



ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ-ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ 1131

Ακαδ. Έτος 2022-2023

Υπ. μαθήματος: καθ. Τσακλής Παναγιώτης

«ΠΜΣ: Αρχές Υγιεινής στους χώρους εργασίας»



<https://www.healthview.gr/79085/ston-aera-vrisketai-i-leitoyrgia-toy-ellinikoy-institoytoy-ygieinis-kai-asfaleias-tis-ergasias/>

Συγγραφή-επιμέλεια
Δρ Νίκη Σύρου
ΕΔΙΠ, ΤΕΦΑΑ, ΠΘ

Περιεχόμενα διάλεξης

1. Ορολογία και βασικές έννοιες Υγιεινής της Εργασίας
2. Επαγγελματική νοσηρότητα-Πρόληψη
3. Νομοθεσία στην Υγεία και Ασφάλεια στην Εργασία
4. Αρχές Υγιεινής της Εργασίας και Νόμος 3850/2010:
 - Παροχή υπηρεσιών προστασίας και πρόληψης
 - Μέτρα προστασίας των εργαζομένων που εκτίθενται σε παράγοντες
 - Ιατρικός έλεγχος και πληροφόρηση των εργαζομένων που εκτίθενται σε παράγοντες και γενικές υποχρεώσεις εργοδότη
5. Εκτίμηση του επαγγελματικού κινδύνου
6. Σύντομη αναφορά σε παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό περιβάλλον (χημικοί-φυσικοί-μυοσκελετικές παθήσεις-βιολογικοί)

Ορολογία και βασικές έννοιες Υγιεινής της Εργασίας

Υγιεινή της Εργασίας ή Επαγγελματική Υγεία σύμφωνα με τον WHO (2001) “είναι μια διεπιστημονική δραστηριότητα που στοχεύει:

- Στην προστασία και την προώθηση της υγείας των εργαζομένων με την πρόληψη και τον έλεγχο των επαγγελματικών ασθενειών και ατυχημάτων και με την εξάλειψη των παραγόντων και συνθηκών επικίνδυνων για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία
- Στην ανάπτυξη και προώθηση υγιούς και ασφαλούς εργασίας και περιβάλλοντος εργασίας
- Στην ενίσχυση της σωματικής, διανοητικής και κοινωνικής ευημερίας των εργαζομένων και υποστήριξη για την ανάπτυξη και διατήρηση της ικανότητας εργασίας τους, καθώς και την επαγγελματική και κοινωνική ανάπτυξη στην εργασία
- Παρέχει τη δυνατότητα στους εργαζομένους να κάνουν κοινωνικά και οικονομικά παραγωγική ζωή και να συμβάλλουν θετικά στην αειφόρο ανάπτυξη”.



Υγεία: Η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας.

Υγιεινή: Ο κλάδος της επιστήμης που ασχολείται με τη μελέτη των παραγόντων (περιβαλλοντικών, φυσικών, βιολογικών κ.α.) που σχετίζονται με την εκδήλωση, μετάδοση και πρόληψη ενός νοσήματος στον άνθρωπο και τα ζώα, με σκοπό τη διασφάλιση της υγείας και της ευεξίας τους.

Επαγγελματική έκθεση (occupational exposure): Είναι η έκθεση σε παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό περιβάλλον. Ο βαθμός της επαγγελματικής έκθεσης εξαρτάται από τον παράγοντα κινδύνου στο περιβάλλον εργασίας, τη συχνότητα της έκθεσης, την οδό απορρόφησης και τον ρυθμό μεταβολισμού στον οργανισμό του εργαζόμενου (κυρίως σε περίπτωση έκθεσης σε χημικούς παράγοντες κινδύνου), καθώς και την περιοδικότητα της έκθεσης.

Ατύχημα στον χώρο εργασίας (εργατικό ατύχημα): Κάθε βίαιο συμβάν που λαμβάνει χώρα κατά την εκτέλεση της εργασίας ή με αφορμή την εργασία, με συνέπεια τον τραυματισμό του σώματος, τη βλάβη της υγείας ή την απώλεια ζωής του εργαζομένου (Ν. 1846/51, Νομοθεσία ΙΚΑ).

Κίνδυνος: Υποδηλώνει την πιθανότητα να συμβεί ένα δυσάρεστο γεγονός, ως αποτέλεσμα κάποιων καταστάσεων. Ένας κίνδυνος σχετίζεται με ορισμένα αποτελέσματα, των οποίων η συχνότητα αυξάνεται ή μειώνεται ανάλογα με την ύπαρξη των παραγόντων κινδύνου.

