

PATVIRTINTA

Panevėžio rajono savivaldybės

viešosios bibliotekos direktoriaus

2021 m. gruodžio d. įsakymu Nr. V-

DIRBANČIŲJŲ PAKROVIMO (IŠKROVIMO) DARBUS RANKINIU BŪDU SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA NR. 4

1. BENDROJI DALIS


1.1. Dirbti pakrovimo (iškrovimo) darbus gali asmuo, ne jaunesnis kaip 18 metų (toliau vadinama – darbuotojas), nustatyta tvarka priimtas į darbą, išklausęs įvadinį darbuotojo saugos ir sveikatos, įvadinį priešgaisrinės saugos bei pirminį instruktažus darbo vietoje, pasirašius instruktažų registracijos žurnaluose. Asmuo turi būti patikrinęs sveikatą ir turėti asmens medicininę knygelę.




1.2. Darbuotojas turi laikytis vidaus darbo tvarkos taisyklių, saugoti savo ir nekenkti kitų darbuotojų sveikatai, nedirbti su techniškai netvarkingomis darbo priemonėmis, atlikti tik paskirtą darbą, neleisti dirbti pašaliniam asmeniui, žinoti ir vykdyti šios instrukcijos reikalavimus.


1.3. Negalima dirbti neblaiviam ar apsvaigusiam nuo narkotikų, kitų toksinių medžiagų, sergant, vartojant stiprius raminamuosius vaistus. Pastebėjus neblaivų darbuotoją privalu nedelsiant pranešti vadovui ir imtis visų priemonių nelaimėi užkirsti.

1.4. Apie darbo metu gautas traumas ar pastebėjus kito darbuotojo traumavimą, kitus su darbu susijusius sveikatos sutrikimus, būtina nedelsiant pranešti vadovui ar jį pavaduojančiam asmeniui ir direktoriui, asmenims, atsakingiems už darbo saugą ir sveikatą bei gaisrinę saugą.

2. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI. SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO

2.1.  Galimi pavojingi ir kenksmingi veiksniai:

Pavojingas veiksnys	Galimos pasekmės	Veiksmai norint išvengti pavojaus
 Elektros srovės poveikis	Galimos traumos, širdies darbo sutrikimas, mirtis.	Pačiam neremontuoti elektrinių įrankių, kirtiklių, jungiklių, kištukinių lizdų, nekeisti saugiklių.
 Įrenginių ir įrankių eksploatavimo reikalavimų nesilaikymas	Galimos traumos.	Vizualiai tikrinti įrankių ir įrenginių techninę būklę, tvarkingumą, nedirbti su netvarkingais įrankiais ir įrenginiais, juos naudoti pagal paskirtį ir laikantis jų eksploatavimo reikalavimų.
Darbas mechanizmų ir transporto judėjimo zonose	Galimos avarijos ir traumos.	Saugotis judančio transporto, vaikščioti tik numatytais takais ir praejimas.
 Krentantys daiktai	Galimi galvos, galūnių sužalojimai.	Daiktus, įrankius, priemones darbo vietoje sudėti taip, kad jie negalėtų nukristi.
Nepakankamas darbo vietos apšvietimas	Didėja akių nuovargis, regos susilpnėjimas, galimos darbo klaidos.	Jeigu bendras apšvietumas yra mažesnis už nurodytą teisės aktuose, būtina papildomai naudoti kilnojamosios šviestuvus.
Pavojingas veiksnys	Galimos pasekmės	Veiksmai norint išvengti pavojaus

