

Vprašanja za strokovne delavce

Luka Bratec, ZVD Zavod za varstvo pri delu

Luka Bratec je varnostni inženir in na ZVD Zavodu za varstvo pri delu opravlja naloge varnosti pri delu. Ima več kot 13 let izkušenj na področju varnosti in zdravja pri delu ter varstva pred požarom. Njegove izkušnje obsegajo delo na vseh področjih varnosti in zdravja pri delu (VZD) ter varstva pred požarom (VPP) s poudarkom na usposabljanjih za varno delo, ocenjevanju tveganja ter vzpostavljanja in vodenja sistemov VZD/VPP v manjših in večjih podjetjih.

Sodeloval je v več mednarodnih projektih s področja VZD, med katerimi je bil tudi 2-letni Twinning projekt »Harmonisation and implementation of the regulations on Labour Inspection and Safety at Work« kot Short Term Expert (STA) v Črni gori, kjer je vodil komponento, ki se je ukvarjala s prenosom dobre prakse iz Slovenije na področju ocenjevanja tveganj.

Kot predstavnik Društva varnostnih inženirjev Ljubljana je sodeloval pri nevladnem projektu vzpostavitve povezovanja balkanskih strokovnih združenj na področju VZD.

Odgovoril je na nekaj zastavljenih vprašanj in predstavil svoje razmišljanje o dilemah VPD ter rešitve, ki jih izvaja pri vsakodnevem delu kot strokovni delavec.



Enaka vprašanja kot za Luko Bratca bomo v naslednjih številkah postavili varnostnim inženirjem iz različnih podjetij in drugih ustanov.

Z veseljem bomo upoštevali tudi vaše predloge za intervjuvance.

[Katera so tista vprašanja s področja VPD, za katere kot strokovni delavec nimate ustreznih rešitev/odgovorov?](#)

Področja z najtežje rešljivimi problemi so po mojih izkušnjah povezana z naravo obnašanja človeka –delavca. Najtežje je ljudi prepričati, da se morajo obnašati varno oziroma spremeniti dosednji način obnašanja. Ljudje so bili dolga leta navajeni delo opravljati na določen način, ki pa lahko tudi ni v skladu z današnjimi vrednotami, ko govorimo o varnosti pri delu. Zanimivo je, da je veliko lažje zmanjšati ali odpraviti nevarnosti, ki izhajajo iz delovne okolja, delovne opreme in delovnih naprav. Za ta področja so tudi večinoma v veljavi posebni standardi, direktive in predpisi, kjer so precej natančno predpisane zahteve za ureditev. Ko pa govorimo o načinu obnašanja ljudi na delovnih mestih, so stvari precej bolj nedorečene. Načeloma se ve, kaj se ne sme, toda kako v praksi doseči, da se bodo

ljudje obnašali varno, je eno najtežjih vprašanj na področju varnosti in zdravja pri delu.

[Ali ste v zadnjem letu imeli v vašem podjetju kakšno nesrečo pri delu ?](#)

Na srečo v ZVD Zavodu za varstvo pri delu nimamo veliko poškodb; tako smo imeli v zadnjem letu samo eno poškodbo in še ta se je zgodila na cesti, zato naš delavec ni imel vpliva na njen nastanek. Glede na način opravljanja dela, ko precej sodelavcev veliko časa preživi na cesti, je verjetno taka nezgoda tudi pričakovana oziroma bolj verjetna.

[Če da, kaj ste se iz tega dogodka naučili in kakšne ukrepe ste izvedli, da se tovrstna nesreča ne bi ponovila ?](#)

Glede na to, da sodelavec ni imel vpliva na nastanek nezgode, posebni ukrepi niso bili potrebni. Se pa tudi na področju varnosti v cestnem prometu počasi uvaja nov princip zagotavljanja

varnosti udeležencev, in sicer v smeri, da bo pomembno, ali smo storili vse, kar je bilo mogoče, da do nezgode ni prišlo, in ne več samo ali smo bi krivi za nezgodo. To vključuje tudi predvidevanje, kaj bodo storili drugi udeleženci v prometu, pasivno vožnjo in drugo. Seveda pa to ne sme povečati delavčeve odgovornosti pri nezgodah nad nivo, ki jih predpisujejo cestno-prometni predpisi.

Kdaj ste nazadnje revidirali oceno tveganja ?

