



*Darbā neriskē -
ievēro darba drošību!*



LAUKSAIMNIECĪBA

*Ieteikumi svarīgāko darba vides
problēmu risināšanai*



DARBA AIZSARDZĪBA

Priekšvārds

Kad jārealizē vīzija par tīru darba vidi, visiem - valsts institūcijām, uzņēmumiem, sabiedriskām organizācijām darba aizsardzības speciālistiem ir jāuzstāda sev par mērķi veikt iepriekšēju darba vides sakārtošanas darbu. Tāpēc ir izstrādāts šis ieteikumu materiāls.

Materiāls ir tapis ES PHARE Latvijas - Spānijas divpusējās sadarbības projekta "Atbalsts turpmākai likumdošanas saskaņošanai un institūciju stiprināšanai darba drošības un veselības jomā" ietvaros, balstoties uz Dānijas Darba inspekcijas izstrādāto Darba vides rokasgrāmatu par svarīgākajām darba vides problēmām lauksaimniecības nozarē. Materiāls tika pārstrādāts un saskaņots ar Latvijas Republikas likumdošanas prasībām.

Šajā materiālā aprakstīti iespējamie darba vides riska faktori un darba procesi, kur visbiežāk rodas darba vides riski, veicot lauksaimniecības darbus.

Ar šī materiāla palīdzību uzņēmuma darba aizsardzības speciālisti iegūst darba instrumentu pārskata formā par darba vides apstākļiem, kuriem jāpievērš īpaša uzmanība. Šis materiāls ir labs palīgs situācijā, kad uzņēmumam jāanalizē sava darba vide, piemēram, veicot darba vides riska novērtēšanu.

Šie ieteikumi kalpo arī kā informācija uzņēmumam par to, uz ko vērsīs uzmanību Valsts darba inspekcija, inspicējot uzņēmumu.

Materiālā norādīti uz svarīgākie darba vides riska faktori, tomēr šajā izdevumā jūs neatradīsiet konkrētus risinājumus risku novēršanai vai samazināšanai, bet gan vispārīgu informāciju, kā no tiem izvairīties. Uzņēmumam ir jāgriežas pēc palīdzības Valsts darba inspekcijā vai pie kompetentiem speciālistiem vai kompetentām institūcijām, ja nepieciešamāka detalizētāka informācija problēmu risināšanai.

Darba vides riska faktori dažādās nozarēs un uzņēmumos atšķiras. Tas nozīmē, ka atsevišķos uzņēmumos pastāv citi svarīgi darba vides riska faktori, kas šajā materiālā nav aprakstīti. Šos faktorus, protams, nevar ignorēt - ne ikdienas darbā, ne tad, kad uzņēmumam jāveic darba vides riska novērtēšana, ne arī tad, kad uzņēmumu apmeklē Valsts darba inspekcija.



Ineta Tāre,

*Labklājības ministrijas
Darba departamenta direktore*

SATURS

Ievads

- Mazliet par darba vietas novērtējumu 5
- Kā pielietot materiālu 5

Nelaiemes gadījumu risks

- Kur rodas problēmas? 6
- Kā konstatēt problēmas? 9
- Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai 10
- Lietas, kas jāatceras 12

Ķīmiskie un bioloģiskie riska faktori

- Kur rodas problēmas? 13
- Kā konstatēt problēmas? 15
- Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai 15
- Lietas, kas jāatceras 17

Smagumu celšana un darba pozas

- Kur rodas problēmas? 18
- Kā konstatēt problēmas? 19
- Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai 20
- Lietas, kas jāatceras 21

Troksnis

- Kur rodas problēmas? 22
- Kā konstatēt problēmas? 22
- Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai 23
- Lietas, kas jāatceras 23

Papildus informācija

- Normatīvie akti 24

Piezīmēm 29

IEVADS

Mazliet par darba vietas novērtējumu

Visiem uzņēmumiem ir pienākums veikt darba vides riska novērtēšanu (turpmāk - DVRN).

Darba vides riska novērtēšanu var veikt darba devējs pats (ja uzņēmumā nodarbināti ne vairāk kā 5 darbinieki), uzņēmuma darba aizsardzības speciālists/-i vai kompetents speciālists vai kompetenta institūcija.

Uzņēmums pats izlemj, kādā veidā novēršana tiks veikta, kā arī to, cik plaša tā būs. Svarīgākais ir atrast metodi, kas efektīvi identificē riska faktoros, tādējādi radot priekšnoteikumus drošas un nodarbināto veselībai nekaitīgas darba vides nodrošināšanai. Darba vides riska novērtēšana tiek dokumentēta.

Pamatojoties uz darba vides riska novērtēšanas rezultātiem un darba vietu pārbaudē iegūto informāciju, darba devējam:

- jānosaka darba vietas, kurās pastāv darba vides risks un ir nepieciešams veikt darba aizsardzības pasākumus tā novēršanai vai samazināšanai;
- jānosaka darba aizsardzības pasākumus, to īstenošanas termiņus un atbildīgos par minētā riska novēršanu vai samazināšanu;
- jāastāda to profesiju (amatu) un darba vietu sarakstu, kurās nodarbinātā veselības stāvokli ietekmē vai var ietekmēt veselībai kaitīgie darba vides faktori;
- jāastāda to profesiju (amatu) un darba vietu sarakstu, kurās nodarbinātajiem darbā ir īpaši apstākļi, un kurās nodarbinātie ir pakļauti īpašam riskam;
- jāastāda to profesiju (amatu) un darba vietu sarakstu, kurās nodarbināto darbs ir saistīts ar iespējamu risku citu cilvēku veselībai.

Darba vides risku jāvērtē ne retāk kā reizi gadā, kā arī:

- uzsākot citu darbības veidu;
- ja ir radušās pārmaiņas darba vidē (piemēram, mainījušies darba procesi, metodes, darba aprīkojums, vielu un produktu izmantošana vai ražošana, būtiski pārkārtota darba vieta);
- ja tiek konstatēta apstākļu pasliktināšanās darba vidē.

Kā pielietot materiālu

Pirmais solis DVRN procesā ir izanalizēt uzņēmuma darba vides problēmas. Šeit parādās ieteikumu nozīme.

Svarīgākās darba vides problēmas

Šajā materiālā aprakstītas svarīgākās darba vides problēmas lauksaimniecības nozarē, kas ietver augu un dzīvnieku audzēšanu. Rokasgrāmata var būt noderīga darbvietai, kad tai jākonstatē darba vides problēmas. Materiālā dotie ieteikumi var būt noderīgi darbavietas riska novērtēšanai.

Ātrās svarīgākās darba vides problēmas lauksaimniecības nozarē saistītas ar:

- Nelaiemes gadījumiem.
- Ķīmiskajiem un bioloģiskajiem faktoriem.
- Smagumu celšanu un darba pozām.
- Troksni.

Secība nav sastādīta pēc prioritātēm.

Jāatceras, ka uzņēmuma DVRN jāietver visas darba vides problēmas, - pat, ja tās nav aprakstītas šajā materiālā.

Svarīgākie darba procesi

Lielākā daļa darba vides problēmu rodas saistībā ar konkrētiem darba procesiem. Tāpēc šiem procesiem būtu jāpievērš īpaša uzmanība, analizējot darba vidi uzņēmumā.

Darba procesi, kas ietverti šajā materiālā:

- Darbs ar mašīnām.
- Uzturēšanās un darbs kūtīs.
- Mašīnu un iekārtu remontēšana.
- Materiālu transports.
- Roku darbs.
- Darbs ar dzīvniekiem.

NELAIEMES GADĪJUMU RISKS

Kur rodas problēmas?

Vērtējot pēc nelaiemes gadījumu skaita, lauksaimniecības nozare ir viena no bīstamākajām nozarēm Latvijā, tā piemēram 2002.gadā lauksaimniecības nozarē nelaiemes gadījumos gāja bojā 12 darbinieki, kas ir vairāk nekā 1/5 daļa no visiem bojā gājušajiem. Salīdzinājumā ar citām nozarēm, lauksaimniecībā daudz biežāk notiek nopietni nelaiemes gadījumi, tāpat daudz biežāk nekā citās nozarēs notiek nelaiemes gadījumi, kuros iesaistīti bērni un jaunieši, kas nav sasnieguši 18 gadu vecumu. Tajā pašā laikā tiek reģistrēti arī ievērojami lielāks skaits nelaiemes gadījumu, kuros cietuši jaunieši vecumā no 18-24. Lauksaimniecībā tiek izmantots daudz dažādu mašīnu un iekārtu, kas var izraisīt nelaiemes gadījumus. To cēloņi var būt dažādi. Tie var būt neparedzēti notikumu pavērsieni, zemei, labībai, mēslojumam, dzīvniekiem vai citiem ārējiem apstākļiem radot bīstamas situācijas. Tās var arī būt situācijas, kad tiek strādāts citādi, nekā plānots, vai mašīna tiek lietota citiem mērķiem, nevis tiem, kam tā ir domāta. Nelaiemes gadījumi notiek arī, sakārtojot mašīnu pēc apstāšanās un remontējot to.

Kad nelaiemes gadījums jau ir noticis, bieži tiek konstatēts, ka no tā būtu bijis iespējams izvairīties, ja mašīna vai iekārta būtu nodrošināta ar drošības ierīcēm, vai arī, ja

būtu apzināts risks un veikti nepieciešamie drošības pasākumi.

