nahradit škodu, i když dodržel povinnosti vyplývající z právních a ostatních předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, pokud se odpovědnosti zcela nebo zčásti nezprósti
- § 367 - Zproštění odpovědnosti
- Zákon č. 373/2011 Sb. o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů v návaznosti na vyhl.č. 79/2013 Sb., o specifických zdravotních službách, (vyhláška o pracovnělékařských službách a některých druzích posudkové péče)
- § 53 - Pracovnělékařské služby pro zaměstnance a osoby ucházející se o zaměstnání zajišťuje zaměstnavatel za podmínek stanovených tímto zákonem a jinými právními předpisy.
- § 54 - Poskytovatelem pracovnělékařských služeb je:
- a) poskytovatel v oboru všeobecné praktické lékařství, nebo
 - b) poskytovatel v oboru pracovní lékařství
- § 55 - Zaměstnavatel má právo vyslat zaměstnance na mimořádnou pracovnělékařskou prohlídku, má-li pochybnosti o zdravotní způsobilosti zaměstnance k práci.
- § 59 - Vstupní lékařská prohlídka se uskutečňuje u poskytovatele pracovnělékařských služeb, s nímž má zaměstnavatel uzavřenou písemnou smlouvu, nebo u registrujícího poskytovatele, ke kterému vyslal zaměstnavatel osobu ucházející se o zaměstnání.

§ 4 vyhl.- Rozsah pracovnělékařských služeb se stanoví s ohledem na zdravotní náročnost vykonávaných prací podle jejich zařazení do kategorií podle zákona o ochraně veřejného zdraví, podle obsahu činností...

N.V. č. 201/2010 Sb., o způsobu evidence úrazů, hlášení a zasílání záznamu o úrazu

- Zaměstnavatel vede evidenci o úrazech v knize úrazů v elektronické nebo listinné podobě. Záznam o úrazu sepisuje zaměstnavatel neprodleně, nejpozději do 5 pracovních dnů po oznámení pracovního úrazu a postupuje přitom podle vzoru záznamu o úrazu, který je uveden v příloze k tomuto nařízení.
- Pro statistické účely se smrtelným pracovním úrazem rozumí takové poškození zdraví, na jehož následky úrazem postižený zaměstnanec nejpozději do 1 roku zemřel.
- Zaměstnavatel ohlásí pracovní úraz bez zbytečného odkladu
 - a) územně příslušnému útvaru Policie České republiky, nasvědčují-li zjištěné skutečnosti tomu, že v souvislosti s pracovním úrazem byl spáchán trestný čin,
 - b) odborové organizaci a zástupci pro oblast bezpečnosti a ochrany zdraví při práci
 - e) zaměstnavateli, který zaměstnance k práci u něho vyslal...
 - d) zdravotní pojišťovně, u které je pracovním úrazem postižený zaměstnanec pojištěn.
- Zaměstnavatel ohlásí smrtelný pracovní úraz bez zbytečného odkladu
 - a) územně příslušnému útvaru Policie České republiky,
 - b) odborové organizaci a zástupci pro oblast bezpečnosti a ochrany zdraví při práci
 - c) příslušnému oblastnímu inspektorátu práce, došlo-li k úrazu u fyzické nebo právnické osoby, která podle jiného právního předpisu podléhá jeho kontrolní působnosti
 - e) zaměstnavateli, který zaměstnance k práci u něho vyslal nebo dočasně přidělil,
 - f) zdravotní pojišťovně, u které byl smrtelným pracovním úrazem postižený zaměstnanec pojištěn.
- Zaměstnavatel zašle záznamy o pracovních úrazech za uplynulý kalendářní měsíc nejpozději do pátého dne následujícího měsíce
 - a) územně příslušnému útvaru Policie České republiky, nasvědčují-li zjištěné skutečnosti tomu, že v souvislosti s pracovním úrazem byl spáchán trestný čin,
 - b) příslušnému oblastnímu inspektorátu práce, došlo-li k úrazu u fyzické nebo právnické osoby, která podle jiného právního předpisu podléhá jeho kontrolní působnosti,
 - d) zdravotní pojišťovně, u které je pracovním úrazem postižený zaměstnanec pojištěn,
 - e) organizační jednotce příslušné pojišťovny, u které je zaměstnavatel pojištěn pro případ své

odpovědnosti za škodu při pracovním úrazu nebo nemoci z povolání.

