

# Að greina hættur á vinnustað - hollráð fyrir ungt fólk

Evrópska vinnuverndarstofnunin (European Agency for Safety and Health at Work)

## Það gæti komið fyrir þig

Ef þú verður fyrir slysi eða heilsutjóni á vinnustað gætir þú þurft að búa við það alla þína ævi. Strax fyrsta daginn í vinnunni gæti hörmulegur atburður átt sér stað. Hægt er að koma í veg fyrir flest þessara slysa.

Ef þú ert byrjandi gæti áhættan verið meiri hjá þér en eldra samstarfsfólki þínu. Sem nýliða á vinnustað skortir þig bæði starfsreynslu og þekkingu á því sem ógnað getur heilbrigði þínu og öryggi. Þú átt rétt á öruggu og heilsusamlegu vinnuumhverfi. Það felur í sér nauðsynlega þjálfun fyrir þig, viðeigandi tilsögn og verkstjórn og réttinn til að gera athugasemdir við það sem þér sýnist geta verið hættulegt eða ógnað heilsu þinni á einhvern hátt. Ef þú ert ekki orðin(n) 18 ára er þér lögum samkvæmt bannað að vinna hættuleg störf vegna reynsluleysis og jafnvel vegna skorts á þroska. Á þessu staðreyndablaði er fjallað um hættur á vinnustað. Á öðru staðreyndablaði er fjallað nánar um réttindi þín og skyldur.

Fram kemur í evrópskum, tölfræðilegum upplýsingum að 50% meiri líkur eru á að ungmenni á aldrinum 18 til 24 ára slasist við vinnu sína en nokkur annar aldurshópur vinnandi fólks.

- 18 ára nemi í bifvélavirkjun lést fjórum dögum eftir að hann brenndist illa. Hann var að hjálpa verkstjóra sínum að hella blöndu af bensíni og dísilolíu í spilliefnatank þegar sprenging varð í bensíninu...

En fleira getur gert þér mein en slys. Þú getur einnig fengið sjúkdóma og fundið fyrir vanlíðan og heilsa þín gæti því verið í hættu.

- Nemi í hárgreiðslu fékk ofnæmisviðbrögð við efnunum sem hún þurfti að nota. Hendurnar voru þaktar sárum og blöðrum þannig að hún gat ekki einu sinni haldið á hníf eða gaffli og varð að hætta í vinnunni...

Slys sem þessi og heilsuspillandi aðstæður má meðal annars rekja til varasams búnaðar, streitu á vinnustað, álags vegna vinnuhraða, þjálfunarleysis og slæmrar verkstjórnar og skorts á fastmótuðum vinnuferlum og eftirliti. Líkur aukast á að ungt fólk undir 18 ára aldri lendi í slysum ef það vinnur störf sem það á ekki að vinna lögum samkvæmt.