Lielākā daļa nopietnāko nelaimes gadījumu notiek, veicot tehnisko apkopi un remontējot mašīnas un darbarīkus. Mašīnas strādā ar milzīgu spēku, kas var radīt nopietnus nelaimes gadījumus. Nopietni nelaimes gadījumi notiek arī, izjaucot iekārtas, riskējot nonākt kontaktā ar indīgām vielām, piemēram, mēslošanas mašīnās vai skābbarības torņos. Nelaimes gadījumi notiek arī, strādājot ar smagiem, spēcīgiem un agresīviem dzīvniekiem, strādājot uz mašīnām, jumtiem, vagoniem un grēdām, vai arī, priekšmetiem ripojot un krītot.

Bez daudzajiem nopietnajiem nelaimes gadījumiem lauksaimniecības nozarē notiek arī neskaitāmi mazi ikdienas negadījumi. Mazo negadījumu cēloņi ir ikdienas notikumi, kas bieži tiek uzskatīti par nejaušībām. Piemēram, pakļupšana vai krišana, sagriešanās, uzskriešana kaut kam virsū vai pārstiepšanās. Mazie nelaimes gadījumi izraisa sāpes un bieži vien noved pie darba nespējas.

Mazie negadījumi var nozīmēt nepadarītu darbu un bieži vien daudz netrūkst līdz nopietniem nelaimes gadījumiem.

Uzmanības trūkums

Daudz nelaimes gadījumi notiek, strādājot steigā. Piemēram, ražas laikā, sējas laikā vai dienās, kad darbs jāpabeidz pēc iespējas ātrāk. Nelaimes gadījumi minētajos laika posmos notiek biežāk arī tāpēc, ka jāstrādā ilgāk un vairāk. Daudzie pētījumi skaidri parāda, ka nelaimes gadījumi visbiežāk notiek pirms pusdienas pārtraukuma vai pirms darba dienas beigām, kad darbinieki ir ilgi strādājuši bez pārtraukuma, kā arī pēc fiziski smaga darba. Steigā darīts darbs un nogurums nozīmē uzmanības trūkumu un var gadīties, ka darbinieks neapzināti ignorē nelaimes gadījuma risku. Tālāk lasiet virkni piemēru no šāda veida situācijām:

- Kāds laukstrādnieks ieliecās kombaina graudu bunkurā un ar kāta palīdzību gribēja uztirdīt graudus, lai tie birtu ārā caur graudu gliemežtransportieri. Viņu ierāva transportieri.
- Kāds laukstrādnieks ieslēdza atpakaļgaitu traktoram, nezinot, ka aiz traktora spēlējas bērni.
- Kādam laukstrādniekam pārbrauca pāri gan traktora ritenis, gan ecēšas, jo viņš izlēca no traktora, pirms tas bija apstājies.
- Kāds laukstrādnieks izlēca no sējmašīnas, lai noregulētu sēšanas dziļumu braukšanas laikā un viņu aizķēra diski sējmašīnas aizmugurē.
- Kāds cits laukstrādnieks iedarbināja traktoru, stāvot tam blakus, jo viņam nebija laika uzrāpties līdz šofera sēdeklim. Viņš tika sabraukts.
- Kad mātes nebija mājās, bērns nolēma pabrukāties ar traktoru. Durvis atvērās, un viņš izkrita ārā.
- Kāds strādnieks lielā ātrumā brauca ar kravas mašīnu pa lauku ceļu. Bremzējot kravas mašīnu sanesa, tā apgāzās un ieslidēja grāvī.

Apstākļi uz ceļiem

Apstākļi uz ceļiem var radīt nelaimes gadījumu risku. Tālāk lasiet virkni piemēru:

- Zālāja nogāze kļuva slapja no lietus, līdz ar to traktorū, zāles plāvēju-smalcinātāju un kravas mašīnu sanesa un tie apgāzās.
- Hederā radās zāļu aizsprostojums. Laukstrādnieku ierāva hederā, kad viņš mēģināja to likvidēt.
- Lietus un dubļu rezultātā tika nobloķēta zemes un lakstu atlieku uzrakšana. Laukstrādnieks tika aizķerts brīdī, kad viņš bija noliecies, lai aizvāktu lakstus, kas bija ieķērušies mašīnā.
- Zeme bija pārāk mīksta, lai noturētu domkratu, tāpēc miglotājs uzkrita virsū lauksaimniekam, kad tas mainīja mašīnai riteni.
- Kādam laukstrādniekam uzkrita virsū ķīpas, kad viņš lietus laikā stāvēja aiz tām aizvējā.

Minētās situācijas nav radušās "normālos" apstākļos, taču tās ir iepriekš prognozējamās. Tāpēc būtu jāveic īpaši drošības pasākumi vai jānogaida ar darba veikšanu, līdz tas ir iespējams normālos apstākļos.

Nenodrošinātas mašīnas

Mašīnas, kuru bīstamās daļas nav nosegtas vai citādi nodrošinātas, arī var būt par cēloni nelaimes gadījumiem. Tālāk lasiet virkni piemēru:

- Laukstrādniekam uzkāpjot uz traktora, viņu aizķēra jūgvārpsta.
- Kādu laukstrādnieku aizķēra kardāns, kad viņš bija palīdis zem mašīnas.
- Kāds laukstrādnieks tika saspīests zem pašizgāzēja kravas kastes, jo tai nebija nodrošinājuma pret nesankcionētu nolaišanos.
- Kāds laukstrādnieks saņēma elektriskās strāvas triecienu no metināmās iekārtas, jo tā nebija saņemta.
- Kādai meitenītei kāja ieķērās nenosegtajā mēslu transportiera ķēdes piedziņā.
- Kādam vīram pēda tika ierauta gliemežtransportierī, izkraujot graudus.
- Kāds laukstrādnieks turējās pie pašizgāzēja korpusa, kravas kastei nolaižoties. Lielākā daļa plauksta tika nocirsta, kravas kastei virzoties cieši gar rāmi.

Šīs risku situācijas būtu izpalikušas, ja būtu bijusi veikta bīstamo vietu norobežošana un pareizi organizēts darbs.

Mašīnu un iekārtu izjaukšana

Izjaucot mašīnas un iekārtas, pastāv liels nelaimes gadījumu risks. Tālāk lasiet virkni piemēru:

- Kāds laukstrādnieks nolaidās vircas tvertnē, lai likvidētu aizsprostojumu un saindējās ar gāzēm.
- Kāds laukstrādnieks saindējās, strādājot pie kūtsmēslu aizskalošanas.
- Kādu vīru aizķēra transportiera lenta, kad viņš mēģināja likvidēt aizsprostojumu mēslu transportēšanas iekārtā.

- Labojot šķidrās barošanas tanka mehānismu, kādu laukstrādnieku saspieda maisītājs, patvaļīgi uzsākot darbību.
- Kāds vīrs saindējās ar gāzēm, izlīdzinot skābbarību.

Iekārtas vienmēr ir bīstamas. Tāpēc ir svarīgi sniegt instruktāžu to lietošanā un nodrošināt drošību.

Darbs kūtīs un citās ēkās

Ikdienišķajā lauku sētas darbā pastāv daudz risku. Tālāk lasiet virkni piemēru:

- Kāds laukstrādnieks paslidēja uz kāpnēm piena uzglabāšanas telpā.
- Kāds vīrs iespieda kāju starp barības vagoneti un sienu.
- Kāds bērns nokrita līdz ar barības vagoneti un tika zem tās saspiegts.
- Kāds darbinieks tika saspiegts zem biešu mazgājamās iekārtas.
- Kādu lauksaimnieku sadūra vēršis.
- Pārdenot cūkas kādu lauksaimnieku sakoda un saspieda cūkas.
- Kāds lauksaimnieks nokrita no liela augstuma siena šķūnī.
- Kāds lauksaimnieks nokrita no pieslienamajām kāpnēm, mainot dienas gaismas lampas.
- Kādu vīru saspieda kravas mašīna, tai apgāžoties.

Šādi un līdzīgi riski nav tālu jāmeklē. Tuvākā perspektīvā varētu teikt, ka ir jāuzmanās. Tomēr tālākā perspektīvā raugoties būtu jānomaina inventārs, jāuzlabo telpas un jānomaina tās mašīnas, kas rada nelaiemes gadījumu risku, lai no tā izvairītos.

Kā konstatēt problēmas?

Ir svarīgi pārskatīt atsevišķās darba vietas un izvērtēt tos apstākļus, kas var radīt risku drošībai. Tālāk lasiet virkni apstākļu, kuros ir jābūt uzmanīgiem. Papildiniet paši sarakstu un izmantojiet to darbā, lai izvairītos no nelaiemes gadījumiem.

Mašīnas

- Vai pie mašīnām ir brīvi pieejamas vietas, kur pastāv risks tikt aizķertam, sagriezdam vai saspiegtam?
- Vai pārnesumi, piemēram, jūgvārpstas, ķīļsiksnašas piedziņas, ķēdes piedziņas vai zobratī ir nosegti, lai ar tiem nebūtu iespējas nonākt kontaktā?
- Vai traktori ir bez triecienizturīgas vadītāja kabīnes?
- Vai traktora vadītāja kabīnes rāmis ir sarūsējis?
- Vai mašīnas un to noseģumi ir vietā un darbojas?

Uzturēšanās vietas un ceļi

- Vai caurstaigājamajām telpām un ejām nav caurumi, malas un stūri, aiz kuriem var aizķerties vai uzskriet virsū?