 <p>Darbo vietos, praėjimo kelių užkrovimas, užgriozdinimas daiktais, paslydimas, pargriuvimas</p>	<p>Galimi įvairūs sužeidimai, įvairaus sunkumo traumos: kaulų lūžiai, raumenų sistemos sužalojimai.</p>	<p>Palaikyti tvarką darbo vietoje, neužgriozdinti daiktais, kroviniais, įranga. Siekiant išvengti užkliuvimo, kliūtis reikia pašalinti. Darbo vietoje grindų dangos turi būti neslidžios, sausos, lygios. Esant slidžioms grindims ar išsiliejus skysčiams, nedelsiant jas išvalyti, naudojant tinkamą valymo metodą. Dėvėti avalynę, pritaikytą prie darbuotojo darbo aplinkos.</p>
<p>Netinkamas mikroklimatas (temperatūra, drėgmė, ventilacija ir t. t.), nepalankios meteorologinės sąlygos</p>	<p>Galimi įvairūs susirgimai, nušalimai, traumos.</p>	<p>Įvertinti meteorologines sąlygas, apsirengti tinkamus šioms sąlygoms darbo rūbus, avalynę.</p>
<p>Dulkės (organinės ir neorganinės kilmės), garai, aerozoliai</p>	<p>Neigiamas poveikis organizmui, galimos alerginės ir profesinės ligos.</p>	<p>Jeigu oro užterštumas viršija leistiną normą, jo sumažinti negalima, reikia dėvėti tinkamai priderintą respiratorių.</p>
 <p>Cheminės medžiagos</p>	<p>Galimi apsinuodijimai, nudegimai, alerginės reakcijos.</p>	<p>Vadovautis saugos duomenų lapuose nurodytais reikalavimais bei nurodytomis asmeninėmis apsaugos priemonėmis.</p>
<p>Fizinė perkrova</p>	<p>Galimos traumos, raumenų patempimai.</p>	<p>Nekelti vienam daiktų, krovinų, viršijančių leistiną krovinio kėlimo normą. Leidžiama nepavojinga vienkartinė keliamo ir pernešamo krovinio masė kartu dirbant kitą darbą ne daugiau kaip: vyrams – iki 30 kg; moterims – iki 10 kg. Jeigu svoris yra didesnis, kelti dviese ar naudoti kėlimo transportavimo mechanizmus.</p>
 <p>Kritimas iš aukščio</p>	<p>Galimi įvairūs sužeidimai.</p>	<p>Palipimui naudoti tik stabilias, tvarkingas paaukštėjimo priemones.</p>
 <p>Kritimas nuo laiptų</p>	<p>Kritimo, išnirimo rizika, galimos traumos, įvairūs sužeidimai</p>	<p>Būti atsargiems lipant laiptais ar nulipant nuo jų. Kritimų nuo laiptų padeda išvengti turėklai, pakopų padengimas slydimui atsparia danga, geras matomumas ir tinkamas pažymėjimas bei pakankamas apšvietimas.</p>

2.2. Darbuotojas privalo:

2.2.1 nepradėti dirbti be asmeninių apsauginių priemonių, kaip to reikalauja saugos darbe norminiai aktai, naudoti jas viso darbo proceso metu. Nevalgyti, negerti, nerūkyti.

2.2.2 rūpestingai prižiūrėti ir naudoti pagal paskirti asmenines apsaugines priemones, laiku pranešti darbdaviui ar jo įgaliotam asmeniui apie jų susidėvėjimą, užterštumą, netinkamumą naudoti ir apie tai, kad baigiasi jų naudojimo terminas;


2.2.3 darbo įstatymo nustatyta tvarka atlyginti nuostolius, jeigu asmeninė apsauginė priemonė dėl darbuotojo kaltės dingo arba buvo sugadinta.

2.3. Atsižvelgiant į atliekamų darbų pobūdį ir naudojamų medžiagų savybes ar jeigu asmeninė apsauginė priemonė susidėvėjo ar kitaip tapo netinkama naudoti, darbuotojui nemokamai turi būti išduodamos naujos ar papildomos priemonės.

3. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ

- 3.1. Apsivilkti darbo rūbus taip, kad jie netrukdytų ir nevaržytų judesių. Užsisegti sagas. Užsimauti darbo pirštines. Kišenėse neturi būti aštrių ir dūžtančių daiktų.
- 3.2. Apžiūrėti darbo vietą, pašalinti nereikalingus daiktus, galinčius trukdyti darbui.
- 3.3. Patikrinti, ar tvarkinga įranga, su kuria bus dirbama darbo metu.
- 3.4. Patikrinti, ar tvarkingos grindys (nešlapios, neslidžios), neužkrauti vaikščiojimui skirti praėjimai.
- 3.5. Vizualiai patikrinti elektros įrenginius darbo vietoje:
 - 3.5.1. ar tvarkingas elektros kabelio kištukas, rozetė, į kurią jungiamas įrenginys;
 - 3.5.2. ar nenutrūkę elektros laidai, jungiantys įrenginį su elektros tinklu, ar nepažeista jų izoliacija.
- 3.6. Pastebėjus bet kokius trūkumus, pagal galimybes ir kompetenciją pašalinti juos arba pranešti padalinio vadovui, informuoti atsakingus asmenis už darbuotojų saugą ir sveikatą.

4. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

- 4.1. Darbuotojas turi dirbti laikydamasis padalinio vadovo ar jį pavaduojančio asmens nurodymų, atlikti tik pavestus darbus ir užduotis, neužsiimti pašaliniais, su darbu nesusijusiais dalykais.
- 4.2. Apsivilkti darbo rūbus taip, kad jie netrukdytų ir nevaržytų judesių. Užsisegti sagas. Užsimauti darbo pirštines. Kišenėse neturi būti aštrių ir dūžtančių daiktų.
- 4.3.  Keliant krovinį, reikėtų taikyti šią metodiką (1, 2, 3 pav.):
 - 4.3.1. atsistoti taip, kad pėdos būtų ties skirtingais krovinio kraštais, o kūnas – palinkęs virš krovinio (jei tai neįmanoma, pasistengti kuo labiau prisiglausti prie krovinio);
 - 4.3.2. keliant naudoti kojų raumenis;
 - 4.3.3. ištiesti nugarą;
 - 4.3.4. priglausti krovinį kuo arčiau kūno;
 - 4.3.5. kelti ir nešti krovinį žemyn nuleistomis rankomis.



1 pav. Teisingas krovinių kėlimas rankomis



2 pav. Teisingas krovinių pernešimas



3 pav. Reikėtų vengti sukioji ir lankstyti nugarą

4.4. Palaikyti darbo vietoje švarą ir tvarką.

4.5. Įsitikinti, kad darbo zonos apšvietimas yra pakankamas.

4.6. Įsitikinti, ar darbo zonoje neslidi danga. Esant slidžiai praėjimo dangai, ją nuvalyti ir pabarstyti smėliu.

4.7. Jei kroviniai nuolat keliami rankomis, tokie darbai turi būti kaitaliojami su kitokio pobūdžio darbais arba turi būti daromos pertraukos.

4.8. Kroviniui nešti pasirinkti lygų, be staigių aukščio pasikeitimų, trumpiausią kelią. Neiti per sudėtus krovinis, nesistengti aplenksti priekyje einančių.

4.8. Iš krovinų transportavimo rankomis ruožų turi būti pašalinti trukdantys daiktai. Jei tokios galimybės nėra, turi būti įrengiami saugūs apėjimai ar keliai. Šiuose ruožuose neturi kilti pavojaus paslysti, kristi, užkliūti ar atsitrekti.

4.9. Praėjimai turi būti gerai apšviesti, o jų pagrindas stabilus, jie turi būti pakankamai platūs ir aukšti, kad būtų galima pernešti krovinis visiškai išsitiesus.

4.10. Nešant krovinis vienam paskui kitą, reikia išlaikyti tokį atstumą, kad, iškritus kroviniui, nebūtų sužeistas iš paskos einantis darbuotojas.

4.11. Nešant krovinis dviese, žengti ta pačia koja, krovinis nuleisti pagal komandą. Nekelti krovinų per galvą.

4.12. Draudžiama nešti lengvai užsidegančius krovinis ar kitas pavojingas medžiagas ant nugaros, juos reikia vežti vežimėliu arba neštuvais.

4.13. Draudžiama nešti ir krauti krovinis tamsiu paros metu, jei krovinis ir darbo vieta nėra gerai apšviesti.

4.14. Siekiant kėlimo metu išvengti rizikos, krovinis turi būti tinkamai įpakuotas ir parengtas kėlimui. Draudžiama nešti krovinis netvarkingoje taroje – su atsikišusiomis vinimis, atplyšusia viela.

4.15. Kroviniai, kraunami į rietuves ar krūvas, neturi slysti ir kristi, o rietuvės ar krūvos neiširti ar pajudėti.

4.16. Nesandėliuoti į rietuves blogai įpakuotų krovinų. Į rietuves dėti vienos rūšies ir vienodų matmenų krovinis. Rietuvės šonai turi būti vertikalūs ir lygūs.