Mezinárodní úmluvy

Úmluva Mezinárodní organizace práce (MOP) č. 155/ reg. ve Sb. z. pod č. 20/1989 - o bezpečnosti a zdraví pracovníků a o pracovním prostředí

čl. 16 - vyžadovat na zaměstnavatelích, nakolik je to prakticky uskutečnitelné, aby pracoviště, stroje, zařízení a pracovní postupy neohrožovaly bezpečnost a zdraví pracovníků

- vyžadovat poskytování vhodných OOPP, aby se - nakolik je to prakticky uskutečnitelné - předcházelo ohrožení z úrazů nebo účinků škodlivých pro zdraví

čl. 19 - pracovníci spolupracují na plnění povinností, které má zaměstnavatel

- pracovníci jsou vhodně poučeni v oblasti BOZP

- pracovníci jsou oprávněni přešetřovat všechny stránky BOZP související s jejich prací

- pracovník okamžitě oznámí svému bezprostřednímu nadřízenému každou situaci, o níž se může právem domnívat, že představuje bezprostřední a vážné ohrožení pro jeho zdraví a život

- zaměstnavatel, dokud nesjedná nápravu, pokud je ji třeba, nemůže požadovat na pracovnících, aby pokračovali v práci za okolností, kdy trvá bezprostřední a vážné nebezpečí pro život nebo zdraví

- opatření, týkající se BOZP, nesmí být spojena s žádnými výlohami pro pracovníky

Úmluva MOP č. 148 / reg. ve Sb. pod č. 444/1991, o ochraně pracovníků proti nebezpečím z povolání způsobeným znečištěním vzduchu, hlukem a vibracemi na pracovištích

čl. 7 - pracovníci jsou povinni dbát bezpečnostních předpisů pro předcházení nebezpečí z povolání, pro jejich snížení a zajištění ochrany

čl. 10 - nelze-li vykonat jiná technická nebo organizační opatření - zaměstnavatel musí opatřit a udržovat vhodné individuální ochranné pomůcky

- zaměstnavatel nesmí nutit pracovníka, aby pracoval bez individuální ochranné pomůcky

čl. 11 - nutno dohlížet v přiměřených časových intervalech na zdravotní stav pracovníků

Směrnice Rady evropských společenství z 12.6.1989, o provádění opatření ke zvýšení bezpečnosti a ochrany zdraví zaměstnanců při práci č. 89/391/EHS

čl. 5 - povinnosti zaměstnanců v oblasti BOZP se nedotýkají zásad odpovědnosti zaměstnavatele

čl. 6 - vhodnými opatřeními zajistit, aby k oblastem s vážným a specifickým nebezpečím měli přístup pouze zaměstnanci, kteří dostali dostatečné pokyny

- náklady na bezpečnost a hygienické opatření a na opatření na ochranu zdraví nesmějí jít v žádném případě tíži zaměstnanců

čl. 10 - zaměstnavatel provede vhodná opatření, aby zaměstnanci získali podle národních právních předpisů potřebné informace o ohrožení bezpečnosti a zdraví, ochranných opatřeních a opatřeních k prevenci rizik

čl. 12 - zaměstnavatel musí zajistit, aby se každému zaměstnanci v okamžiku jeho přijetí, nebo přeložení nebo změny rozsahu jeho pracovních úkolů nebo zavedení nové technologie dostalo dostatečné a přiměřené instruktáže o BOZP, zejména formou informací a pokynů, které jsou výslovně určeny pro jeho pracoviště nebo pro jeho pracovní úkoly

- tato instruktáž musí být přizpůsobena vývoji rizikových momentů a vzniku nových nebezpečí, musí se v případě nutnosti pravidelně opakovat

- zaměstnavatel se musí přesvědčit, že zaměstnanci cizích firem, kteří pracují v jeho provozu, dostali přiměřené pokyny o bezpečnostních a zdravotních rizicích během jejich činnosti v jeho provozu

- instruktáž nesmí jít k tíži zaměstnanců. Musí se konat v pracovní době, nejlépe uvnitř provozu zaměstnavatele

čl. 13 - každý zaměstnanec je povinen dbát podle svých možností o svou vlastní bezpečnost, zdraví i o bezpečnost a zdraví osob, kterých se dotýká jeho jednání při práci, a to podle instruktáže a pokynů zaměstnavatele. K tomu je každý zaměstnanec zvláště povinen podle instruktáže a pokynů zaměstnavatele

a) náležitě používat stroje, přístroje, nářadí, nebezpečné látky, dopravní prostředky, ostatní prostředky

b) náležitě používat osobní ochranné vybavení, které dostal k dispozici a po použití je uložit na místo pro tento účel určené

c) nevyřazovat z provozu ochranná zařízení zejména na strojích, přístrojích, nářadích, zařízeních a budovách, svévolně je neměnit nebo nepřestavovat

a náležitě tato zařízení pro ochranu používat
d) okamžitě hlásit zaměstnavateli (zaměstnancům se zvláštní funkcí) každé zjištěné vážné a bezprostřední ohrožení bezpečnosti a zdraví lidí i každý defekt, zjištěný na ochranných systémech
e) společně se zaměstnavatelem působit tak dlouho a jak je třeba, aby zaměstnavatel zajistil pracovní prostředí a pracovní podmínky nepřesahující ohrožení bezpečnosti a zdraví lidí v rámci rozsahu činností zaměstnanců.

Článek III

Obecné zásady bezpečného chování

Před započítím každé nové práce si zaměstnanec zajistí u vedoucího pokyny, jak bezpečně pracovat. Nerozumí-li něčemu nebo není-li mu něco zcela jasné, požádá vedoucího o vysvětlení. Podat vysvětlení je jeho povinnost. Vedoucí oddělení vybaví pracovníka před příchodem na pracoviště osobními ochrannými prostředky a dále ke každé pracovní činnosti, kterou ho pověří.