Izjavo o varnosti z oceno tveganj revidiramo v povprečju vsaki dve leti, vendar to ne pomeni, da se v vmesnem času z njo ne ukvarjamo. Oceno tveganja imamo urejeno na tak način, da z njeno pomočjo sproti vodimo tudi evidence s področja varnosti pri delu in varstva pred požarom. V praksi je tako ocena tveganja revidirana vsakokrat, ko izvedemo kakšen ukrep za zagotovitev varnega dela.

Kako organizirate izobraževanje delavcev za VPD ?

Do sedaj smo na ZVD usposabljanja za varno delo izvajali na običajen način, in sicer v obliki skupinskih in individualnih usposabljanj. Mnogo zaposlenih, ki se poklicno ukvarjamo z zagotavljanjem varnega dela, svoje znanje redno nadgrajujemo tudi z udeležbo na različnih vrstah seminarjev, kongresov, z obiskom sejmov in podobnimi načini usposabljanja.

Letos na področju usposabljanja na ZVD uvajamo novost. Za vse zaposlene, ki ne opravljajo nevarnejših opravil, bomo do konca leta izpeljali e-usposabljanje, ki smo ga v zadnjem letu uspešno vpeljali tudi za naše zainteresirane stranke. Tako se tudi na tem področju trudimo, da gremo v korak s časom in izkoristimo prednosti, ki nam jih prinaša informacijska tehnologija. [60](#)

Promocija zdravja

Luka Koper: Projekt BVK

Moderni delovni človek je vse bolj izpostavljen negativnim učinkom dolgotrajnega sedenja. Človeško telo, ki je namenjeno premikanju, v nepremičnem položaju pri procesu dela trpi. Negativne učinke dolgotrajnega sedenja pa lahko zmanjšamo z uporabo ergonomskih delovnih stolov/sedežev, pri katerih so poudarjene pravilne linije, ki pomagajo telesu, da obdrži sproščeno in pravilno držo pri intenzivnih delovnih procesih.

O PROJEKTU

Aprila 2013 smo v Luki Koper v sodelovanju z Univerzo na Primorskem pričeli izvajati projekt BVK (Bolečina v križu), s katerim smo želeli reševati številne probleme zaradi statične narave dela. V projektu je sodelovalo 150 zaposlenih, ki opravljajo različne vrste del. Zaključek projekta je bil 15. maja s konferenco v Portorožu ter izdajo knjige z naslovom »Bolečina v spodnjem delu hrbta«. Aktivnosti še vedno nadaljujemo, jih nadgrajujemo in navezujemo na ostale panoge Promocije zdravja in VZD.

Bolezni mišično-skeletnega sistema in vezivnega tkiva so v letu 2013 po pogostosti obolenj v Luki Koper na 4. mestu (120 obolenj oz. 14,13 % vseh obolenj). 4. mesto je zelo visoka številka, če upoštevamo, da prva tri mesta zavzemajo presnovne in

Avtor:
Mirko Slosar,
dipl. ing. tehnol. prom.,
strokovni delavec VZE
Luka Koper d.d.

DOLGOTRAJNO STATIČNO SEDENJE

To je sedenje v sključenem položaju in brez možnosti premikanja telesa med procesom dela. Pri takem sedenju čutimo pomanjkanje podpore telesa v lumbalnem (ledvenem) delu hrbtenice pri čemer se poveča pritisk na hrbtenična vretenca. Poleg tega se pojavi bolečina v mišicah hrbta, vratu in ramenskem obroču, pride do zmanjšanja cirkulacije krvnega in limfnega obtoka v teh predelih, kar vodi v povečanje stresa teh organskih sistemov.

Vse to ne vpliva le na zmanjšano delovno sposobnost, temveč povzroča tudi resne zdravstvene težave.

MEDVRETENČNE PLOŠČICE

Medvretenčne ploščice so največji sistem v človeškem telesu, ki ni oskrbovan s krvjo. Hrustančno/vezivno tkivo se hrani s procesom difuzije, ki je odvisna od pritiska in gibanja. Absorbcija tekočine in hranljivih snovi ter izločanje škodljivih metabolitov v medvretenčnih ploščicah sta odvisna od stopnje pritiska na posamezna vretenca. Statično sedenje v sključenem položaju ta pritisk poveča, kar neizogibno povzroča neugodne spremembe v njihovem metabolizmu. Posledica takšnega sedenja je asimetrično povečanje pritiska na medvretenčne ploščice, kar lahko povzroča strukturne poškodbe vretenec in diskov ter bolečine, ki se najpogosteje pojavljajo v tem delu hrbtenice.