4.17. Nekrauti rietuvių viena prie kitos. Atstumas tarp rietuvių turi būti ne mažesnis kaip 0,8 m, rietuvės aukštis neturi viršyti 2 m.

4.18. Sandėliuose priešais durų angą atstumas nuo rietuvių turi būti ne mažesnis už durų plotį.

4.19. Draudžiama krauti krovinis arčiau kaip 0,5 m nuo šviestuvų, 1 m nuo lubų ir 0,8 m nuo sienos.

4.20. Stiklinė tara su skysčiu sustatoma stačiai, kakleliais į viršų.

4.21. Dirbant aukštyje, dedant krovinis į rietuves, nuimant juos, naudotis tvirtomis kopėčiomis su aštriais metaliniais kaišiais apačioje. Naudotis atsitiktinėmis atramomis (dėžėmis, statinėmis) draudžiama.

4.22. Sandėliuojant krovinis į stelažus, sunkesnius dėti apatinėse lentynose.

4.23. Krovinį kraunant ar ridenant, reikia būti už jo arba iš šono.

- 4.24. Kraunant iš automobilio statines, naudotis tvirtais nuolydžiais, galuose turinčiais geležinius kablius, neleidžiančius slysti. Žiemą nuo nuolydžių reikia nuvalyti sniegą, ledą, pabarstyti smėliu. Nenaudoti atsitiktinai pakliuvusių lentų ar kitų daiktų.
- 4.25. Ridenant statines iš automobilio, automobilyje esantis krovėjas turi prilaikyti virvėmis ridenamas statines. Draudžiama naudoti nusitrynusią ar surištą virvę.
- 4.26. Naudojant technines krovinių kėlimo priemones, turi būti užtikrintas krovinio stabilumas, o jų naudojimas neturi sukelti papildomos rizikos ir pavojingų veiksnių.
- 4.27. Kai kroviniai transportuojami techninėmis priemonėmis, turi būti užtikrinta atliekančių krovimo darbus ir šalia esančių darbuotojų apsauga nuo galimo jų kliudymo judančiu kroviniu, nuo inercinio virtimo ar panašių pavojų. Techninės priemonės krovinių kėlimui turi būti naudojamos pagal jų gamintojo instrukcijų reikalavimus.
- 4.28. Kraunantys pavojingus krovinius turi būti papildomai apmokyti ir atestuoti, mokėti naudotis individualiomis apsaugos priemonėmis ir mokėti suteikti nekentėjusiam pirmąją pagalbą.
- 4.29. Pavojingus krovinius lydintis krovėjas turi važiuoti tik vairuotojo kabinoje. Automobilio kėbule kartu su pavojingais kroviniais nieko negalima vežti.
- 4.30. Balioną su suslėgtomis ar suskystintomis dujomis perkelti galima tik su specialiu vežimėliu arba neštuvais su baliono matmenis atitinkančiu lizdu, išklota minkšta medžiaga. Vengti smūgių, kad neįvyktų sprogitimas.
- 4.31. Neleidžiama nešti balioną ant pečių.
- 4.32. Kraunant kėbule daugiau kaip vieną eilę balionų, naudoti pertvaras tarp eilių, kad balionai vienas prie kito nesiliestų. Balionai turi būti su gaubtais.
- 4.33. Negalima kartu vežti deguonies ir acetileno dujų balionų (tuščių ir pilnų).
- 4.34. Pervežant balionus vasarą, reikia uždengti užtiesalu, apsaugančiu nuo tiesioginių saulės spindulių.
- 4.35. Transportuoti vertikaloje padėtyje balionus su slėgiu leidžiama tik specialiuose stovuose, kuriuose kiekvienas įtvirtintas atskirai.
- 4.36. Prieš pradėdant krauti supakuotus pavojingus krovinius, reikia atidžiai apžiūrėti pakuotės būklę. Aptikus nors ir nežymių taros gedimų, krovinytis turi būti imamas ypač atsargiai.
- 4.37. Krauti, transportuoti stiklinį butelį, pripiltą rūgščių, šarmų, druskos tirpalo, galima tik pintoje arba medinėje patvarioje dėžėje, išklotoje šiaudais ar drožlėmis.
- 4.38. Kiekviena tara turi būti įtvirtinama, kad nejudėtų.
- 4.39. Kai iš sudaužyto butelio yra išsiliejęs pavojingas skystis, krovėjas turi užsidėti dujokaukę.
- 4.40. Pakrovos aukštis turi būti ne didesnis už važiavimo kelyje po tiltais ir viadukais esančių pravažų aukštį; šis aukštis nuo kelio paviršiaus iki aukščiausio krovinio taško turi būti ne didesnis kaip 4 m.
- 4.41. Gabalinius krovinius reikia sudėti glaustai, be tarpų, kad vežant, staigiai stabdant, pradėdant važiuoti ir staigiuose posūkiuose jie negalėtų slankioti ant kėbulo grindų. Kai tarp krovinių yra tarpas, reikia įstatyti stiprius medinius tarpiklius ir spyrius.
- 4.42. Pernešant krovinius rankomis lygiu horizontaliu paviršiumi, didžiausia norma 1 žmogui neturi viršyti:
- moterims – **10** kg;
 - vyrams – **30** kg;
- 4.43. Jeigu krovinio svoris yra didesnis, nei leidžiama minimali norma, darbuotojai keliant krovinį turi naudotis pagalbinėmis priemonėmis arba kelti dviese.
- 4.44. Darbo metu pastebėjus bet kokius trūkumus, pagal galimybes ir kompetenciją pašalinti juos arba pranešti padalinio vadovui, informuoti atsakingas tarnybas.

5. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS

5.1. Sutrikus darbo režimui arba įvykus avarijai, būtina darbus nedelsiant nutraukti, perspėti šalia dirbančius darbuotojus apie galimą grėsmę, pagal savo kompetenciją imtis priemonių rizikai

pašalinti, nedelsiant pranešti apie susidariusią situaciją vadovui, asmenims, atsakingiems už darbo saugą ir sveikatą.

5.2. Darbuotojas, matęs nelaimingą atsitikimą darbe arba jo padarinius, privalo apie nelaimingą atsitikimą darbe nedelsdamas pranešti vadovui, asmenims, atsakingiems už darbo saugą ir sveikatą bei gaisrinę saugą, suteikti nekentėjusiam pirmąją medicinos pagalbą, prireikus iškviesti gydytoją tel. 112.

5.3. Darbo vieta ir įrenginiai, kur įvyko nelaimingas atsitikimas, turi būti išsaugoti tokie, kokie buvo nelaimingo atsitikimo metu. Būtinai pakeitimai gali būti daromi, jeigu jų nepadarius kiltų pavojus aplinkinių sveikatai ir gyvybei, tačiau visa tai turi būti įforminta raštu, pagal galimybes nufotografuota ar nufilmuota.

5.4. Pastebėjus gaisrą, nedelsiant pranešti ugniagesiams tel. 112, informuoti asmenis, atsakingus už darbo saugą ir sveikatą bei gaisrinę saugą, ir gesinti gaisro židinių turimomis gesinimo priemonėmis.

5.5. Nelaimingu atsitikimu kelyje į darbą ir iš darbo laikomas tik toks nelaimingas atsitikimas, kuris įvyko po darbo ar prieš darbo pradžią tiesioginiame kelyje tarp darbuotojo namų ir darbo. Apie tokį įvykį darbuotojas privalo kaip įmanoma greičiau informuoti savo tiesioginį vadovą, asmenis, atsakingus už darbuotojų saugą ir sveikatą.

6. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ

6.1. Išjungti įrenginius, su kuriais buvo dirbta.

6.2. Sutvarkyti savo darbo vietą.

6.3. Prieš užrakindamas duris darbuotojas privalo patikrinti:

6.3.1 ar uždaryti langai;

6.3.2 ar patalpoje nėra pasilikusių žmonių;

6.3.3 ar išjungti elektros įrenginiai, radijas, apšvietimas;

6.3.4 ar nesijaučia patalpose dujų, degėsių ir kitų nebūdingų specifinių kvapų;

6.3.5 ar ant patalpų šildymo sistemos nepalikta skudurų ar kitų degių medžiagų.

6.4. Darbuotojas, išeinantis iš patalpos paskutinis, privalo užrakinti duris.

Instrukciją parengė

Ūkio dalies vedėjas

Egidijus Boguška