Bezpečnostní předpisy pro zaměstnance bez elektrotechnického vzdělání (osoby seznámené podle § 3 vyhl. č. 50/1978 Sb.) v návaznosti na ČSN 34 3100:

Pracovníci seznámení mohou obsluhovat jen elektrická zařízení malého a nízkého napětí ve smyslu prováděcích předpisů a místních pracovních a technologických postupů. Jsou povinni dbát provozních a bezpečnostních pokynů, příkazů, poučení, směrnic a návodů k obsluze, vztahujících se k činnosti na el. zařízení příslušného druhu a napětí. Pracovníci seznámení přicházejí do styku s el. zařízením nebo do jeho blízkosti:

- a) při obsluze zařízení a při práci s ním,
- b) při jiné činnosti nebo při pobytu v blízkosti el. zařízení.

Pracovníci seznámení nesmějí:

- pracovat na nekrytých živých částech el. zařízení;
- dotýkat se přímo nebo jakýmkoliv předmětem nekrytých živých částí el. zařízení (netýká se el. zařízení s bezpečným napětím nebo bezpečným proudem);
- při pobytu nebo pohybu v blízkosti el. zařízení přiblížit se některou částí těla k nekrytým živým částem el. zařízení ani oděvem nebo předmětem, kterého při práci používají;
- zahájit práci dříve, než jim bude odborným pracovníkem provozovatele el. zařízení předáno pracoviště vypnuté a zajištěné; o jeho beznapěťovém stavu se musí odborný pracovník

přesvědčit tak, že se vypnutých částí dotkne holou rukou.

Jsou-li části el. zařízení bez napětí nebo jsou-li pod napětím, ale zakryty tak, že chrání pracujícího před úmyslným dotykem, může se pracovník seznámený při obsluze nebo při práci přiblížit ke krytu až na dotyk. Samostatně mohou tyto osoby obsluhovat el. zařízení malého - 50 Voltů (dále V) proti zemi a nízkého napětí, která jsou zajištěna tak, že při jejich obsluze nemůže nikdo přijít do styku s nekrytými živými částmi el. zařízení pod napětím, s výjimkou proudu a napětí bezpečného, který nezpůsobí úraz el. proudem (např. kapesní baterka, montážní svítidla na 24 V, akumulátor v autě atp.).

Zaměstnanci seznámení smějí:

- zapínat jednoduchá el. zařízení;
- za vypnutého stavu přemísťovat a prodlužovat pohyblivé příводы spojovacími šňůrami opatřenými spojovacími částmi (pohyblivé zásuvky a vidlice), nahodit jistič, vyměňovat přetavené vložky závitových a přístrojových pojistek jen za nové vložky stejné hodnoty (nesmějí přetavené vložky opravovat) a mohou vyměňovat žárovky;
- vykonávat udržovací práce podle návodu výrobce, čištění, mazání, běžné prohlídky bez rozebírání pomocí nástrojů apod., ale vždy při vypnutém stavu el. zařízení.

Zaměstnanci seznámení jsou povinni:

- před přemísťováním nebo popojížděním pracovních strojů nebo spotřebičů, pokud jsou připojeny na el. síť pohyblivým přívodem s vidlicí, tyto stroje bezpečně odpojit od sítě vytažením vidlice ze zásuvky, aby nemohlo dojít k přerušení nebo vytržení připojených vodičů. Tento požadavek se nevztahuje na taková zařízení, která k tomu byla zvlášť konstruována a uzpůsobena, jako např. svítidla, některé spotřebiče pro domácnost, ruční elektromechanické nářadí apod.;
- dbát, aby el. zařízení nebylo nadměrně přetěžováno nebo jinak poškozováno;
- při výskytu statické elektřiny u elektrických i neelektrických zařízení, upozornit na tento jev vedoucího pracoviště nebo elektrikáře;
- zjistí-li při obsluze závadu na zařízení (např. brnění od elektrického proudu, kouř, silné bzučení, trhavý rozběh, zápach po spálenině) el. zařízení ihned vypnout a závadu ohlásit;
- veškeré závady ohlašovat nadřízenému pracovníkovi. Opravy a údržbu el. zařízení je povinen zajistit majitel - provozovatel.

Poškozená elektrická zařízení se nesmějí používat!

První pomoc při úrazech elektřinou.

Elektrická energie nám sice prokazuje cenné služby, ale může být i velmi nebezpečná. Nebezpečnost el. proudu se často podceňuje, a proto dochází ke smrtelným úrazům. Účinek el. proudu na lidský organizmus závisí na druhu proudu, velikosti proudu, frekvenci proudu, odporu

lidského těla, dráze proudu, době průchodu proudu, fyziologickém a psychickém stavu organismu a velikostí dotykového napětí.

- Obecně lze říci, že působení stejnosměrného proudu je méně nebezpečné než působení proudu střídavého. Oba proudy způsobují rozklad krve i svalové křeče (což vede k neschopnosti okysličování organismu a k zástavě dýchání), avšak střídavý proud navíc od určité hranice způsobuje tzv. fibrilaci srdce, což vede k zástavě srdeční činnosti.