Διαχείριση των κινδύνων: Περιλαμβάνει τη συστηματική διαδικασία ταυτοποίησής τους, την ανάλυση, την παρέμβαση, την αξιολόγηση των δυνητικών και υπαρκτών παραγόντων κινδύνου και την αποφυγή μελλοντικών οικονομικών απωλειών για τον οργανισμό.

Επαγγελματικός κίνδυνος: Σχετίζεται με την πιθανότητα ή συχνότητα έκθεσης των εργαζομένων σε κάποια πηγή κινδύνου, η οποία υπάρχει στον εργασιακό χώρο και με τη σοβαρότητα των συνεπειών από την έκθεση αυτή.

Επικινδυνότητα: Η συνθετική προσέγγιση της πιθανότητας έκθεσης και της σοβαρότητας των συνεπειών, που οφείλεται σε κάποιον επαγγελματικό κίνδυνο.

Παράγοντας: Κάθε φυσικός, χημικός και βιολογικός παράγοντας, που ενυπάρχει κατά την εργασία και μπορεί να είναι επιβλαβής στην υγεία των εργαζομένων ή επικίνδυνος από άλλη άποψη, ανεξάρτητα από τη φυσική του κατάσταση.

Οριακή τιμή έκθεσης: Το ανώτερο επίπεδο έκθεσης των εργαζομένων σ' έναν παράγοντα, το οποίο καθορίζεται ως η ανώτερη τιμή συγκέντρωσης ή έντασής του στον τόπο εργασίας, πάνω από την οποία δεν επιτρέπεται να εκτίθενται οι εργαζόμενοι.

Οριακή τιμή βιολογικού δείκτη: Η ανώτερη επιτρεπόμενη συγκέντρωση ενός παράγοντα, ο οποίος μετράται απευθείας σε σωματικούς ιστούς, σωματικά υγρά ή στον εκπνεόμενο αέρα ή έμμεσα από την ειδική δράση του στον οργανισμό.

Ασθένεια που συνδέεται με την εργασία: Κάθε ασθένεια που προκαλείται ή επιδεινώνεται λόγω παραγόντων στον χώρο εργασίας. Πολλές ασθένειες αυτού του είδους μπορεί να έχουν πιο σύνθετη αιτιολογία, η οποία συνδυάζει επαγγελματικούς και μη σχετιζόμενους με την εργασία παράγοντες.

Επαγγελματική ασθένεια: Κάθε ασθένεια που προκαλείται κυρίως, λόγω έκθεσης σε φυσικούς, οργανωτικούς, χημικούς ή βιολογικούς παράγοντες κινδύνου κατά την εργασία ή σε συνδυασμό αυτών των παραγόντων.

Επιδημιολογία επαγγελματικών ασθενειών

- Σύμφωνα με μελέτη του ΠΟΥ (2018) το 2015, αποδόθηκαν περισσότεροι από 1,2 εκατομμύρια θάνατοι παγκοσμίως στους επαγγελματικούς κινδύνους, που αντιπροσωπεύουν το 2,1% όλων των θανάτων στο γενικό πληθυσμό.
- Λαμβάνοντας υπόψη τόσο τους θανάτους όσο και την αναπηρία, το κλάσμα της παγκόσμιας επιβάρυνσης της επαγγελματικών νοσημάτων στον γενικό πληθυσμό ανερχόταν στο 2,7%.
- Οι μη μεταδοτικές ασθένειες συνεισφέρουν στο 70%, τα ατυχήματα στο 22% και οι μεταδοτικές ασθένειες στο 8% της συνολικής επιβάρυνσης από επαγγελματικά νοσήματα.

Στατιστικά δεδομένα για τις επαγγελματικές ασθένειες

□ Ενώ ο αριθμός ατυχημάτων στον χώρο εργασίας έχει μειωθεί κατά 25% την τελευταία δεκαετία, εκτιμάται ότι οι ασθένειες που συνδέονται με την εργασία εξακολουθούν να ευθύνονται για 2,4 εκατομμύρια θανάτους παγκοσμίως κάθε χρόνο, εκ των οποίων οι 200.000 σημειώνονται στην Ευρώπη.