- Vai ir viegli un droši uzkāpt un nokāpt no mašīnām?
- Vai ir vietas, kur jāuzmanās no paslīdēšanas?
- Vai ir atveres vai vietas bez norobežojuma, piemēram, jumti, skābbarības torņi un mēslojuma tvertnes, uz kuriem strādājot var nokrist?
- Vai ir iespējams norobežot uzturēšanās ceļus, ejas, kāpnes, pieslienamās kāpnes un platformas, lai krišanas un klupšanas risks mazinātos?
- Vai ēkas daļas, izrakumi u.c. ir kārtīgi nostiprināti pret sabrukšanu, iebrukšanu vai sagāšanos?
- Vai siens ir samests kaudzēs un sagubots un nostiprināts, lai tas nekristu lejā un nesagāztos?
- Vai uz lauka ir stāvas nogāzes vai grāvji, kam var būt bīstami tuvu piebraukt?
- Vai vircas tvertne ir nodrošināta pret vircas gāzes izplatīšanos kūti?
- Vai dzīvniekus iespējams saķert (sagūstīt) un pārvietot drošā veidā?

Tehniskā apkope un remonts

- Vai ir pieejamas pacelšanas un nostiprināšanas iekārtas, lai mašīnu remontēšana varētu notikt drošā veidā?
- Vai elektrības kabeļi un elektriskās mašīnas ir labā stāvoklī?
- Vai ceļā nestāv nomontēti traktora riteņi vai instrumenti, kas var apgāzties?

Instruk tāža un plānošana

- Vai darba vietā uzturas bērni, vai viņi parasti ir klāt, kad norit darbs?
- Vai mašīnas un iekārtas ir nodrošinātas pret to, ka bērni varētu tikt traumēti, spēlējoties tuvumā?
- Vai pirms darba uzsākšanas tiek pārrunātas ar darba procesu saistītās briesmas un pareizas darba metodes?
- Vai izvēlēta darba metode ir droša?
- Vai jūsu vidū ir kāds, kas parasti strādā, neņemot vērā drošības noteikumus, piemēram, nenorobežojot mašīnu bīstamās daļas?

Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai

Pieredze rāda, ka no paša darba veicēja visvairāk atkarīgs, vai notiks nelaimes gadījums, kā arī, cik nopietns tas būs. Tāpat zināms, cik svarīgi ir, lai visi būtu saņēmuši nepieciešamo instruk tāžu darba vietā par to, kā darbs veicams, lai tas notiktu droši. Tas ir īpaši svarīgi attiecībā uz jauniešiem un nepieredzējušajiem darbiniekiem.

Lauksaimniecībā parasti nestrādā daudz cilvēku, un ir viegli aizmirst iepriekšējās instruk tāžas, rodoties jaunām. Tie darbinieki, kas saimniecībā ir strādājuši ilgu laiku, var būt aizmirsuši instruk tāžas un savā veidā nodevuši nepareizas darba metodes tālāk jaunajiem darbiniekiem. Tāpēc ir svarīgi regulāri runāt par darba drošību - īpaši tādos gadījumos, kad plānots uzsākt kādu jaunu darba procesu.

Pieredze rāda, ka tādās saimniecībās, kur ir pierasts pārrunāt darba drošību un ierosināt uzlabojumus, droša uzvedība tiek ieaudzināta. Šādās vietās notiek mazāk nelaimes gadījumu.

Tālāk lasiet virkni konkrētu ieteikumu preventīvu pasākumu veikšanai:

- Raugieties, lai vienmēr būtu drošības nostiprinājums, strādājot zem smagiem un asiem priekšmetiem, piemēram, ecēšām, kas ir iekarinātas traktora hidraulikā, paceltas pašizgāzēja kravas kastes vai kombaina hedera, vai mašīnām, kas ir paceltas ar domkratu. Drošības nostiprinājums var būt arī bulta vai atbalsta stienis, vai lieli koka kluči. Pamatnei ir jābūt stabilai.
- Vircas tvertni aprikojiet ar krānu. Uzlabojiet iekārtu, ja vairākas reizes rodas problēmas ar aizsprostojumiem. Vircas tvertni regulāri izsūknējiet.
- Iespēju robežās izvairieties no kūtsmēsļu aizskalošanas. Pirms vircas izsūknēšanas darbiniet iekārtu cirkulācijas režīmā vismaz 2 minūtes, lai izdalītos indīgās gāzes. Skalošanai labāk izmantot ūdeni, jo tas iedarbojas labāk un drošāk.
- Turiet mašīnas kārtībā, lai tās darba procesā neapstātos.
- Pievērsiet īpašu uzmanību tīrīšanai, remontēšanai un tehniskajai apkopei. Šie darbi ir saistīti ar paaugstinātu risku, jo mašīnas tiek izjauktas vietās, kuras parasti ir norobežotas drošības dēļ. Pirms remontēšanas izslēdziet dzinējus vai atvienojiet elektrību.
- Bērni un jaunieši, kas vēl nav sasnieguši 18 gadu vecumu, nedrīkst strādāt ar bīstamām mašīnām. Bērni un jaunieši, kas vēl nav sasnieguši 15 gadu vecumu, nedrīkst pieskatīt lielos mājlopus.
- Kūtis, mašīnas un iekārtas nav rotaļu laukumi. Turiet bērnus pa gabalu no darba vietām un tām vietām, kur pārvietojas lielas mašīnas ar kravas kastēm, aiz kurām grūti saskatīt bērnus. Kad jākoncentrē uzmanība, lai vadītu mašīnu, ir grūti tajā pašā laikā pievērst uzmanību, vai apkārt nav bērnu. Nekad nedrīkst rēķināties ar to, ka bērns pats apzinās briesmas.
- Uzstādiet aizsargbarjeras vietās, kur pastāv risks nokrist. Nomainiet sliktas pieslienamās kāpnes un sliktus aku vākus. Savēdiet kārtībā tās vietas, kur parasti kāds paklūp vai ietriecas.
- Raugieties, lai siens būtu nostiprināts un nekristu virsū cilvēkiem. Tāpat rūpējieties, lai būtu iespējams sienu droši iekraut, kad tas ir nepieciešams.
- Traktora riteņus un citas smagas daļas novietojiet tā, lai tās neapgāztos. Izmantojiet kravas auto, lai transportētu riteņus uz montēšanas vietu. Tas ir gan drošāks, gan vieglāks veids.
- Kaitēkļu un nezāļu apkarošanas līdzekļus un citas bīstamas vielas uzglabājiet slēgtā skapī vai atsevišķā telpā.
- Izvairieties no spiediena celšanās hidrauliskajās caurulēs un amonjaka tvertnēs, turat mašīnas ēnā.
- Iegādājieties tehniskas palīgierīces smagu priekšmetu celšanai.
- Bīstamas vielas un materiāli nedrīkst atrasties vietās, kur tie ir picejami bērniem vai citām nepiederošām personām.

Pastāv vēl daudz un dažādi preventīvu pasākumu veidi, ar kuru palīdzību iespējams novērst bīstamas situācijas. Katrā atsevišķajā lauku saimniecībā ir daudz dažādi darba uzdevumi un darba situācijas, kas ir bīstamas vai arī var tādās kļūt pie attiecīgiem apstākļiem.

Tāpēc ir svarīgi paraudzīties apkārt un kritiski novērtēt, vai pastāv apstākļi, kas būtu uzlabojami. Dariet to gan plānojot, gan strādājot.

Lietas, kas jāatceras

Pirms tiek uzsākts darbs, darba devējam jāpārdomā, lai visi nodarbinātie tiktu informēti par tiem nelaiemes gadījumu un slimību riskiem, kas var būt saistīti ar darbu. Tāpat jāsniedz pietiekīga un atbilstoša apmācība un darba aizsardzības instrukcija, lai darbs varētu tikt veikts drošā veidā, kā arī pamācība tehnisko palīgierīču pareizā lietošanā, kas pielietojamas, veicot darbu. Īpaši tas attiecas uz jaunajiem darbiniekiem.

Darbs visos posmos jāplāno un jāorganizē tā, lai tas varētu tikt veikts droši un veselībai nekaitīgi. Jāpielieto piemērotas tehniskās palīgierīces. Tās jāpielieto vienmēr, kad darbs saistīts ar smagumu pārvietošanu ar rokām, kas ietver risku darbinieku drošībai un veselībai.

Tehnisko palīgierīču lietošanai jānotiek droši un veselībai nekaitīgi. Tehniskajai palīgierīcei jābūt piemērotai vai pielāgotai darbam, kas ar tās palīdzību tiks veikts. Tās drīkst tikt izmantotas tikai tām darba funkcijām un pie tiem priekšnoteikumiem, kam tās ir piemērotas, saskaņā ar piegādātāja lietošanas instrukciju.

Tehniskajām palīgierīcēm regulāri jāveic tehniskā apkope. Piegādātājam tās jāpiegādā ar lietošanas instrukciju valsts valodā, kurā jābūt informācijai arī par tehnisko apkopi un tās veikšanas intervāliem.

Traktori un citi motorizētie transporta līdzekļi jāuztur labā tehniskā stāvoklī, īpaši stūre un bremzes. Traktoram jābūt aprīkotam ar vadītāja kabīni. Tai jābūt piemērotai tam traktora veidam, kam tā tiek piemontēta. Tā jābūt drošai, lai triecienizturīgums nemazinātos. Izkraujot siena ķīpas nepieciešams, lai mašīnai būtu vadītāja kabīne.