- Účinek el. proudu na lidský organismus je přímo úměrný velikostí procházejícího proudu. Velikost proudu, který není lidskému organismu nebezpečný (tzv. bezpečný proud) je u stejnosměrného proudu velikost 10 mA a u střídavého (10-100Hz) - 3.5 mA. Proud, který je větší než uvedené hodnoty, může lidskému organismu uškodit. Nebezpečné kmitočty jsou v pásmech 10 - 100Hz a dále pak 200 - 500Hz.

- Velikost odporu lidského těla se pohybuje v rozmezí od 1000 ohm až do 10.000 Ohmů.

- Velikost působení el. proudu je také dána tím, kde el. proud tělem protéká. Nejnebezpečnější dráha proudu je dráha hlava - ruka, hlava - noha a pod., protože protékající proud zasahuje mimo jiné hlavně mozkové centrum.

- Delší působení proudu má větší následky na lidský organismus.

Elektrická zařízení a stroje jsou před uvedením do provozu vybaveny bezpečnostním opatřením, a to podle přísných předpisů. Opatřováním, nesprávným zacházením nebo různými opomenutími může být bezpečný stav strojů a zařízení porušen tak, že dojde k úrazu. Při zasažení el. proudem často nastává zdánlivá smrt, postižený je v hlubokém bezvědomí. Zachránce musí dbát především na vlastní bezpečnost, musí pamatovat na to, aby se sám nedostal do elektrického obvodu, aby při poskytování pomoci stál na nevodivé podložce, nedotkl se kovových předmětů, mokré zdi, mokrého oděvu postiženého apod. Zasažený se sám nemůže pustit předmětu, který svírá, neboť působením el. proudu vzniká křečovitě stažení svalstva. Je-li v takové poloze, že by po přerušení styku s el. proudem nebo vodičem spadl (není-li připásán a drží-li se vodiče na sloupu el. vedení, na žebříku apod.), musí být před přerušením el. proudu zajištěn před spadnutím, a tím před dalším zraněním.

U el. zařízení s vysokým nebo velmi vysokým napětím je nebezpečné přiblížit se k postiženému, pokud se el. proud nepřeruší. Pozor na krokové napětí! Je třeba postupovat pomalu tak, že se bota suna k botě. U nízkého napětí lze vypnout proud příslušným vypínačem, jističem, vyšroubováním pojistek nebo vytažením zástrčky ze zásuvky. Není-li to možné, odstraní se vhodným způsobem vodič el. proudu pomocí suchého nevodivého materiálu, jakým je např. guma,

dřevěná tyč alespoň 30 cm dlouhá, suchý provaz nebo oděv. Přerušit vodič (např. přeseknout sekerou) může ten, kdo se v tom bezpečně vyzná.

Postiženého je třeba vyprostit (odtáhnout) z dosahu el. proudu. Zachránce se nesmí dotýkat holou rukou jeho těla ani vlhkých částí oděvu, pokud nebyl el. proud vypnut. Hoří-li postižený (šaty) účinkem el. proudu nebo z jiné příčiny, hasí se po vypnutí el. proudu suchou látkou, nejlépe však nehořlavou pokrývkou. Po vyproštění z proudového obvodu je zachránce povinen poskytnout první pomoc až do příchodu lékaře. Zachránce se nezdržuje ošetřováním poranění, jako je běžné krvácení, zlomeniny, popáleniny, pouze se soustředí na rány, které silně krvácejí z tepny, kam přiloží prozatímní stlačující obvaz. U postiženého, který nedýchá, musí ihned zahájit a až do příchodu lékaře udržovat umělé dýchání.

Umělé dýchání.

Před začátkem umělého dýchání položí zachránce zasaženého na záda, která pod lopatkami podloží svinutou pokrývkou, složeným kabátem apod. Je-li poškozený v bezvědomí, otevře mu ústa a zbaví je případných zbytků jídla nebo jiných nečistot. Má-li postižený zubní náhradu, kterou je možno z úst vyjmout, zachránce ji odstraní. Bezvědomému uvolní šat, vázanku límec, pásek, šle apod. a po uvolnění dýchacích cest mu zakloní hlavu co nejvíce vzad. Hlava postiženého musí být v trvalém záklonu po celou dobu umělého dýchání. Zachránce tuto polohu udržuje tak, že jednou rukou obrácenou dlaní vzhůru podsune pod krk postiženého a nadzvedává ho, druhou ruku mu položí na čelo a stlačuje hlavu mírně dozadu. Tím se napne krk a kořen jazyka se oddálí od zadní strany hrtanu. Obvykle se také otevrou ústa postiženého; pokud jsou křečovitě zařata, zachránce je násilně neotevírá a provádí umělé dýchání nosem zasaženého. V umělém dýchání je nutno pokračovat nepřetržitě až do oživení!

Míjí-li se umělé dýchání s účinkem, zůstává-li obličej postiženého nadále bledý, rozšířené zornice se nezužují a tep na velkých cévách (krkavice, stehenní tepna) je nehmátný, přistoupí zachránce k nepřímé masáži srdce.