□ Στις ασθένειες που συνδέονται με την εργασία περιλαμβάνονται:

Μυοσκελετικές παθήσεις

Άγχος και διαταραχές ψυχικής υγείας

Καρκίνος που σχετίζεται με την εργασία

Δερματικές παθήσεις

Ασθένειες που συνδέονται με την εργασία και οφείλονται σε βιολογικούς παράγοντες

Επαγγελματική νοσηρότητα- Πρόληψη

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΝΟΣΗΡΟΤΗΤΑ: ΕΡΓΑΤΙΚΟ ΑΤΥΧΗΜΑ-ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ

(Δρακόπουλος&Πινότση,ΕΛΙΝΥΑΕ 2013)

Επαγγελματική νοσηρότητα: Οι βλάβες στην υγεία του εργαζόμενου από τη μη έγκαιρη και αποτελεσματική αντιμετώπιση των βλαπτικών παραγόντων του εργασιακού περιβάλλοντος

Μορφές: Εργατικό ατύχημα και επαγγελματική νόσος.

α) Εργατικό ατύχημα: *«Οξεία βλάβη της υγείας εργαζόμενου ως αποτέλεσμα στιγμιαίου, βίαιου και αιφνίδιου συμβάντος κατά την εργασία ή επ' ευκαιρία αυτής, που προκαλεί προσωρινή ή μόνιμη ανικανότητα ή θάνατο».*

β) Θανατηφόρο εργατικό ατύχημα: Όταν επέρχεται ο θάνατος το πολύ σε έναν χρόνο από το συμβάν.

Χαρακτηριστικά εργατικού ατυχήματος:

- Συνέβη χωρίς πρόθεση, κατά την εκτέλεση της εργασίας ή με αφορμή αυτή.
- Προκάλεσε αδυναμία για εργασία για χρόνο μεγαλύτερο των τριών ημερών.

Φορείς αναγγελίας εργατικού ατυχήματος:

- οι αρμόδιες κατά τόπους επιθεωρήσεις εργασίας
- οι πλησιέστερες αστυνομικές αρχές
- ο ασφαλιστικός φορέας του εργαζόμενου.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΝΟΣΗΡΟΤΗΤΑ: ΕΡΓΑΤΙΚΟ ΑΤΥΧΗΜΑ-ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ

(Δρακόπουλος&Πινότση, ΕΛΙΝΥΑΕ 2013)

γ) Επαγγελματική νόσος: Χρόνια βλάβη της υγείας του εργαζόμενου, σαν συνέπεια βλαπτικών επιδράσεων που ωριμάζουν αργά στον οργανισμό του, για να μετασχηματιστούν μετά σε παθολογική κατάσταση.

Διαδικασία αναγνώρισης επαγγελματικής νόσου:

- η δήλωση της μέσα σε 5 μέρες από τη γνώση της (υποχρεωτική)
- ο χαρακτηρισμός της ως επαγγελματικής από το αρμόδιο υποκατάστημα του ΙΚΑ
- παραπομπή ασφαλισμένου για κρίση από τις υγειονομικές επιτροπές.

ΠΡΟΛΗΨΗ-ΕΙΔΗ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

(Κρεμαστινού 2007, Δρακόπουλος&Πινόση,ΕΛΙΝΥΑΕ 2013)

Πρόληψη ➔ Διαδικασίες με τις οποίες προλαμβάνεται η εμφάνιση ή η ανάπτυξη ή η εξέλιξη κάποιας βλάβης/διαταραχής στην υγεία.

Η πρόληψη διακρίνεται σε τρία επίπεδα, που σχετίζονται με την πορεία εξέλιξης μιας βλάβης στην υγεία

Πρωτογενής πρόληψη: Αναφέρεται στα μέτρα, που λαμβάνονται, ώστε το άτομο να μην έλθει σε επαφή με βλαπτικούς παράγοντες ή να έχει ήδη αμυντικό μηχανισμό έναντι αυτών.

Μέτρα α-γενούς πρόληψης: Παρεμβάσεις στην πηγή του κινδύνου, στη διάδοσή του και στον άνθρωπο.

Δευτερογενής πρόληψη: Έχει σκοπό να σταματήσει την εξέλιξη μιας διαταραχής/νόσου, μέσω της έγκαιρης διάγνωσης και πριν την εκδήλωσή της.

Μέτρα β-γενούς πρόληψης: Ιατρική παρακολούθηση και εξετάσεις.

