

Sposoby zapobiegania zagrożeniom życia i zdrowia w miejscu pracy - charakterystyka.

Przed hałasem:

- zmiana technologii
- ograniczenie w źródle
- ochrony osobiste słuchu
- materiały dźwiękochłonne
- wyważanie obracających się części
- sprawdzanie i dokręcanie śrub
- smarowanie
- amortyzowanie maszyn
- stosowanie mniej hałaśliwych urządzeń
- ekrany akustyczne
- wały ziemne
- pasy zieleni
- okna, drzwi dźwiękochłonne
- instalacja wodno-kanalizacyjna z materiałów dźwiękochłonnych
- ograniczanie czasu pracy hałaśliwych urządzeń
- odpowiednie usytuowanie hałaśliwych obiektów – daleko
- tłumiki w silnikach spalinowych

Przed mikroklimatem:

- aklimatyzacja pracowników
- utrzymywanie w środowisku pracy odpowiedniej temperatury, wilgotności, czystości powietrza – stosowanie klimatyzacji
- zapewnienie odpowiedniej wymiany powietrza – wentylacja
- odpowiednie ubranie – ciepłe lub przewiewne
- nawodnienie organizmu – dostęp do wody
- możliwość ogrzania się
- zapewnienie powietrza w zamkniętych pomieszczeniach wolnego od zanieczyszczeń, od grzybów (pleśni)

Przed oświetleniem:

- właściwe natężenie oświetlenia
- właściwa równomierność oświetlenia
- odpowiednie lampy i oprawy
- odpowiednie zastony, żaluzje
- odpowiednia powierzchnia okien
- odpowiednie usytuowanie stanowisk pracy w stosunku do okien i oświetlenia
- brak migania światła
- prowadzenie badań oświetlenia na stanowiskach pracy
- brak cieni i oślnienia
- stosowanie odpowiednich powierzchni pomieszczeń i kolorów

Przed czynnikami chemicznymi:

- zakaz spożywania posiłków i napojów w pomieszczeniach z substancjami chemicznymi
- stosowanie oznaczeń substancji niebezpiecznych
- systematyczna kontrola stężeń substancji

- usuwanie substancji niebezpiecznych lub zastępowanie substancją mniej niebezpieczną
- stosowanie ekologicznych środków transportu
- odpowiednia wentylacja
- dobry stan techniczny urządzeń
- odległość lub osłona od substancji szkodliwej
- automatyzacja
- skrócenie czasu pracy
- rotacja pracowników
- środki ochrony osobistej
- zmiana technologii
- izolowanie pomieszczeń

Przed pyłami:

- systematyczna kontrola stężeń
- środki ochrony indywidualnej
- hermetyzacja procesów produkcyjnych
- wentylacja
- filtry
- skracanie czasu pracy
- rotacja pracowników
- zakaz używania ognia i urządzeń iskrzących

Przed stresem:

- unikanie i ograniczanie czynników stresogennych:
 - hałas
 - przeciążenie lub niedociążenie pracą
 - nadmierne lub sprzeczne wymagania
 - konflikty
 - agresja
 - brak wsparcia
 - nieuzasadniona krytyka
 - zła organizacja pracy
 - świadomość zagrożeń i odpowiedzialności
- organizacja pracy bez presji na pracownika
- szkolenia w umiejętności komunikacji
- zapewnienie dobrych warunków pracy fizycznych
- aktywność fizyczna
- techniki relaksacyjne