Nepřímá srdeční masáž.

Zachránce uloží postiženého na tvrdou podložku a postaví se na jeho levou stranu. Zápěstí pravé ruky položí dlaňovou stranou na dolní část hrudní kosti a asi 3 - 5 cm nad dolní okraj hrudní kosti. Prsty ruky směřují k pravému lokti postiženého, ale nedotýkají se hrudníku. Levou ruku položí napříč přes pravou a vahou těla prostřednictvím natažené horní končetiny stlačuje rytmicky hrudní kost směrem k páteři až do hloubky 4 až 5 cm asi 60 krát za minutu. Druhý zachránce provádí umělé dýchání metodou z plic do plic v poměru na pět stlačení hrudní kosti jeden vdech. Zachránce pokračuje v nepřímé srdeční masáži tak dlouho, až se srdeční činnost obnoví.

Původně bledý obličej a zevní sliznice pak zrudnou, rozšířené zornice se zúží a tep ve velkých tepnách (krkavice, stehenní tepna) je pozorovatelný. Při všech způsobech umělého dýchání musí zachránce neustále kontrolovat, zda hrudník postiženého vykonává dýchací pohyby. První známkou vracejícího se dýchání je, že postižený učiní polykací pohyb, po němž zpravidla následuje první samostatný vdech.

Umělé dýchání je možné ukončit pouze na příkaz lékaře!

Po zajištění umělého dýchání se ošetří popáleniny a zlomeniny. Při zlomenině je nutno končetinu znehybnit pomocí dlah. Rány mohou krváct ze žil (krev se řine trvale) nebo tepen (krev vystřikuje přerušovaným proudem).

Při úrazech elektřinou je hlavní zásadou nepřenášet, nepřevážet postiženého, není-li popálen na větší ploše kůže a nekrváčí-li nezadržitelně z větších tepen.

Postiženého ani na okamžik neopouštět!

Je-li postižený v bezvědomí, avšak dýchá a má hmatný tep a nejvíce známky vážnějšího zranění, musí být uložen do vodorovné polohy na boku s hlavou co nejvíce zakloněnou a oděvem kolem krku, břicha a hrudníku (límeč, opasek, šle, vázanka) uvolněných tak, aby jeho dýchací cesty byly volné. Nesmí se mu vlévat do úst žádný nápoj ani podávat léky. Zasažený musí být neustále pod dohledem a jeho dýchací cesty a srdeční činnost musí být sledována. Dýchá-li pomalu, povrchně a nepravidelně, zavede se podpůrné dýchání až do příchodu lékaře. Není-li v bezvědomí, postiženého je třeba uložit do vodorovné polohy v teplé místnosti, uvolnit mu oděv a podávat teplý nápoj (čaj). Nesmí zůstat bez dozoru; vstávat může až po souhlasu lékaře.

I při lehkém elektrickém úrazu musí být postižený odveden k lékaři. Těžce raněný jedinec musí být po nabytí vědomí co nejdříve dopraven do nemocnice; před převozem je třeba k němu připevnit lístek s přesným údajem, kdy bylo přiloženo škrtící obinadlo. Zraněného doprovází při převozu průvodce, který má mít s sebou teplý nápoj. Průvodce podá lékařům v nemocnici přesnou zprávu o tom, jak poranění vzniklo, o druhu, velikosti napětí a síle proudu i o všech průvodních okolnostech úrazu.

DRUHY UMĚLÉHO DÝCHÁNÍ A STRUČNÝ POSTUP:

Z úst do úst - Z úst do nosu - U dětí z úst do nosu.

1. Zaklonit hlavu postiženého co nejvíce vzad.
2. Sevřít jeho nos a široce rozevřenými ústy obemknout jeho ústa případně i nos.
3. Hluboce vdechovat do úst postiženého asi 1 krát po jedné vteřině a dále pokračovat rychlostí 12 krát až 16 krát za minutu.

4. Sledovat dýchací pohyby hrudníku.

Umělé dýchání z plic pomocí T-tubusu.

1. Zasadit štít náustku mezi široce rozevřené rty co nejdále do jednoho koutku úst. Překrýt náustek rty postiženého a zavést jej do středu úst.
2. Přitlačit dolní čelist k horní.
3. Prsty přitisknout rty k náustku a současně stlačit nosní křídla.
4. Zasadit trubici T-tubusu do náustku tak, aby ohybem směřovala k zachránci.
5. Pokračovat v umělém dýchání obdobně jako bez pomůcek.

Nelze-li použít pro krvácení metody z úst do úst, použije zachránce umělé dýchání podle *Slvestra-Brosche*.

1. Podložit záda postiženého složenou přikrývkou, kabátem apod.
2. Uchopit paže postiženého za předloktí a přitisknout lehce na hrudník, obloukem vést paže stranou a nad hlavu a vrátit je zvolna stejnou cestou na dolní část hrudníku.

Stručné shrnutí postupu při záchraně.