Τριτογενής πρόληψη: Αποσκοπεί στο να μειώσει την περαιτέρω εξέλιξη ή τις επιπλοκές μιας ήδη εγκατεστημένης νόσου ή αναπηρίας και στη διευκόλυνση της επιστροφής και επανένταξης των εργαζόμενων στην εργασία.

Οι εννέα αρχές πρόληψης των επαγγελματικών κινδύνων (Κυπριακή Δημοκρατία, 2009)

1. Αποφυγή των κινδύνων

π.χ. αποφυγή: • εργασίας σε ύψος • διακίνησης οχημάτων σε χώρους που διακινείται προσωπικό • χρήσης μηχανημάτων με ψηλά επίπεδα θορύβου • χειρονακτικής διακίνησης φορτίων • εργασίας σε ολισθηρά δάπεδα • χρήσης εξοπλισμού που δεν είναι ασφαλής

2. Εκτίμηση των κινδύνων που δεν μπορούν να αποφευχθούν

• εργασία σε ύψος • κίνηση οχημάτων σε επικίνδυνη τυφλή γωνία • εργασία σε χώρους με ψηλά επίπεδα θορύβου • μεταφορά φορτίων • ολισθηρά πατώματα • χρήση χημικών

3. Καταπολέμηση των κινδύνων στην πηγή τους

• εγκλεισμός μηχανημάτων με ψηλά επίπεδα θορύβου • βελτίωση της υποδομής για μείωση των κραδασμών • τοποθέτηση αντιολισθητικού υλικού σε σκαλοπάτια που γλιστρούν.

4. Προσαρμογή της εργασίας στον άνθρωπο (Διαμόρφωση θέσεων εργασίας, επιλογή εξοπλισμού εργασίας και μεθόδων εργασίας και παραγωγής)

• ύψος επιφανειών εργασίας • χειριστήρια/μοχλοί μηχανημάτων να είναι κάτω από το ύψος των ώμων. • εργονομικός εξοπλισμός γραφείου • επιλογή φορητών εργαλείων

5. Παρακολούθηση της εξέλιξης της τεχνολογίας

- χρήση κατάλληλης ανυψωτικών εξέδρων για εργασίες σε ύψος • χρήση ηλεκτρικού εξοπλισμού χαμηλής τάσης • χρήση αυτοματισμών

6. Αντικατάσταση του επικίνδυνου από το μη επικίνδυνο ή το λιγότερο επικίνδυνο.

- χρήση λιγότερο επικίνδυνων ουσιών • αντικατάσταση εξοπλισμού που παράγει θόρυβο με άλλο αθόρυβο εξοπλισμό ή με εξοπλισμό που παράγει λιγότερο θόρυβο

7. Προγραμματισμός της πρόληψης: τεχνική πρόληψη, οργάνωση της εργασίας, συνθήκες εργασίας, σχέσεις εργοδοτών - εργαζομένων, παράγοντες περιβάλλοντος εργασίας

- προγραμματισμός εργασιών για αποφυγή συνωστισμού ή άλλων επικίνδυνων καταστάσεων π.χ. ταυτόχρονη ηλεκτροσυγκόλληση και χρήση εύφλεκτων υλικών • χρήση ειδικού φωτισμού ανάλογα με την εργασία • όταν θα γίνει εργασία μπροστά σε οθόνη οπτικής απεικόνισης το τραπέζι και η οθόνη να τοποθετούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να αποφεύγεται η ανάκλαση του φωτός και το θάμβωμα

8. Προτεραιότητα στα μέτρα ομαδικής προστασίας - μέτρων ατομικής προστασίας

- εγκλεισμό της πηγής που παράγει θόρυβο • κεντρικά συστήματα απαγωγής σκόνης

9. Παροχή των κατάλληλων οδηγιών/ πληροφοριών στους εργαζόμενους

- όταν προσλαμβάνεται νέος υπάλληλος, • όταν κάποιος εργαζόμενος αλλάζει καθήκοντα
- όταν εισάγεται νέος εξοπλισμός και νέα τεχνολογία

Βιβλιογραφία

Σύρου Ν (2014). Ανάπτυξη, εφαρμογή και αξιολόγηση προγράμματος τροποποίησης παραγόντων κινδύνου για την υγεία και ασφάλεια στα σχολεία. Διδακτορική Διατριβή, Τμήμα Νοσηλευτικής ΕΚΠΑ, Αθήνα.