## Ábendingar um öryggi í starfi (1)

- Ekki hefja verk fyrr en þú hefur fengið fullnægjandi leiðbeiningar um hvernig eigi að vinna það.
- Ef þér finnst að þú fáir of mikið af upplýsingum í einu eða of hratt skaltu biðja verkstjórnann þinn um að hægja aðeins á sér og endurtaka leiðbeiningarnar.
- Ekki yfirgefa vinnusvæðið þar sem þú starfar fyrr en þér er sagt að gera það. Á öðrum stöðum gætu leynst aðrar hættur sem þér hefur ekki verið sagt frá, svo sem hangandi rafmagnslínur, hál gólf eða eiturefni.
- Ef þú ert óviss um eitthvað skaltu spyrja fyrst. Verkstjóri eða samstarfsmaður gæti þannig hjálpað þér til að koma í veg fyrir slys eða óhapp.
- Þú skalt ekki hika við að biðja um meiri þjálfun og tilsögn ef þörf krefur.
- Notaðu viðeigandi persónuhlífar fyrir verkefnið, t.d. öryggisskó, hjálm eða hanska. Vertu viss um hvenær þú átt að nota persónuhlífar (þ.e. búnað eða tæki sem einstaklingar klæðast eða halda á sér til verndar) eða annan öryggisbúnað. Mikilvægt er að vita hvar búnaðurinn er geymdur, hvernig á nota hann og hvernig honum er haldið við.
- Kynntu þér hvernig á að bregðast við, þegar neyðartilvik koma upp, hvort sem um er að ræða brunaboð, rafmagnsleysi eða annað.
- Tilkynntu öll óhöpp umsvifalaust til verkstjóra þíns sem hafa leitt eða mögulega gætu leitt til slysa. Tilkynntu þau líka til öryggisráðgjafarmanns starfsmanna eða öryggisvarðar séu þessir aðilar til staðar á vinnustaðnum.
- Hunsaðu ekki fyrstu tákni um vandamál eða vanlíðan, til dæmis höfuðverk, aðra verki og óþægindi, svima, kláða í húð eða ertingu í augum, nefi eða hálsi. Ræddu við lækni, hjúkrunarfræðing eða annan heilbrigðisstarfsmann ef hægt er. Ef þú leitar til heimilislæknis þíns með eitthvert vandamál segðu þá honum við hvað þú starfar.
- Farðu eftir ráðleggingum og leiðbeiningum sem þú hefur fengið. Þetta á jafnt við um vinnuhlé, líkamsbeitingu, samskiptareglur, stillingar á stólum og notkun öryggisbúnaðar, t.d. notkun á hjálmum eða eyrnahlífum.

## Spurningar sem þú getur beint til yfirmannsins

- Hvaða hættur og áhættur (2) fylgja starfi mínu?
- Hvenær og hvernig fæ ég þjálfun í þáttum sem snúa að öryggi og heilbrigði?
- Til hvaða ráðstafana á ég að grípa mér til verndar? Ætti ég að nota einhvern ákveðinn öryggisbúnað?
- Hvernig á ég að bregðast við ef neyðartilvik koma upp? Fæ ég þjálfun í slíkum viðbrögðum?
- Hvern á ég að spyrja um mál sem snúa að öryggi og heilbrigði? Hvernig tilkynni ég um slys, óhöpp, heilbrigðisvandamál, vanbúnað eða bilanir sem ég kem auga á?
- Hvað geri ég ef ég slasast? Hver sér um að veita fyrstu hjálp?

(1) Staðfært eftir upplýsingum á [www.ccohs.ca/youngworkers/](http://www.ccohs.ca/youngworkers/)

(2) *Hætta* er hvaðeina það sem valdið getur sjúkdómum eða slysum. *Áhætta* er líkurnar á að það geti gerst. Flest slys má rekja til þess að áhætta var ekki metin á fullnægjandi hátt eða þá að ekki var gripið til aðgerða til þess að reyna að útrýma henni.

## Gagnvart hverju á ég að vera á verði? <sup>(3)</sup>

- **Að skrika fótur eða detta á jafnsléttu eða úr hæð** – Algengustu ástæður slíkra slysa eru illa skorðaðar eða lélegar tröppur eða stigar og skortur á fallvörnum, lausir hlutir og kaplar á gólfum, hál gólf, óþrifaleg og/eða skemmd.
- **Vélar og tækjabúnaður** – Mörg slys má rekja til lélegs viðhalds, skorts á öryggishlífum, ónógrar þjálfunar, rafmagnsbilana sem geta valdið brunasárum, eldsvoðum eða dauða og til tilrauna til viðgerða án þess að stöðva vélar og aftengja þær rafmagn. Hættulegan tækjabúnað er ekki síður að finna í eldhúsum á veitingastöðum en í verksmiðjum.
- **Að lyfta þungum byrðum** – Varasamt er að lyfta þungum eða óstöðugum hlutum, að lyfta í slæmri líkamsstöðu eða vegna þess að léttitæki (t.d. hjólaborð) eru ekki til staðar.
- **Einhæf verkefni og mikill vinnuhraði, einkum í slæmri líkamsstöðu eða ófullnægjandi hvíldartími** – Allt þetta getur valdið sársauka, verkjum og skemmdum á vöðvum og liðamótum. Sem dæmi má nefna samsetningarstörf í verksmiðjum, störf á kössum stórverslana eða notkun lyklaborða og tölvumúsa.
- **Hávaði** – Of mikill hávaði getur skaðað heyrnina, jafnvel þótt fólk geri sér ekki grein fyrir því þar sem það gerist hægt og rólega. Heyrnarskemmdirnar eru ólæknandi. Sem dæmi um aðrar líkamlegar hættur má nefna titring og geislun.
- **Varasöm efni** – Þar má nefna flest algeng hreinsiefni, málningu, hárgreiðsluefni og ryk. Efni, sem unnið er með, geta valdið húðkvillum, þrálátum astma, krabbameini eða skaðað fóstur. Efni geta haft áhrif á lifur, taugakerfi og blóð.
- **Streita** – Hana má stundum rekja til skipulags á vinnustað, of mikillar vinnu, óljósrar ábyrgðar og verkaskiptingar og of mikils álags. Hana má einnig rekja til eineltis þar sem garendur eru yfirmenn eða samstarfsfólk.
- **Ofbeldi** – Oft má rekja ofbeldi til samskipta við viðskiptavini eða almenning. Þar má nefna skammir, svívirðingar og jafnvel beinar árásir.
- **Vinnuumhverfi** – Óþægindi vegna allt of mikils hita eða kulda, léleg lýsing o.s.frv. eru áhrifavaldar í sjálfu vinnuumhverfinu.