1. Jednat rychle, ale klidně a účelně.
2. Vyprostit postiženého z dosahu el. proudu - vypnutím proudu, odsunutím nebo přerušením vodiče, odtažením postiženého; u vysokého a velmi vysokého napětí pozor na krokové napětí.
3. Ihned zavést umělé dýchání, jestliže postižený nedýchá.
4. Okamžitě zahájit nepřímou srdeční masáž, není-li hmatný tep.
5. Přivolat ihned lékaře.
6. Co nejdříve uvědomit vedoucího příslušného pracoviště.

Článek IV POŽÁRNÍ OCHRANA

Požáry ochuzují náš stát o velké materiální hodnoty a často ničí zdraví a životy spoluobčanů. Mnohdy je člověk zavinuje sám svou lhostejností a v neposlední řadě podceňováním rizika. Je mimo jiné třeba, aby se každý v případě živelné pohromy choval rozvážně a nepodléhal panice. Znalost dodržování předpisů o zajištění požární bezpečnosti je nedílnou a trvalou součástí vzdělání každého zaměstnance bez ohledu na to, jakou práci vykonává.

Základní povinnosti vyplývající ze zákona o PO č. 133/1985 Sb., v platném znění a vyhl. č. 246/2001 Sb.:

1. Každý je povinen počínat si tak, aby nezavdal příčinu ke vzniku požáru a aby přispěl podle svých sil k řádnému plnění úkolů v požární ochraně, zejména poskytnutím potřebné osobní a věcné pomoci, např. dopravními prostředky při zdolávání požáru a jiných živelných pohrom.
2. Každý, kdo zpozoruje požár, který sám nemůže uhasit, je povinen ihned vyhlásit poplach (v objektech SU jsou vyvěšeny požární poplachové

směrnice) a oznámit to tak, aby hasiči mohli zasáhnout co nejdříve.

Zaměstnanci jsou v zájmu zajištění požární bezpečnosti povinni:

1. Vyžadovat od svého bezprostředního nadřízeného poučení o požárním nebezpečí z hlediska technologie výroby nebo provozu, jakož i poučení o vlastnostech látek a materiálů, se kterými pracuje.

2. Zúčastnit se školení a výcviku požární ochrany a podrobit se předepsaným stanoveným zkouškám. Již při nástupu každého upozorňujeme, že v případě potřeby s ním budeme počítat i jako s členem požární hlídky či družstva.

3. Dodržovat předpisy a pokyny o zajištění požární bezpečnosti při práci, seznámit se s požárním řádem pracoviště, s požárními poplachovými směrnici, požárním evakuačním plánem a s rozmístěním a správným použitím hasících prostředků.

4. Oznámit svému nadřízenému nebo příslušnému pracovníkovi požární ochrany závady, které by mohly ohrozit bezpečnost, a podle svých schopností a možností se činně zúčastnit jejich odstraňování.

5. Na označených pracovištích dodržovat zákaz kouření!

6. Bez potřebného zaškolení nepracovat s tlakovými láhvemi

7. Hořlavé materiály (chemikálie, barvy, oleje, ředidla) ukládat jen do vyhrazených míst.

8. Dodržovat přísný zákaz používání soukromých elektrických, plynových nebo jiných spotřebičů, zvláště s otevřeným ohněm.

9. Neprovádět opravy elektrické instalace a spotřebičů, k nimž je oprávněn pouze odborník.

10. Neznemožňovat jakýmkoliv materiálem přístup k rozvaděčům energií a hasícím prostředkům.

11. Odpojit před odchodem z pracoviště elektrické spotřebiče od sítě, pokud to vyžadují pokyny výrobce spotřebiče, popř. jiný platný předpis,

12. Při vytápění kamny na tuhá paliva, naftu nebo plyn uhasit oheň před odchodem ze zaměstnání.

13. Při zapalování v kamnech nepoužívat žádné snadno zápalné látky (benzín, pastu na podlahu apod.) a nevyhrabávat žhavý popel z kamen.

Poučení o přenosných hasících přístrojích.

Každý požár lze v zárodku úspěšně uhasit přenosným hasícím přístrojem; návod k použití je na plášti přístroje. Všechny hasící přístroje se uvádějí v činnosti až v těsné blízkosti požářiště. Hasit je třeba vždy po větru!

Rozdělení přístrojů:

1. Vodní:

hasivo - roztok vody s uhličitánem draselným

účinek - ochlazování, druhotně působí oxid uhličitý a vzniklé vodní páry

vhodný - k hašení žhnoucích pevných látek - dřevo, papír, plast, hmoty, pryž, uhlí, sláma, aj.

nevhodný - na hořlavé kapaliny, barvy, dehet, oleje, tuky

nehasit - zařízení pod elektrickým napětím

2. Práškový:

hasivo - univerzální prášek

účinek - dochází k poklesu energie potřebné k hoření a izoluje hořící předmět od okolního vzduchu

vhodný - na žhnoucí pevné látky - dřevo, papíry ve svazcích, pryž, uhlí, textil; na kapalné látky - benzín, dehet, olej, laky; na plynné látky - acetylén, metan, svítíplyn, vodík, zemní plyn; na zařízení pod elektrickým napětím do 1 000 V

nevhodný - na volně uložené organické látky (obsahující uhlík), např. piliny, různé prachy, které by prášek vypuzovaný tlakem rozvířil a oheň by se rozšiřoval, jemné mechanické zařízení, potraviny.