Διαθέσιμο σε: <http://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/35969>

Κουρέα – Κρεμαστινού Τζένη (2007). Δημόσια Υγεία, εκδόσεις ΤΕΧΝΟΓΡΑΜΜΑ, Αθήνα.

ΕΛΙΝΥΑΕ (2013). Θέματα Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας για επιχειρήσεις γ' κατηγορίας (αρθ. 10, Ν. 3850/2010). Διαθέσιμο σε:

http://www.elinyae.gr/el/lib_file_upload/g_kat_opt_old.1397476414453.pdf

Κυπριακή Δημοκρατία (2009). Διαθέσιμο σε: Ασφάλεια και υγεία στην εργασία, υπόθεση όλων μας, Πρακτικός Οδηγός, Σύστημα Διαχείρισης της Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία για Μικρές Επιχειρήσεις.

[http://www.mlsi.gov.cy/mlsi/dli/dliup.nsf/All/C1D9D30840845103C2257DDC0032085A/\\$file/praktikos_odigos_ekdosi_2.pdf](http://www.mlsi.gov.cy/mlsi/dli/dliup.nsf/All/C1D9D30840845103C2257DDC0032085A/$file/praktikos_odigos_ekdosi_2.pdf)

Νομοθεσία στην Υγεία και Ασφάλεια στην Εργασία

Νομοθετικό Πλαίσιο στην ΥΑΕ

Διαχρονικά στη χώρα μας, το εργατικό δίκαιο, περιλαμβάνει ένα ευρύ πλέγμα ρυθμίσεων, σχετικά με μέτρα που χρειάζεται να λαμβάνονται από τους εργοδότες για την προστασία της ζωής, της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων.

Ν. 1568/1985: Ο εργοδότης υποχρεούται να λαμβάνει κάθε μέτρο που απαιτείται, ώστε να εξασφαλίζονται οι εργαζόμενοι και οι τρίτοι που παρευρίσκονται στους τόπους εργασίας, από κάθε κίνδυνο που μπορεί να απειλήσει την υγεία ή τη σωματική τους ακεραιότητα.

Προέβλεπε τη λειτουργία Επιτροπών Υγιεινής και Ασφάλειας των εργαζομένων (Ε.Υ.Α.), την ύπαρξη Τεχνικού Ασφαλείας (Τ.Α.) και Ιατρού Εργασίας (Ι.Ε.) στον εργασιακό χώρο.

Π.Δ. 17/1996: Ο εργοδότης υποχρεούται να εξασφαλίζει την ασφάλεια και την υγεία των εργαζομένων ως προς όλες τις πτυχές της εργασίας, καθώς και των τρίτων, να λαμβάνει αντίστοιχα μέτρα, να επιβλέπει την ορθή εφαρμογή τους και να φροντίζει, ώστε αυτά να προσαρμόζονται στις εκάστοτε μεταβολές των περιστάσεων.

Ο νέος **«Κώδικας για την Υγεία και την Ασφάλεια των εργαζομένων»**, κυρώθηκε με το ν. 3850/2010 (ΦΕΚ 84/Α/2.6.2010).

Καινοτομία του κώδικα αποτελεί η αντικατάσταση του όρου «υγιεινή» από τον όρο «υγεία», σύμφωνα με την ορολογία που έχει καθιερωθεί, από το 1992, από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ο όρος υγιεινή στον κώδικα χρησιμοποιείται μόνο με την έννοια της ατομικής υγιεινής.

Ο κώδικας αποτελείται από 73 άρθρα κατανεμημένα σε 9 κεφάλαια. Οι διατάξεις του έχουν εφαρμογή σε όλες τις επιχειρήσεις, εκμεταλλεύσεις και εργασίες του ιδιωτικού και του δημόσιου τομέα, εφόσον δεν ορίζεται διαφορετικά. Εφαρμόζονται, επίσης, στο ένστολο προσωπικό των ενόπλων δυνάμεων και των σωμάτων ασφαλείας.

N. 3850/2010: Έχει ως αντικείμενο την εφαρμογή μέτρων για την προαγωγή της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων κατά την εργασία.