Pastāvīgajām darba vietām jābūt iekārtotām droši un veselībai nekaitīgi. Tajās jābūt pietiekamai platībai, lai darbs varētu noritēt droši ar atbilstošām darba pozām un kustībām.

Darba aizsardzības speciālistam jāpiedalās nelaiemes gadījumu un to cēloņu izmeklēšanā.

- Nav atļauts pielietot mašīnas, kuru bīstamās daļas nav nosegtas.
- Nav atļauts braukt ar traktoriem, kam nav vadītāja kabīnes.
- Ir aizliegts transportēt siena ķīpas ar traktoru vai kravas mašīnu, kuras vadītāja kabīne nespēj aizsargāt šoferi no krītošām siena ķīpām.
- Leņķa slīpmašīnai jābūt aprīkotas ar aizsargu.
- Ir aizliegts izmantot domkratu uz nedrošas virsmas, lai paceltu mašīnu.

- Ir aizliegts remontēt, tīrīt vai regulēt, guļot zem mašīnas vai mašīnas daļas, kas nav nodrošināta pret nokrišanu ar mehāniska atbalsta palīdzību.
- Ir aizliegts ņemt mašīnai nost riteni, ja to balsta tikai viens domkrats.
- Ir aizliegts izmantot ekskavatoru kausus vai buldozeru lāpstas cilvēku pacelšanai vai kā darba platformai.
- Nav atļauts metināt ar metināmajiem transformatoriem, kas nav aprīkoti ar aizsargreleju.
- Nav atļauts remontēt mašīnu, kas nav nodrošināta pret patvaļīgu darbības uzsākšanu. Mašīna ir jāizslēdz vai arī vads ir jāizrauj no rozetes.

ĶĪMISKIE UN BIOLOĢISKIE RISKA FAKTORI

Kur rodas problēmas?

Lauksaimniecības darbos ķīmiskie un bioloģiskie riska faktori parasti ir putekļi, vircu izdalītās indīgas gāzes (amonjaks, sērūdeņradis un metāns), kaitēkļu un nezāļu apkarošanas līdzekļi, kā arī tīrīšanas un dezinfekcijas līdzekļi.

Putekļi

Putekļi ir liela problēma cūku un putnu fermās. Tie var rasties no dzīvnieku spalvām, mirušajām šūnām, dūnām, pakaišiem, barības, kā arī izžuvušiem mēsliem. Cūku un vistu fermu darbiniekiem bieži nākas strādāt telpās, kur putekļu līmenis gaisā ir ļoti augsts. Tā kā darba laiks dienā un nedēļā var būt ilgs, putekļi ir liels apgrūtinājums. Cūku un vistu fermās strādājošos piemeklē daudz dažādi veselības traucējumi.

Lauku darbinieki tiek pakļauti putekļu kaitīgajai ietekmei ražas novākšanas laikā un cita veida darbos, kas saistīti ar sienu, salmiem un labību. Putekļi var saturēt mikroorganismus, sēnīšu sporas un endotoksīnus, īpaši, ja produkts ir bijis mitrs. Visbeidzot putekļus izraisa arī zemes apstrādāšana, darbs skābbarības torņos, labības novākšana, kā arī barošana un lopbarības sagatavošana.

Putekļi var būt par cēloni tādām elpošanas ceļu saslimšanām kā astma, bronhīts, salmu drudzis un infekcijas, kā arī pneimokonioze un ODS (*Organic Dust Toxic Syndrome* – Organisko putekļu toksiskais sindroms).

Vircas izdalītās gāzes

Amonjaks lopu kūtiņš rodas no dzīvnieku mēsliem un urīna, kā arī no ar amonjaku apstrādātiem salmiem. Šķidrums amonjaks salmu amonizēšanas procesā lielās koncentrācijās var izraisīt nāvi.

Amonjaks iedarbojas kairinoši un kodīgi uz elpošanas ceļiem, acīm un ādu. Nopietnos gadījumos var rasties plaušu iekaisumi, astma un asinsizplūdumi plaušās.

Izmēģinājums ar dzīvniekiem ir pierādījis, ka deguna matiņi kļūst nekustīgi, ja tiek

ieelpots amonjaks, pat mazās koncentrācijās. Matiņu kustības transportē putekļus augšup, lai tie nenonāktu dziļāk elpošanas ceļos. Tāpēc pastāv aizdomas, ka amonjaks mazina elpošanas ceļu spējas pretoties putekļiem. To ir īpaši svarīgi atcerēties lauksaimniecības nozarē, kur kūtiis vienlaikus rodas gan putekļi, gan amonjaks.

Virvas tvertnēs rūgšanas un pūšanas procesos veidojas amonjaks, metāns un sēra ūdeņradis.

Parasti pastāv briesmas nonākt kontaktā ar gāzēm, kad virva tiek maisīta savākšanas tvertnē vai pamattvertnē, pildot virvu cisternās, kā arī veicot kūtsmēsļu aizskalošanu. Īpašs risks pastāv, iekāpjot slēgtās mēslojuma tvertnēs, piemēram, šķidrā mēslojuma tvertnēs, savākšanas tvertnēs vai pamattvertnēs.

Sērūdeņradis ietekmē nervu sistēmu un elpošanas orgānus. Pie ļoti augstas koncentrācijas iestājas samaņas zudums, un tiek paralizēti elpošanas muskuļi.

Metāns ir gāze bez smakas un krāsas. Tā pati par sevi nav indīga, taču ir ugunsne-droša. Attiecīgu koncentrāciju sajaukumi ar gaisu virvas izdalītās gāzes var būt sprādzienbīstami.

Kaitēkļu apkaršanas līdzekļi

Strādājot ar šiem līdzekļiem, proti, augus aizsargājošiem līdzekļiem vai pesticīdiem, pastāv risks, ka tie nokļūs uz ādas vai tiks ieelpoti to iztvaikojumi. Tas bieži notiek, jaucot un atšķaidot līdzekļus, kā arī nonākot kontaktā ar miglotāja saturu, piemēram, tā darbības traucējumu gadījumā. Tas pats attiecas uz miglotāja izjaukšanu un tīrīšanu.

Daži līdzekļi ir bīstamāki nekā citi. Kaitēkļu apkaršanas līdzekļi vienmēr ir bioloģiski aktīvas vielas, kas var kaitēt gan augiem, gan cilvēkiem, tos lietojot nepareizi.

Tīrīšana un dezinfekcija

Lai tīrītu un dezinficētu kūtiis, slaukšanas aparātus u.c., lauksaimniecības nozarē izmanto ķīmiskas vielas un produktus.

Dažas no vielām, kas tiek izmantotas dezinfekcijai, iedarbojas kairinoši vai kodīgi uz ādu, acīm un elpošanas ceļiem. Citas var būt par cēloni arī ekzēmām vai alerģijām, nonākot kontaktā atkārtoti. Formaldehīds, piemēram, var izraisīt alerģiju un tiek uzskatīts par kancerogēnu.

Ja skābes netīšām tiek sajauktas ar hloru saturošiem dezinfekcijas līdzekļiem, rodas indīgi iztvaikojumi.

Citi apstākļi

Pirmās divas nedēļas pēc skābsiena sagatavošanas sākuma var rasties dzīvībai bīstami slāpekļa oksīdi un ogļskābā gāze. Fermas putekļi var saturēt arī veterināro medikamentu atliekas. Darbs ar darbarīkiem, piemēram, leņķa slipmašīnu, bieži izraisa veselībai kaitīgus putekļus.

Kā konstatēt problēmas?

Kad jānoskaidro, vai darba vietā nepastāv ķīmiskie un bioloģiskie riska faktori, uzmanība būtu jāpievērš sekojošiem apstākļiem:

- Vai pastāv vietas, kur gaiss ir piesārņots ar putekļiem un mikroorganismiem?
- Vai pastāv vietas, kur var rasties gaisa piesārņojums ar veselībai kaitīgām vielām un iztvaikojumi, piemēram, amonjaks, sērūdeņradis, metāns vai organiskie šķīdinātāji?
- Vai tiek strādāts ar kaitēkļu un nezāļu apkarošanas līdzekļiem vai dezinfekcijas līdzekļiem, kas ir kancerogēni, reproduktīvo veselību negatīvi ietekmējoši, alerģijas izraisoši vai kas satur organiskos šķīdinātājus?
- Vai ar kaitēkļu apkarošanas līdzekļiem un dezinfekcijas līdzekļiem tiek strādāts tādā veidā, ka apkārtējā vide tiek piesārņota?
- Vai pastāv vietas, kur gaisu piesārņo sīkas lāsītes, kas nāk no augsta spiediena miglotāja?
- Vai vietās, kur kaitēkļu apkarošanas līdzekļi tiek pildīti miglotājā, pastāv iespēja nomazgāties?
- Vai ejot uz lauka ar miglotāju darbinieki ņem līdzi tīru ūdeni?
- Vai virtuves tvertne ir iekārtota tā, lai virtuves gāze nespētu iekļūt kūtī?

Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai

Veicot preventīvos pasākumus, lai novērstu ķīmisko un bioloģisko riska faktoru ietekmi, jāatceras četri galvenie faktori:

- Bīstamo materiālu nomaīņa.
- Instruktaža.
- Bīstamo faktoru norobežošana un ventilācija.
- Individuālie aizsardzības līdzekļi.