Hašení provádět ze vzdálenosti min. 1.5 m od požáru

3. Sněhový:

hasivo - oxid uhličitý

účinek - dusivý, ochlazuje hořící předmět, vypuzuje okolní vzduch

vhodný - na kapalné látky - benzín, barvy, dehet, laky; na plynné látky - acetylén, metan, svítíplyn, vodík; na zařízení pod elektrickým napětím, přístroje jemné mechaniky, potraviny

nehasit - sypké volně ložené hmoty - hobliny, mouku, prachy. Hašení nutno provádět přímo do plamenů, jinak dojde k vypaření media a hašení je neúčinné.

Článek V

Pracujte bezpečně! Neriskujte!!!

Obecná ustanovení

- Dodržujte stanovené bezpečnostní a hygienické předpisy, pracovní postupy v souvislosti s pracovními úkony, používejte předepsané osobní ochranné pracovní prostředky

- Oznamujte ihned nedostatky a závady ohrožující zdraví a život na pracovišti

- Je vaší povinností podrobit se lékařským prohlídkám, zvláště u těch profesí, kde je zvýšené riziko při práci

- Hlaste nejbližšímu nadřízenému pracovní úraz i drobná poranění, poruchy strojů a technických zařízení. V případě pracovního úrazu spolupracovníka poskytněte první pomoc

- Nepožívejte v pracovní době alkoholické nápoje a nezneužívejte jiné návykové látky na pracovištích zaměstnavatele i mimo ně, dodržujte stanovený zákaz kouření

- Je vaší povinností podrobit se vyšetření v souvislosti s požitím alkoholu nebo jiných návykových látek podle ustanovení zvláštního předpisu zaměstnavatele (Směrnice SU)

- Respektujte pokyny nejen nadřízených zaměstnanců, ale i kontrolních orgánů

Pozor při práci u stroje

- Obsluha stroje musí mít potřebnou kvalifikaci a přiměřené odborné znalosti, musí být starší 18-ti let

a musí být důkladně seznámena s provozem stroje či technického zařízení. Navíc musí:

a) dodržovat technologický postup, neprovádět žádné zakázané operace a manipulace

b) před zahájením práce prohlédnout stroj, eventuálně závady či poškození ihned hlásit nadřízenému, dbát na správné ustrojení, mít nepoškozený pracovní oděv s přiléhavými manžetami rukávů a nohavic. Pracovní blůzu mít vždy zasunutou do kalhot, mít vhodnou pracovní obuv a vhodnou pokrývku hlavy (kde je to předepsané)

- seřizovat, čistit a mazat stroj jen za jeho klidu

- plně se soustředit na práci, nerozptylovat se na pracovišti dodržovat pořádek a čistotu

- při každém opuštění pracovního stroje či technického zařízení vždy tato zastavit, vypnout a uzamknout hlavní vypínač (pokud to vyžadují pokyny výrobce nebo předpis)

Pracuj s bezpečným náradím

- používej pro každý pracovní postup správné ruční nářadí. Nezaměňuj např. nůž za páčidlo, šroubovák za sekáč apod.

- každá pracovní operace vyžaduje správné ruční nářadí, včetně velikosti, naostření a dalších kvalit

- rukojeti, topírka a ostatní uchopovací části musí být v dobrém stavu. Prasklé, štípnuté rukojeti a topírka je nutno ihned vyměnit

- dodržuj pro odkládání nářadí vymezené místo tak, aby bylo bezpečné a při náhodném pádu nezpůsobilo úraz či poškození stroje či zařízení

- při práci s nářadím dodržuj pracovní postup, nikdy neved' pohyby sečným nářadím k tělu apod.

- při práci s mechanizovaným nářadím dbej příslušných bezpečnostních pravidel a dodržuj návod k obsluze

Jak manipulovat s předměty

- nezvedej předměty a břemena nadměrné hmotnosti

- zvedej a manipuluj s předměty a břemeny do max. přípustné hmotnosti, jak je stanoveno konvencí

- zvedej předměty vždy z podřepu a ne z předklonu. Přenášej je tak, aby hmotnost předmětu či břemena byla rozložena na celé tělo

- zdvihej vždy plynulými pohyby s rovnými zády a se vzpřímeným trupem

- používej vhodné pomůcky jako jsou pásky, vodící lišty, páky, posuvná kolečka apod. při manipulaci s břemeny

- při manipulaci s břemeny používej vždy osobní ochranné pracovní prostředky

- při vykládání, nakládání, přepravě břemen pomocí mechanismů, dbej na jejich nosnost, vol vhodné vázací prostředky nebo jiné uchopovací prostředky a dbej na bezpečnost přepravy

Opatrně s elektřinou

- při poruchách elektrického rozvodu či zařízení nikdy neprováděj opravu sám, nesahej na el. rozvody a zařízení

- nedotýkej se živých částí ani holého vedení elektrického proudu, které spadlo na zem

- stroj či technické zařízení můžeš pouze zapínat a vypínat

- veškeré opravy a údržba elektrických částí pracovních strojů a technických zařízení je výhradní záležitostí osob s elektrotechnickou kvalifikací.