- Περιέχει γενικές αρχές σχετικά με την πρόληψη των επαγγελματικών κινδύνων και την προστασία της υγείας και της ασφάλειας, την εξάλειψη των συντελεστών κινδύνου των εργατικών ατυχημάτων και των επαγγελματικών ασθενειών, την ενημέρωση, τη διαβούλευση, την ισόρροπη συμμετοχή, την κατάρτιση των εργαζομένων και των εκπροσώπων τους, καθώς και τους κανόνες για την εφαρμογή των γενικών αυτών αρχών.
- Αναφέρεται στη γενική εργοδοτική υποχρέωση περί λήψης μέτρων προστασίας προς εξασφάλιση της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων και τρίτων, ορίζεται η υποχρέωση απασχόλησης στις επιχειρήσεις τεχνικού ασφαλείας και ιατρού εργασίας.

Αναφέρεται επίσης στον παραπάνω Νόμο:

- Η υποχρέωση του εργαζόμενου να εφαρμόζει τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας που του υποδεικνύονται και να φροντίζει, ανάλογα με τις δυνατότητές του, για την ασφάλεια και την υγεία του ίδιου και των ατόμων που επηρεάζονται, από την εργασία του
- Ο ατομικός προστατευτικός εξοπλισμός που του παρέχεται, αναφέροντας στον εργοδότη, τον τεχνικό ασφαλείας ή τον ιατρό εργασίας επικίνδυνες καταστάσεις ή ελλείψεις

Αρχές Υγιεινής της Εργασίας και Νόμος 3850/2010

Ο Νόμος 3850/2010 περιέχει γενικές αρχές σχετικά με:

- ✓ την πρόληψη των επαγγελματικών κινδύνων και την **προστασία της υγείας** και της ασφάλειας
- ✓ την εξάλειψη των συντελεστών κινδύνου των εργατικών ατυχημάτων και **των επαγγελματικών ασθενειών**
- ✓ την ενημέρωση, τη διαβούλευση, την ισόρροπη συμμετοχή, την κατάρτιση των εργαζομένων και των εκπροσώπων τους
- ✓ τους κανόνες για την εφαρμογή των γενικών αυτών αρχών

1. Παροχή υπηρεσιών προστασίας και πρόληψης (αρ 8)

- Στις επιχειρήσεις που απασχολούν λιγότερους από 50 εργαζομένους ο εργοδότης έχει την υποχρέωση να χρησιμοποιεί τις υπηρεσίες τεχνικού ασφάλειας.
- Στις επιχειρήσεις που απασχολούν 50 και άνω εργαζομένους, ο εργοδότης έχει την υποχρέωση να χρησιμοποιεί τις υπηρεσίες τεχνικού ασφάλειας και ιατρού εργασίας.
- Οι υποχρεώσεις του τεχνικού ασφάλειας, του ιατρού εργασίας και των εκπροσώπων των εργαζομένων δεν θίγουν την αρχή της ευθύνης του εργοδότη.

Κύρια καθήκοντα του Τεχνικού Ασφαλείας (ν. 3850/2010)

- Συμβουλεύει την επιχείρηση σε θέματα υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας και επιβλέπει τις συνθήκες εργασίας.
- Υπεισέρχεται σε θέματα σχεδιασμού προγραμματισμού και κατασκευής-συντήρησης των εγκαταστάσεων.
- Ελέγχει την ασφάλεια της λειτουργίας των εγκαταστάσεων.
- Επιθεωρεί τους χώρους εργασίας για την εφαρμογή των αναγκαίων μέτρων και την πρόληψη των ατυχημάτων.
- Ερευνά τα αίτια των ατυχημάτων, αναλύει τα αποτελέσματα των ερευνών του να προτείνει διορθωτικές παρεμβάσεις.
- Εποπτεύει και συντονίζει τις ασκήσεις πυρασφάλειας και συναγερμού.
- Καταρτίζει προγράμματα εκπαίδευσης των εργαζομένων κ.α.

Κύρια καθήκοντα Ιατρού Εργασίας (ν. 3850/2010)

- Παροχή συμβουλών και υποδείξεων σε εργοδότη και εργαζομένους σχετικά με τα μέτρα για τη σωματική και ψυχική υγεία των εργαζομένων.
- Διαμόρφωση-διευθέτηση περιβάλλοντος και θέσεων εργασίας σύμφωνα με τις αρχές της εργονομίας, υγιεινής, φυσιολογίας και ψυχολογίας της εργασίας.
- Αποτύπωση-καταγραφή επαγγελματικών νοσημάτων.
- Ανίχνευση των αιτιών των νοσημάτων και πρόληψη αυτών.
- Οργάνωση παροχής πρώτων βοηθειών.
- Τήρηση ατομικού και πλήρως ενημερωμένου φακέλου υγείας για τον κάθε εργαζόμενο.
- Επείγουσα αντιμετώπιση εργατικού ατυχήματος ή νόσου κ.α.