<sup>(3)</sup> Staðfært eftir [www.tuc.org.uk/tuc/rights\\_worksafe.cfm](http://www.tuc.org.uk/tuc/rights_worksafe.cfm)

Hvernig störf	Dæmi um hættur
Hreingerningar	> Eiturefni í hreinsiefnum > Beittir hlutir í rusli > Hætta á falli
Veitingasala, veitingastaðir, skyndibitastaðir	> Hál gólf > Heit eldunaráhöld > Beittir hlutir
Verðslanir/sölubúðir	> Líkamlegt ofbeldi, skammir og svívirðingar viðskiptavina > Að lyfta þungum byrðum > Langvinnar stöður
Skrifstofu-/ritarastörf	> Léleg hönnun tölvuvinnustöðva > Lélegir skrifborðsstólar/vinnustólar > Streita > Áreiti
Umönnun fólks	> Mengað blóð og líkamsveissar > Óþægilegar líkamsstöður og að lyfta þungum byrðum > Líkamlegt ofbeldi, skammir og svívirðingar > Hætta á falli
Hárgreiðsla	> Óþægilegar líkamsstöður > Langvinnar stöður > Efni í hárvörum sem framkalla ofnæmi
Verksmiðjustörf	> Hættulegur vélbúnaður > Mikill vinnuhraði > Hætta á falli > Hættur við flutninga, t.d. með gaffallyfturum

## Kynntu þér réttindi þín og sýndu ábyrgð

Þú hefur réttindi á vinnustað:

1. Réttinn til að vita hvað sé ætlast til af þér og fá að þjálfun,
2. Réttinn til að taka þátt,
3. Réttinn til þess að neita að vinna hættuleg störf.

Vinnan er enginn leikur og þú berð ábyrgð á vinnustað:

- Þú átt að vinna með atvinnurekanda þínum að málum er varða heilbrigði og öryggi,
- Þú átt að framfylgja öryggisreglum til að vernda sjálfa(n) þig og samstarfsfólk þitt,
- Þú átt að nota eða bera hlífðarbúnað, t.d. persónuhlífar, þegar það á við.

Aflaðu þér upplýsinga um öryggi og heilbrigði ungs starfsfólks á heimasíðu Vinnueftirlitsins á veffanginu [www.vinnueftirlit.is](http://www.vinnueftirlit.is) og í síma 550 4600. Ennfremur má leita til verkalýðsfélaga og samtaka þeirra. Einnig má finna upplýsingar og fróðleiksmola um ungt fólk og vinnuvernd og ýmsa áhættuþætti á vinnustöðum á veföngunum <http://ew2006.osha.eu.int/> og <http://osha.eu.int>.

© Vinnuverndarstofnun Evrópusambandsins. Eftirritun er heimil að því gefnu að vísað sé til heimilda.