Vispirms gan jāsaprot, ka liela nozīme ir tieši personīgajai higiēnai. Strādājot ar ķīmiskām vielām, vienmēr pastāv iespēja, ka tās var nonākt uz ķermeņa - gan tās pārvietojot, gan izsmidzinot. Ja cilvēks nonāk kontaktā ar ķīmiskām vielām, tūdaļ ir jānomazgā āda un jāpārgērbjas, ja viela nonākusi uz drēbēm. Tas attiecas gan uz āra darbiem, gan iekšdarbiem.

Bīstamo materiālu nomaīņa

Noskaidrojiet, vai bīstamos kaitēkļu apkarošanas līdzekļus, tīrīšanas līdzekļus un dezinfekcijas līdzekļus ir iespējams aizstāt ar drošiem vai mazāk bīstamiem. Tāpat noskaidrojiet, vai putekļus radošos barības maisījumus var aizstāt ar citiem, kas nerada putekļus, piemēram, granulētiem vai pastas veidā. Izvēlieties pakaišus, kas nerada tik daudz putekļu.

Instruk tāža

Rūpējieties, lai visi darbinieki būtu atbilstoši instruēti un apmācīti, lai viņi spētu darbu veikt droši. Tas nozīmē arī to, ka tehniskās palīģierīces un ventilācija ir jāpielieto pareizi un individuālie aizsardzības līdzekļi jāuztur kārtībā un jāpielieto atbilstoši paredzētajam mērķim. Instruēt darbiniekus ir darba devēja atbildība.

Plānojiet darbu tā, lai iespēja piesārņot gaisu ar putekļiem būtu samazināta līdz minimumam. Piemēram, barības jaukšana var notikt slēgtos jaucējos, vajadzētu izvairīties no sausās barības un ierīkot barošanas automātus ar mazu krišanas augstumu. Raugieties, lai vietās, kur rodas putekļi, regulāri tiktu veikta tīrīšana. Pirms slaucīšanas vai sūkšanas ar putekļu sūcēju, vienmēr samitriniet pamatni.

Raugieties, lai personām, kas strādā ar kaitēkļu apkarošanas līdzekļiem, būtu nepieciešamās zināšanas un to apliecinošs dokuments.

Kaitīgo faktoru norobežošana un ventilācija

Risīniet putekļu un piesārņota gaisa problēmas, ierīkojot efektīvu kaitīgo faktoru norobežošanu un ventilāciju. Rūpējieties, lai darbs, kas rada īpašu piesārņojumu, tiktu norobežots no citiem darba procesiem. Raugieties, lai darbinieki nenonāktu tiešā kontaktā ar kaitīgajām vielām. Iekārtas, ar kurām tiek veikta malšana, jaukšana un barības transportēšana, būtu jānorobežo.

Izvairieties no putekļiem zemes apstrādes darbu, ražas novākšanas un pļaušanas laikā, izmantojot mašīnas ar slēgtu vadītāja kabīni un putekļu filtriem.

Amonjaka līmeni gaisā kūtis iespējams mazināt, uzturot tīrību, izmantojot pakaišus un ierīkojot efektīvu ventilāciju. Pakaišu smalcināšanai izvēlieties mašīnu ar putekļu nosūces sistēmu, tas mazinās putekļu daudzumu gaisā. Iespējams, ka nepieciešama laba ventilācija, tīrot un dezinficējot kūtis, piemēram, ar izsmidzināšanas, dezinficēšanas vai izkvēpināšanas paņēmienu.

Raugieties, lai visās darba telpās būtu laba vispārējā ventilācija, un lai svaigais gaiss nebūtu auksts un neradītu caurvēju.

Individuālie aizsardzības līdzekļi

Ja problēmas nav iespējams atrisināt ar ventilācijas vai norobežošanas palīdzību, lai izvairītos no ķīmisko un bioloģisko riska faktoru kaitīgās ietekmes, ir jāizmanto individuālie aizsardzības līdzekļi. Piemēram, veicot tādus procesus kā maisot un piegādājot kaitēkļu apkarošanas līdzekļus, tīrot ar augstspiediena mazgāšanas iekārtu, kā arī izmantojot dezinfekcijas līdzekļus.

Iespējams, ka kūtis un citās vietās, kur pastāv ar ventilāciju neatrisināma putekļu problēma, ir jāizmanto elpošanas ceļu aizsardzības līdzekļi. Filtrējošos aizsardzības līdzekļus drīkst izmantot augstākais trīs stundas dienā. Strādājot ilgākā laika posmā, jāizmanto tādi aizsardzības līdzekļi, kas ir aprīkoti ar motoru un svaiga gaisa padevi.

Raugieties, lai individuālie aizsardzības līdzekļi būtu pielāgoti personai, kas tos lieto, un lai tie veiktu savas funkcijas.

Vircas tvertnes

Atcerieties, ka pastāv vircas izdalītu gāzu rašanās risks. Tās var dažu sekunžu laikā izplatīties nāvējošos daudzumos. Puvušu olu smaka norāda uz sērūdeņradi. Tomēr jāatceras, ka ožas spējas tiek paralizētas, kādu laiku uzturoties sērūdeņraža ietekmē, un tas nozīmē, ka to vairs nevar sajūst. Tāpēc jāpārtrauc darbs jau pie mazākajām aizdomām. Šādās situācijās nepieciešams atrast citu veidu, kā iekārtot vircas tvertnes vai arī citu veidu, kā tās tukšot. Uzmanieties ar maisīšanu. Smēķēt stingri aizliegts! Gāzes ir ugunsnedrošas.

Citi apstākļi

Bez ventilācijas, barības tipa izvēles, regulāras tīrīšanas u.c., pastāv vēl citi veidi, kā mazināt putekļu daudzumu. Tomēr vienmēr jāuzmanās, lai vienas darba vides problēmas atrisināšana neradītu jaunu problēmu.

Lietas, kas jāatceras

Jāizvairās no nevajadzīgas ķīmisko un bioloģisko riska faktoru iedarbības.

Katra uzdevuma veikšanai iespēju robežās jāizvēlas mazāk bīstamie produkti.

Darba devējam ir jāizstrādā lietošanas instrukcija, strādājot ar tām ķīmiskajām vielām un produktiem, kas, saskaņā ar Ķīmisko vielu un ķīmisko produktu likumu, ir bīstami. Lietošanas instrukcijai jābūt pielāgotai konkrētajai pielietošanai attiecīgajā darba vietā, un jāsniedz informācija par pielietošanu un drošības pasākumiem. Nav jāizstrādā lietošanas instrukcija vielām, kas rodas darba vietā, piemēram, putekļiem un vircas gāzei.

Jaunieši, kas vēl nav sasnieguši 18 gadu vecumu, nedrīkst strādāt ar bīstamām vielām un produktiem.

Kūtī, kur ir vircas tvertne, jābūt pieejamai tās lietošanas instrukcijai, kas sniedz informāciju par pareizu lietošanu, lai vircas gāze neizplatītos telpā. Ir jānovērš vircas gāzu izplatīšanās kūtīs vai citās ēkās, maisot vai sūknējot vircu. Kūtmēslu skalošana drīkst tikt veikta tikai ar ūdeni vai vircu, kad vircas gāze ir pilnībā izdalījusies.

Ja nav iespējams izvairīties no ķīmisko vielu piesārņojuma, jāierīko efektīva ventilācija pēc iespējas tuvāk piesārņojuma avotam. Ventilācijas iekārta nedrīkst radīt troksni vai caurvēju.

Ventilācijas iekārta jāuztur funkcionētspējīgā stāvoklī. Tā regulāri jātīra un jāpārbauda.

Ja darbu nav iespējams veikt droši citādā veidā, ir jāizmanto piemēroti individuālie aizsardzības līdzekļi.

Grūtniecēs ir jāpasargā no briesmām, kas var būt bīstamas viņām vai auglim.

Darba devējam jānodrošina, lai darbinieki būtu informēti par briesmām, kas ir saistītas ar darbu. Darbinieki ir jāinstruē un jāapmāca nepieciešamajā apjomā, lai darbs varētu tikt veikts droši.

SMAGUMU CELŠANA UN DARBA POZAS

Kur rodas problēmas?

Lauksaimniecības nozarei raksturīgs smags fizisks darbs un ilgs darba laiks. Traumas kustību aparātā (kauli, muskuļi, locītavas un cīpslas) ir viens no izplatītākajiem nelaimes gadījumiem lauksaimniecības darbos. Traumas bieži rodas saistībā ar smagumu celšanu, transportēšanu, vilkšanu un stumšanu, kā arī neērtām darba pozām.

Nelaiemes gadījumu risks pastāv gan ceļot atsevišķus ļoti smagus, gan vairākus vieglākus priekšmetus vai kravas, darba dienas garumā. Īpašs risks pastāv, ceļot dzīvniekus, jo šis darbs var radīt pēkšņu piepūli.

Darbs nereti notiek aukstumā un caurvējā, kā arī sēžot mašīnās. Īpaši bīstami celt smagus ar neiesildītiem muskuļiem, vai arī pēc ilgas nekustīgas sēdēšanas.

Kustību aparāta pārpūle var radīt sāpes krustos, kaklā, plecos un rokās. Darba vietās, kur bieži tiek celti smagumi, izplatītas ir muguras traumas. Daļa traumu rodas, stumjot un velkot ķerras vai ratiņus. Šis darbības var radīt akūtu kāju un roku pārpūli. Ja smags darbs notiek neērtās darba pozās, traumu risks palielinās.

Ilgākā periodā dienas gaitā braucot ar traktoru, kombainu vai citām mašīnām, cilvēks tiek pakļauts vispārējām ķermeņa vibrācijām un grūdieniem. Tas noslogo muguru un var būt par cēloni muguras lejasdaļas traumām.