2. Μέτρα προστασίας των εργαζομένων που εκτίθενται σε παράγοντες [άρθρο 38]

Ο εργοδότης οφείλει να παίρνει μέτρα, ώστε να αποφεύγεται ή να ελαχιστοποιείται η έκθεση των εργαζομένων σε παράγοντες, όσο είναι πρακτικά δυνατό. Σε κάθε περίπτωση **το επίπεδο έκθεσης πρέπει να είναι κατώτερο από εκείνο που ορίζει η «οριακή τιμή έκθεσης»**

Ειδικότερα θα πρέπει να:

- Να αντικαθιστά, όσο είναι πρακτικά δυνατό, τους παράγοντες που είναι επιβλαβείς για την υγεία των εργαζομένων ή επικίνδυνοι με άλλους αβλαβείς ή λιγότερο επιβλαβείς, καθώς και να περιορίζει τη χρήση τους στο χώρο εργασίας.
- Να αντικαθιστά, όσο είναι πρακτικά δυνατό, παραγωγικές διαδικασίες, μεθόδους και μέσα που δημιουργούν στους χώρους εργασίας παράγοντες, οι οποίοι θεωρούνται επιβλαβείς για την υγεία ή επικίνδυνοι, με άλλες που δε δημιουργούν καθόλου τους παράγοντες αυτούς ή τους δημιουργούν σε επίπεδο χαμηλότερο από εκείνο που ορίζει η κατά περίπτωση «οριακή τιμή έκθεσης».
- Να περιορίζει, όσο είναι πρακτικά δυνατό, τον αριθμό των εργαζομένων που εκτίθενται ή ενδέχεται να εκτεθούν σε παράγοντες και το χρόνο έκθεσής τους.
- Να παρέχει μέτρα και μέσα ατομικής προστασίας στους εργαζομένους, όταν δεν είναι πρακτικά δυνατό να αποφευχθεί η επιβλαβής έκθεση τους.

3. Ιατρικός έλεγχος και πληροφόρηση των εργαζομένων που εκτίθενται σε παράγοντες και γενικές υποχρεώσεις εργοδότη (άρθρα 39, 40 και 42)

❑ **Ο εργοδότης υποχρεούται να:**

➤ Παραπέμπει, σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις, σε ιατρικό έλεγχο κάθε εργαζόμενο:

-μετά την πρόσληψή του και στη συνέχεια σε τακτά χρονικά διαστήματα

-κατά την αλλαγή θέσης εργασίας και πριν από την τοποθέτησή του σε εργασία που συνεπάγεται έκθεση σε παράγοντες, σύμφωνα με την έννοια του παρόντος.

➤ Μεριμνά ώστε να τηρούνται και να ενημερώνονται:

-βιβλίο καταχώρησης των συλλογικών ανώνυμων αποτελεσμάτων των βιολογικών εξετάσεων ενδεικτικών της έκθεσης, όταν προβλέπονται τέτοιες εξετάσεις

-ατομικός ιατρικός φάκελος των εργαζομένων που εκτίθενται στους παράγοντες. Ο φάκελος τηρείται από τον ιατρό εργασίας που είναι υπεύθυνος για τη διαφύλαξη του ιατρικού απορρήτου.

➤ Δεν επιτρέπεται να απασχολείται εργαζόμενος σε εργασία που συνεπάγεται έκθεση στους παράγοντες, αν αυτή είναι αντίθετη με τα πορίσματα του ιατρικού ελέγχου.

❑ **Ο εργοδότης υποχρεούται να:**

Να λαμβάνει τα αναγκαία μέτρα για την προστασία της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων, συμπεριλαμβανομένων των δραστηριοτήτων πρόληψης των επαγγελματικών κινδύνων, ενημέρωσης και κατάρτισης, καθώς και της δημιουργίας της απαραίτητης οργάνωσης και της παροχής των αναγκαίων μέσων.

Ο εργοδότης εφαρμόζει τα μέτρα που προβλέπονται παραπάνω, βάσει των ακόλουθων γενικών αρχών πρόληψης:

- αποφυγή των κινδύνων,
- εκτίμηση των κινδύνων που δεν μπορούν να αποφευχθούν,
- προσαρμογή της εργασίας στον άνθρωπο, ειδικότερα όσον αφορά τη διαμόρφωση των θέσεων εργασίας, καθώς και την επιλογή των εξοπλισμών εργασίας και των μεθόδων εργασίας και παραγωγής, προκειμένου ιδίως να μετριασθεί η μονότονη και ρυθμικά επαναλαμβανόμενη εργασία και να μειωθούν οι επιπτώσεις της στην υγεία.