Pozor na škodliviny

- při práci s jedy nebo škodlivými chemickými látkami nejez, nekuř a nepij

- před jídlem, pitím a kouřením v přestávkách práce se škodlivými látkami si důkladně umyj ruce, obličej a někdy i celé tělo. Totéž udělej vždy po skončení práce

- důsledně dodržuj technologické postupy a bezpečnostní předpisy, používej OOPP a dbej na osobní hygienu

- potraviny a nápoje nedávej mezi chemické škodliviny a jedy

- při práci na rizikových pracovištích se škodlivými chemickými látkami a jedy dbej důsledně na pravidelné lékařské prohlídky

Neriskuj při práci ve výšce

- nepracuj při nepříznivých povětrnostních podmínkách, jako je prudký déšť, silný vítr, námraza atd. Vždy dodržuj technologické postupy a platné bezpečnostní předpisy pro práci ve výškách a v prohlubních

- při závratích nebo nesnášenlivosti pracovat ve výškách či ve výkopu je třeba tuto skutečnost oznámit nadřízenému

- nikdy nevstupuj do nezajištěného výkopu (od jeho stěn hrozí zával)

- při práci na žebříku nikdy nevstupuj na poslední příčel (hrozí pád z výšky)

- nikdy nenechávej ležet nářadí nebo materiál volně, neboť jejich pád může zapříčinit úraz jiné osoby

- vždy používej předepsané OOPP a vhodnou obuv

Na pracoviště alkohol nepatří

- požívání alkoholických nápojů před započatím práce nebo při práci je zakázáno

- každý, kdo byl vyzván k vyšetření na zjištění alkoholu či jiných omamných látek musí tohoto pokynu uposlechnout

- je-li požití alkoholu prokázáno, pak se postupuje podle interního předpisu zaměstnavatele

- ten, kdo si způsobí újmu na zdraví z opilosti, a zaměstnavatel prokáže, že tomu nemohl zabránit, dává zaměstnavateli důvod pro zproštění odpovědnosti za vzniklou škodu

Osobní ochranné pracovní prostředky

- používej přidělené osobní ochranné prostředky při práci u zaměstnavatele

- udržuj a šetři ochranné prostředky, poškozené včas vrať a vyměň za nové, nikdy je svévolně nepoškozuj

- pamatuj, že zanedbat používání ochranných prostředků znamená porušit povinnost. Zaměstnanci může být uložena pokuta. Dojde-li za zanedbání použití ochranných prostředků k pracovnímu úrazu nebo nemoci z povolání, je to i důvod ke zproštění odpovědnosti zaměstnavatele za vzniklou škodu

Při úrazu záleží na první pomoci

- úraz, který způsobil pracovní neschopnost kratší než jeden den, musí být zapsán v knize úrazů zavedené na každém pracovišti
- jde-li o úraz, kde pracovní neschopnost je delší než jeden den, sepíše se zraněným Záznam o úraze, a to do dvou dnů po ohlášení. Záznam sepisuje nejbližší nadřízený zraněného
- pamatuj na důležitost okamžitého ošetření zraněného, na první pomoc, kterou je povinen poskytnout každý, kdo je úrazu nejbližší. Důležité je i na co nerychlejší přivolání lékaře
- je třeba vědět, kde je umístěna lékárnička, znát telefonní či jiné spojení na zdravotní zařízení

- uplatnit ihned po skončení léčby požadavek na odškodnění, pokud se zaměstnavatel úplně nezproští odpovědnosti za vzniklou škodu

Pozor na požáry

- nekuř a nemanipuluj s ohněm tam, kde je to zakázáno
- hořlavé, snadno vznětlivé a zápalné látky ukládej na určené místo, ne blízko zdroje ohně, v jejich blízkosti neškrtej zápalkami či zapalovačem
- dbej, aby byl zajištěn volný přístup k hasicím přístrojům a k místům s hasicími prostředky
- zajisti, aby nouzové východy byly zcela průchodné
- při vzniku požáru nepodléhej panice, účinky požáru nikdy nepodceňuj
- nauč se správně ovládat hasicí přístroje, znej jejich správné použití

Doplňující nařízení pro vstup do organizace:

Se všemi ostatními povinnostmi budete před započítím práce, která patří do Vaší činnosti, seznámen(a) svým vedoucím při „školení na pracovišti“ o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci a o požární ochraně.

Potvrzuji, že jsem prošel(a) vstupním školením o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci a o požární ochraně a že jsem byl(a) náležitě poučen(a) o svých povinnostech. Záznam jsem četl(a) a porozuměl(a) jsem mu. Nedílnou součástí tohoto záznamu je Příloha č. 1, která obsahuje jmenovitý seznam školených studentů