Tālāk lasiet virkni darba procesus, kam jāpievērš īpaša uzmanība, domājot par pārpūles problēmām.

Produktu un dzīvnieku celšana

- Smagumu celšana un neērtas darba pozas, kas rodas pildot maisos sēklas materiālu.
- Smagumu celšana un maisu pārvietošana, pildot tajos lopbarību.
- Smags fizisks darbs un neērtas nastas, piemēram, kraujot sienu ķīpas ar dakšu.
- Kartupeļu rakšana un šķirošana, kas bieži saistīta ar neērtām darba pozām.
- Fiziski smags darbs un neparedzamas situācijas, pārvietojot dzīvniekus.
- Dzīvnieku celšana no zema līmeņa.
- Zobu un astu apgriešana sivēniem. Darbs saistīts ar biežu noliekšanos un neērtām darba pozām.

Darbs kūtīs

- Liels stiepšanās attālums, uzliekot un noņemot slaucamo aparātu.
- Vagonešu stumšana vai vilkšana pa slidenu un nelīdzenu grīdu.
- Vienveidīgas kustības un neērtas darba pozas, saistībā ar kūts, slaukšanas iekārtas u.c. iekārtu tīrīšanu.

Lauksaimniecības mašīnas

- Kontrolējot darbu ar traktora aizmugurē uzkarinātu agregātu, piemēram, arot zemi vai pļaujot zāli, nākas ilgu laiku sēdēt neērtā pozā.
- Smagumu celšana un neērtas darba pozas, nomontējot un piemontējot traktora agregātus.
- Cilvēks tiek pakļauts lielai fiziskai slodzei, ja pēc ilgāka sēdoša darba, piemēram, braucot traktorā vai mašīnā, pēkšņi jāceļ smagumi.
- Darbinieks tiek pakļauts vispārējām ķermeņa vibrācijām un grūdieniem, braucot pār nelīdzenu lauku.

Kā konstatēt problēmas?

Lai noskaidrotu, kādos darba procesos var rasties kustību aparāta pārpūle, jārod atbildes uz sekojošiem jautājumiem:

Smagumu celšana un pārvietošana ar rokām

- Cik sver attiecīgais priekšmets vai krava? Vai tas ir smags, neparocīgs, vai to iespējams pacelt, turot cieši pie ķermeņa, un kādā augstumā tas novietojams?
- Cik daudz priekšmetu vai kravu viens cilvēks paceļ darba dienas laikā?
- Vai priekšmeti vai kravas ir jānes lielā attālumā vai ilgā laika posmā?
- Vai tiek stumti smagi piekrauti rati?
- Vai transporta ceļi ir nelīdzeni un slideni, vai tiem ir izvirzījumi vai līmeņu maiņas?
- Vai ir pietiekoša platība manevru veikšanai?
- Kādas ir darba pozas un uz kādas virsmas stāvēt tiek celti smagumi?

Darba pozas

Ir svarīgi noskaidrot, kādās pozās tiek veikts darbs, lai novērtētu, vai tas kaitē balsta un kustību aparātam. Ir daudz apstākļu, kas palielina traumu gūšanas risku. Pievērsiet uzmanību sekojošiem apstākļiem:

- Vai darbs tiek veikts ar atpakaļ atliektu, uz priekšu noliektu vai uz sāniem saliektu muguru un kaklu?
- Vai veicot darbu jāsaskaras ar lielu smagumu pārvietošanas attālumu vai smagumu celšanu virs plecu augstuma?
- Vai ir darba procesi, kas veicami tupus vai uz ceļiem?
- Vai darbs ilgākā laika posmā notiek vienā un tajā pašā pozā?
- Vai darba vietā ir pietiekoši daudz platības, lai darbs varētu tikt veikts ērtās darba pozās?
- Vai apgaismojums ir pietiekošs?
- Kāda ir pamatne, uz kuras tiek strādāts? Vai tā ir līdzena, stabila un cieta?

Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai

Veicot preventīvos pasākumus, lai izvairītos no smagumu celšanas un neērtām darba pozām, jāpievērš uzmanība četriem galvenajiem faktoriem:

- Darba plānošana.
- Darba vietas iekārtošana.
- Piemērotu tehnisko palīgierīču pielietošana.
- Instruktaža darba aizsardzībā.

Darba plānošana

Plānojiet darbu tā, lai materiāli, labība un maisi tiktu novietoti pēc iespējas tuvāk vietai, kur tie tiks izmantoti. Iegādājieties un pielietojiet tehniskās palīgierīces smagu priekšmetu vai kravu pārvietošanai. Palīgierīcēm jāstāv tur, kur tās ir nepieciešamas. Lopbarība, mākslīgais mēslojums un sēklas materiāls var tikt pārvietots neiepakotā veidā vai lielos maisos.

Ja kāds darba process prasa biežu smagumu celšanu, piemēram, darbs ar sivēniem, ir svarīgi plānot darbu tā, lai smagumu celšana tiktu ierobežota.

Raugieties, lai darbiniekiem būtu atbilstošs darba apģērbs, kas ir pielāgots laika apstākļiem un darba uzdevumiem. Jārada iespēja strādāt nesakarstot, nenosalstot un nesamirkstot, lai netiktu palielināts traumatisma risks.

Radiet iespēju variēt, veicot dažādus darba uzdevumus ar dažādām piepūles pakāpēm. Izvairieties no smaga fiziska darba visas dienas garumā.

Pārtraukumi ir svarīgi, lai ķermenim būtu iespēja atpūsties. Kaitīgās ietekmes, ko rada vispārējās ķermeņa vibrācijas un roku vibrācijas tiek mazinātas, ja laiku pa laikam tiek veikts cits darbs un tiek ieturēti pārtraukumi.

Darba vietas iekārtojums

Iekārtojiet darba vietu tā, lai tajā būtu pietiekoši daudz platības ērtām darba pozām, un lai tā būtu pielāgota darbiniekiem.

Rūpējieties, lai būtu iespējams strādāt apmēram elkoņu augstumā, kā arī lai nebūtu jāstiepjas tālāk kā rokas stiepiena attālumā.

Iekārtojiet kūti tā, lai atvēršanas un aizvēršanas ierīces būtu novietotas atbilstoši. Rūpējieties, lai darbiniekiem nebūtu zemu jāliecas.

Rūpējieties, lai tehniskās palīgierīces būtu brīvi pieejamas.

Pārlicinieties, vai transporta ceļi ir tīri un līdzeni.

Raugieties, lai visās darba vietās būtu labs apgaismojums.

Tehniskās palīgierīces

Tehniskās palīgierīces ir vislabākais risinājums problēmām, kas saistītas ar smagu-

mu celšanu, smagumu pārvietošanu ar rokām un neērtām darba pozām.

- Izmantojiet pašizgāzēju ar gliemežtransportieri, pildot sējmašīnā sēklu vai mākslīgo mēslojumu.
- Izmantojiet riteņu pacēlētus, nomontējot un uzmontējot traktora riteņus. Tas var turēt, pacelt un pārvietot riteņus.
- Raugieties, lai barošanas vagonetei būtu labi riteņi un lai virsma būtu līdzena. Tas atvieglos vilkšanu un stumšanu. No šī darba pavisam var izvairīties, ierīkojot automātisko barošanas sistēmu.
- Smagumu celšanai izmantojiet pacēlētus.
- Iegādājieties pret vibrācijām drošus sēdekļus ar labu muguras atbalstu, noregulējiet ātrumu, lai mazinātu vispārējās ķermeņa vibrācijas un grūdienus.
- Instalējiet "iekarinātās ādas" iekārtu, lai izvairītos no slaukšanas aparāta pārvietošanas ar rokām.
- Raugieties, lai darbarīku rokturi atbilstu to lietotāju augumam, un lai tie būtu modelēti ergonomiski pareizi.

Instruktāža darba aizsardzībā

- Sniedziet darbiniekiem pamatīgu instruktāžu pareizas smagumu celšanas tehnikā, par atbilstošām darba pozām un pareizu tehnisko palīgierīču pielietošanu. Īpaši svarīgi tas ir attiecībā uz gados jaunākajiem darbiniekiem. Instruktāžu regulāri atkārtojiet.

Lietas, kas jāatceras

Katrai atsevišķai darba vietai ir jābūt atbilstoši iekārtotai, tai jābūt pietiekoši plašai, lai nepieciešamais inventārs, palīgierīces un materiāli varētu tikt pielietoti atbilstošā veidā, un tā, lai visas funkcijas, kas ir saistītas ar darbu, varētu tikt veiktas droši, ar atbilstošām darba pozām un kustībām.

Darba telpā jābūt pietiekošam vispārējam apgaismojumam un piemērotam vietējam apgaismojumam atsevišķās darba vietās.

Jāizvairās no nevajadzīgas fiziskas slodzes un nepiemērotām darba pozām un kustībām. Piepūlei ir jābūt cik iespējams mazai, ņemot vērā tehnikas attīstību.

Jāizvairās no smagumu celšanas un pārvietošanas ar rokām, kas ietver risku darbinieka drošībai un veselībai. To iespējams panākt, atbilstoši organizējot darbu un pielietojot tehniskās palīgierīces.

Izvērtējot risku darbinieku drošībai un veselībai, kas saistīts ar smagumu pārvietošanu ar rokām, īpaši jāņem vērā katra pārvietojamā priekšmeta vai kravas īpatnības, nepieciešamā fiziskā slodze, darba vietas iekārtojums un darba apstākļi kopumā.

Kad tas ir iespējams un nepieciešams, jāpielieto atbilstošas tehniskās palīgierīces. Tās jāpielieto vienmēr, ja smagumu celšana rada vai var radīt risku darbinieku drošībai vai veselībai.

Veicot smagumu celšanu vai pārvietošanu ar rokām, kas rada vai var radīt risku

darbinieku drošībai vai veselībai, darbiniekiem ir jābūt atbilstoši apmācītiem un instruētiem pareizi veikt darbu un pareizi pielietot tehniskās palīgierīces.

Tehniskās palīgierīces iespēju robežās jāpielāgo personai, kas ar to palīdzību strādās.

Tehniskajai palīgierīcei ir jābūt piemērotai vai pielāgotai darbam, kurā tā tiek izmantota. Tai jābūt uzstādītai droši un veselībai nekaitīgi, un tā jāuztur drošā stāvoklī.

Lai veiktu darbu, kas saistīts ar smagumu celšanu un pārvietošanu ar rokām, kas rada vai var radīt risku darbinieku drošībai vai veselībai, darbiniekiem jābūt instruētiem par darba drošības tehniku un pareizu tehnisko palīgierīču pielietošanu.

Strādājot uz lauka dažādās vietās, apstākļiem ir jābūt drošiem un veselībai nekaitīgiem attiecībā uz veicamo darbu. Ja nav iespējams darba vietu iekārtot droši, jāveic citi drošības pasākumi, lai darbs noritētu drošā veidā.

Iespēju robežās jāizvairās no tā, ka jaunieši, kas vēl nav sasnieguši 18 gadu vecumu, ceļ priekšmetus vai kravas, kuru svars pārsniedz 12 kg.

TROKSNIS

Kur rodas problēmas?

Dzirdes traumu cilvēks var iegūt, ilgākā laikā tīkot pakļauts troksnim, kura līmenis pārsniedz 80 dB(A). Dzirdes bojājuma apjoms, pirmkārt, atkarīgs no trokšņa stipruma un ilguma. Dzirdes trauma nav ārstējama.

Liela daļa strādājošo lauksaimniecības sfērā tiek pakļauti trokšņa līmenim, kas ir pietiekoši augsts, lai pastāvētu dzirdes traumu iegūšanas risks. Trokšņa līmenis daudzās vietās pārsniedz 90 dB(A).

Kā konstatēt problēmas?

Trokšņa problēmas īpaši saistītas ar mašīnām un darbu cūku fermās. Daudzās fermās ir novērots, ka trokšņa līmenis pārsniedz noteikto robežu, un pārsniedz 87 dB(A), dažās tas sniedzas līdz pat 104 dB(A).

Troksni radošas mašīnas

- Veci traktori bez vadītāja kabīnes vai arī ar kabīni bez trokšņa izolācijas.
- Mašīnas ar bojātiem motora gumijas balsta spilveniem, kurām troksnis no motora un ātrumkārbas tiek novadīts uz vadītāja kabīni.
- Kombaini, īpaši kombaini bez vadītāja kabīnes.
- Mašīnas ar pneimotransportieriem.
- Rokas instrumenti, piemēram, leņķa slīpmašīna un motorzāģis.

Ja trokšņa līmenis ir tik augsts, ka, lai citi tevi dzirdētu, ir spēcīgi jāpiepūla balsi, nepieciešams izpētīt, vai trokšņa robeža netiek pārsniegta.

Pārbaudiet trokšņainākās darba vietas un mašīnas, reģistrējiet tās vietas un mašīnas, kas rada problēmas. Pievērsiet uzmanību tam, cik ilgu laiku atsevišķi darbinieki tiek pakļauti troksnim, kā arī cik ļoti viņiem tas traucē.

Ieteikumi preventīvo pasākumu veikšanai

- Samaziniet troksni, kur tas ir iespējams.
- Iegādājieties klusākas mašīnas. Trokšņa līmenim jābūt uzrādītam piegādātāja lietošanas instrukcijā.
- Nodrošiniet vadītāja kabīnes pret troksni.
- Nomainiet vadītāja kabīnes gumijas izolāciju, kad tā ir nolietojusies.
- Organizējiet darbu tā, lai pēc iespējas mazāk cilvēku tiktu pakļauti troksnim.
- Skaās mašīnas un iekārtas, piemēram, kuļmašīnas graudu dzirnavas novietojiet tur, kur tās vismazāk traucē. Izvairieties no uzturēšanās mašīnu un iekārtu tuvumā, kad tās darbojas.
- Ja iespējams, ierīkojiet fermā radio, jo mūzikas iespaidā cūkas uzvedas klusāk.
- Izvairieties no cietām sienām un griestiem darba telpā. Cietas virsmas rada sliktu akustiku, un pat salīdzinoši klusi trokšņi šķitīs traucējoši.
- Ja troksni nav iespējams mazināt citā veidā, izmantojiet individuālos dzirdes aizsardzības līdzekļus. Atcerieties, ka tie var būt tikai pagaidu drošības pasākums.

Lietas, kas jāatcerās

Neviens nedrīkst tikt pakļauts troksnim, kura līmenis pārsniedz 87 dB(A). Tas nozīmē, ka vidējais trokšņa stiprums, kam cilvēks tiek pakļauts astoņu stundu darba dienas garumā, nedrīkst pārsniegt 87 dB(A).

87 dB(A) atbilst sekojošam trokšņa līmenim:	
87 dB(A)	8 stundas
88 dB(A)	4 stundas
91 dB(A)	2 stundas
94 dB(A)	1 stunda
97 dB(A)	30 minūtes
100 dB(A)	15 minūtes

Jāizvairās no nevajadzīgas darbinieku pakļaušanas trokšņa ietekmei. Tāpēc jāsamazina arī tāds troksnis, kas nepārsniedz noteikto robežu, kad tas ir iespējams, ņemot vērā tehnikas attīstību.

Darba telpai jābūt iekārtotai tā, lai akustiskie apstākļi būtu apmierinoši.

Ja trokšņa līmeni nav iespējams samazināt līdz noteiktajai robežai, darba devējam darbs jāļauj veikt tikai, ja tiek izmantoti individuālie dzirdes aizsardzības līdzekļi. Tiem jābūt brīvi pieejamiem, ja trokšņa līmenis pārsniedz 80 dB(A) vai ir traucējošs.

PAPILDUS INFORMĀCIJA

Normatīvie akti

Latvijas Republikas darba un darba aizsardzības galveno normatīvo aktu saraksts

Likumi

Nr. p/k	Nosaukums	Insti-tūcija	N/a Nr.	Pieņemts	Stājas spēkā	Publicēts (Latvijas Vēstnesis, Ziņotājs)
1.	Par uzņēmumu, iestāžu un organizāciju darbības apturēšanas kārtību	AP ¹	—	11.12.91	15.12.91	Z ⁶ , 13.02.92, nr. 6
2.	Iesniegumu, sūdzību un priekšlikumu izskatīšanas kārtība valsts un pašvaldību institūcijās	S ²	—	27.10.94	05.11.94	V ⁷ , 05.11.94, nr. 130
3.	Par obligāto sociālo apdrošināšanu pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām	S	—	02.11.95	01.01.97	V, 17.11.95, nr. 179
4.	Ķīmisko vielu un ķīmisko produktu likums	S	—	01.04.98	01.01.99	V, 20.04.98, nr. 106
5.	Par bīstamo iekārtu tehnisko uzraudzību	S	—	24.09.98	27.10.98	V, 13.10.98, nr. 291
6.	Darba aizsardzības likums	S	—	20.06.01	01.01.02	V, 06.07.01, nr. 105
7.	Darba likums	S	—	20.06.01	01.06.02	V, 06.07.01, nr. 105
8.	Valsts darba inspekcijas likums	S	—	13.12.01	01.01.02	V, 28.12.01, nr. 188

Noteikumi

Nr. p/k	Nosaukums	Insti-tūcija	N/a Nr.	Pieņemts	Stājas spēkā	Publicēts (Latvijas Vēstnesis)
1.	Valsts darba inspekcijas nolikums	MK ³	158	16.04.02	20.04.02	19.04.02, nr. 60
2.	Noteikumi par iesniegumu, sūdzību un priekšlikumu lietvedību valsts un pašvaldību institūcijās	MK	99	18.04.95	26.04.95	25.04.95, nr. 63
3.	Bīstamo iekārtu avāriju izmeklēšanas kārtība	MK	258	25.06.02	29.06.02	28.06.02, nr. 97

4.	Par obligāto veselības pārbaudi un apmācību pirmās palīdzības sniegšanā	MK	86	04.03.97	08.03.97	07.03.97, nr. 68
5.	Par būvju pieņemšanu ekspluatācijā (LBN 301–97)	MK	258	29.07.97	01.09.97	01.08.97, nr. 194
6.	Noteikumi par aizsardzību pret jonizējošo starojumu transportējot radioaktīvos materiālus	MK	307	03.07.01	14.07.01	13.07.01, nr. 108
7.	Arodslimību saraksts	MK	119	31.03.98	03.04.98	02.04.98, nr. 87
8.	Kārtība, kādā aizpildāmas un nosūtāmas ķīmisko vielu un ķīmisko produktu drošības datu lapas	MK	418	27.10.98	01.01.99	30.10.98, nr. 322
9.	Nelaimes gadījumu darbā izmeklēšanas un uzskaites kārtība	MK	293	09.07.02	31.07.02	30.07.02, nr. 110
10.	Obligātās sociālās apdrošināšanas pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām apdrošināšanas atlīdzības piešķiršanas un aprēķināšanas kārtība	MK	50	16.02.99	20.02.99	19.02.99, nr. 48
11.	Kravas celtņu tehniskās uzraudzības kārtība	MK	85	07.03.00	01.07.00	10.03.00, nr. 90
12.	Cilvēku celšanai paredzēto pacelāju tehniskās uzraudzības kārtība	MK	86	07.03.00	01.06.00	10.03.00, nr. 90
13.	Bīstamo iekārtu reģistrācijas kārtība	MK	129	04.04.00	15.04.00	07.04.00, nr. 125
14.	Noteikumi par liftu un to drošības sastāvdaļu projektēšanas, ražošanas un liftu uzstādīšanas atbilstības novērtēšanu	MK	157	25.04.00	01.09.00	28.04.00, nr.151
15.	Noteikumi par spiedieniekārtām un to kompleksiem	MK	165	02.05.00	01.01.01	28.04.00, nr.15
16.	Noteikumi par sprādzienbīstamā vidē lietojamo iekārtu un aizsardzības sistēmu drošību	MK	172	09.05.00	01.07.03	12.05.00, nr.172
17.	Noteikumi par mašīnu drošību	MK	186	30.05.00	01.01.01	02.06.00, nr. 201
18.	Iekārtu elektrodrošības noteikumi	MK	187	30.05.00	03.06.00	02.06.00, nr. 201
19.	Noteikumi par vienkāršām spiedvertnēm	MK	242	18.07.00	22.07.00	21.07.00, nr. 266
20.	Prasības individuālajiem aizsardzības līdzekļiem, to atbilstības novērtēšanas kārtība un tirgus aizraudzība	MK	74	11.02.03	01.04.03	14.02.03, nr. 25
21.	Noteikumi par bīstamajām iekārtām	MK	384	07.11.00	11.11.00	10.11.00, nr. 401
22.	Cilvēku pārvietošanai paredzēto eskalatoru un konveijeru tehniskās uzraudzības noteikumi	MK	14	09.01.01	01.07.01	12.01.01, nr.7

23.	Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 006 – 00 "Būtiskās prasības būvēm"	MK	142	27.03.01	31.03.01	30.03.01, nr.52
24.	Spiedienkārtu tehniskās uzraudzības kārtība	MK	240	12.06.01	01.08.01	15.06.01, nr.93
25.	Katliekārtu tehniskās uzraudzības kārtība	MK	241	12.06.01	01.08.01	15.06.01, nr.93
26.	Liftu drošības un tehniskās uzraudzības noteikumi	MK	260	19.06.01	01.07.01	22.06.01, nr.97
27.	Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība	MK	379	23.08.01	01.01.02	29.08.01, nr.123
28.	Noteikumi par uzliesmojošu, sprādzienbīstamu un kaitīgu vielu uzglabāšanas rezervuāru projektēšanu, uzstādīšanu, atbilstības novērtēšanu un tirgus uzraudzību	MK	372	14.08.01	01.09.01	17.08.01, nr.119
29.	Uzliesmojošu, sprādzienbīstamu un kaitīgu vielu uzglabāšanas rezervuāru tehniskās uzraudzības kārtība	MK	384	28.08.01	01.09.01	31.08.01 nr.124
30.	Prasības tērauda velmēšanas iekārtām un iekārtu tehniskās uzraudzības kārtība	MK	377	23.08.01	01.09.01	29.08.01, nr.123
31.	Rūpniecisko avāriju riska novērtēšanas kārtība un riska samazināšanas pasākumi	MK	259	19.06.01	01.07.01	22.06.01, nr.97
32.	Darbā nodarītā kaitējuma atlīdzības aprēķināšanas, finansēšanas un izmaksas kārtība	MK	378	23.08.01	01.01.03	29.08.01, nr.123
33.	Noteikumi par azbesta un azbesta izstrādājumu ražošanas radīto vides piesārņojuma un azbesta atkritumu apsaimniekošanu	MK	425	02.10.01	10.10.01	09.10.01, nr.143
34.	Noteikumi par darba aizsardzības prasībām, saskaroties ar kancerogēnām vielām darba vietās	MK	539	27.12.01	01.01.02	28.12.02, nr. 188
35.	Noteikumi par darbiem, kuros atļauts nodarbināt bērnus vecumā no 13 gadiem	MK	10	08.01.02	01.06.02	11.01.02, nr. 6
36.	Darba aizsardzības prasības darba vietās	MK	125	19.03.02	27.03.02	26.03.02, nr. 47
37.	Noteikumi par trokšņa emisiju no iekārtām, kuras izmanto ārpus telpas	MK	163	23.04.02	01.07.03	26.04.02, nr. 64
38.	Darba aizsardzības prasības, saskaroties ar bioloģiskajām vielām	MK	189	21.05.02	01.01.03	24.05.02, nr. 78
39.	Noteikumi par darbiem, kuros aizliegts nodarbināt pusaudžus, un izņēmumi, kad nodarbināšana šajos darbos ir atļauta saistībā ar pusaudža profesionālo apmācību	MK	206	28.05.02	01.06.02	31.05.02, nr. 82

40.	Kārtība, kādā tiek izsniegtas atļaujas bērnu - izpildītāju - nodarbināšanai kultūras, mākslas, sporta un reklāmas pasākumos, kā arī atļaujā ietverami ierobežojumi	MK	205	28.05.02	01.06.02	30.05.02, nr. 81
41.	Noteikumi par C1, D1, C un D kategorijas vadītāja apliecībai atbilstošu transportlīdzekļu vadītāju darba un atpūtas laiku un tā uzskaiti	MK	137	26.03.02	01.06.02	11.04.02, nr. 55
42.	Noteikumi par transportējamām spiedieniekārtām	MK	234	18.06.02	01.07.02	21.06.02, nr. 94
43.	Noteikumi par maģistrālo cauruļvadu projektēšanu, būvniecību un atbilstības novērtēšanu	MK	235	18.06.02	01.09.02	21.06.02, nr. 94
44.	Darba aizsardzības prasības, pārvietojot smagumus	MK	344	06.08.02	10.08.02	09.08.02, nr. 114
45.	Darba aizsardzības prasības, lietojot individuālos aizsardzības līdzekļus	MK	372	20.08.02	24.08.02	23.08.02, nr. 119
46.	Darba aizsardzības prasības darbā ar azbestu	MK	373	20.08.02	24.08.02	23.08.02, nr. 119
47.	Darba aizsardzības prasības, saskaroties ar ķīmiskajām vielām darba vietās	MK	399	03.09.02	07.09.02	06.09.02, nr. 127
48.	Darba aizsardzības prasības drošības zīmju lietošanā	MK	400	03.09.02	07.09.02	06.09.02, nr. 127
49.	Uzticības personu ievēlēšanas un darbības kārtība	MK	427	17.09.02	28.09.02	27.09.02, nr. 139
50.	Darba aizsardzības prasības, lietojot darba aprikojumu un strādājot augstumā	MK	526	09.12.02	13.12.02	12.12.02, nr. 526
51.	Darba aizsardzības prasības nodarbināto aizsardzībai pret darba vides trokšņa radīto risku	MK	66	04.02.03	08.02.02	07.02.02, nr. 21

Rikojumi

Nr. p/k	Nosaukums	Institūcija	N/a Nr.	Pieņemts	Stājas spēkā	Publicēts (Latvijas Vēstnesis)
1.	Instrukcija par obligāto veselības pārbaūžu veikšanas kārtību	LM ¹	8	12.01.98	12.01.98	28.01.98, nr. 23
2.	Par bīstamo iekārtu apkalpojošā personāla apmācību, atestāciju un zināšanu pārbaudi	LM	284	12.10.00	12.10.00	23.11.00, nr. 423
3.	Par inspicēšanas institūcijas tehnisko ekspertu SIA "TUV Nord Baltik" pilnvarošanu bīstamo iekārtu inspicēšanai	MK	354	03.07.02	03.07.02	05.07.02, nr. 101
4.	Par inspicēšanas institūcijas tehnisko ekspertu SIA "Jadzis" pilnvarošanu celšanas iekārtu inspicēšanai	MK	355	03.07.02	03.07.02	05.07.02, nr. 101
5.	Par inspicēšanas institūcijas bezpeļņas organizācijas SIA "LRTDEA" Latvijas - Vācijas TUV Berlīnes Brandenburgas kopuzņēmuma bīstamo iekārtu daļas pilnvarošanu bīstamo iekārtu inspicēšanai	MK	356	03.07.02	03.07.02	05.07.02, nr. 101
6.	Par a/s "Izstrādājumu bīstamības novērtēšanas aģentūra" inspicēšanas institūcijas "IBNA inspekcija" pilnvarošanu bīstamo iekārtu inspicēšanai	MK	357	03.07.02	03.07.02	05.07.02, nr. 101

Instrukcijas

Nr. p/k	Nosaukums	Institūcija	Apstiprināta	Publicēts
1.	Bīstamo iekārtu reģistrācijas instrukcija	VDI ²	30.03.0	Nav publicēts

¹ Augstākā padome

² Saeima

³ Ministru kabinets

⁴ Labklājības ministrija

⁵ Valsts darba inspekcija

⁶ "Ziņotājs"

⁷ "Latvijas vēstnesis"