❑ **Ο εργοδότης υποχρεούται επίσης να προβαίνει σε:**

- αντικατάσταση του επικινδύνου από το μη επικίνδυνο ή το λιγότερο επικίνδυνο
- προγραμματισμό της πρόληψης με στόχο ένα συνεκτικό σύνολο που να ενσωματώνει στην πρόληψη την τεχνική, την οργάνωση της εργασίας, τις συνθήκες εργασίας, τις σχέσεις μεταξύ εργοδοτών και εργαζομένων και την επίδραση των παραγόντων του περιβάλλοντος στην εργασία,
- καταπολέμηση των κινδύνων στην πηγή τους
- προτεραιότητα στη λήψη μέτρων ομαδικής προστασίας σε σχέση με τα μέτρα ατομικής προστασίας
- προσαρμογή στις τεχνικές εξελίξεις.

❑ **Ο εργοδότης υποχρεούται να προβαίνει σε:**

- παροχή των κατάλληλων οδηγιών στους εργαζομένους
- εφαρμογή των υποδείξεων των τεχνικών και υγειονομικών επιθεωρητών εργασίας και γενικά να διευκολύνει το έργο τους μέσα στην επιχείρηση κατά τους ελέγχους
- κατάρτιση προγραμμάτων προληπτικής δράσης και βελτίωσης των συνθηκών εργασίας στην επιχείρηση

❑ **Ο εργοδότης υποχρεούται να:**

- φροντίζει ώστε να προσαρμόζονται τα μέτρα της προηγούμενης παραγράφου ανάλογα με τις μεταβολές των περιστάσεων και να επιδιώκει τη βελτίωση των υφιστάμενων καταστάσεων
- εφαρμόζει τις υποδείξεις των τεχνικών και υγειονομικών επιθεωρητών εργασίας και γενικά να διευκολύνει το έργο τους μέσα στην επιχείρηση κατά τους ελέγχους,
- επιβλέπει την ορθή εφαρμογή των μέτρων υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων
- γνωστοποιεί στους εργαζομένους τον επαγγελματικό κίνδυνο από την εργασία τους
- καταρτίζει πρόγραμμα προληπτικής δράσης και βελτίωσης των συνθηκών εργασίας στην επιχείρηση,
- εξασφαλίζει τη συντήρηση και την παρακολούθηση της ασφαλούς λειτουργίας μέσων και εγκαταστάσεων
- ενθαρρύνει και διευκολύνει την επιμόρφωση και εκπαίδευση των εργαζομένων και των εκπροσώπων τους, λαμβάνει συλλογικά μέτρα προστασίας των εργαζομένων.

❑ **Ο εργαζόμενος:**

- Μπορεί να προσφύγει στην Επιθεώρηση Εργασίας κατά των πορισμάτων του ιατρικού ελέγχου που αναφέρεται σ' αυτόν.
- Έχει δικαίωμα να πληροφορείται:
 - Για τα αποτελέσματα των ατομικών του κλινικών, εργαστηριακών και βιολογικών εξετάσεων που είναι ενδεικτικά της έκθεσής του.
 - για τους πιθανούς κινδύνους που συνδέονται με την έκθεση τους σε παράγοντες για τις «οριακές τιμές έκθεσης», για τα τεχνικά μέτρα πρόληψης που πρέπει να τηρούνται και για τις προφυλάξεις που πήρε ο εργοδότης και πρέπει να τηρούν οι εργαζόμενοι.
 - σε περιπτώσεις υπέρβασης των «οριακών τιμών έκθεσης» για τα αίτια της υπέρβασης και τα μέτρα που έχουν ληφθεί ή πρόκειται να ληφθούν για να αντιμετωπισθεί.
- Έχει δικαίωμα να πληροφορείται και να επιμορφώνεται για τη βελτίωση των γνώσεών του σχετικά με τους κινδύνους στους οποίους εκτίθεται.

4. Εκτίμηση του επαγγελματικού κινδύνου (άρθρο 43)

Η εκτίμηση πρέπει να περιλαμβάνει την αναγνώριση και καταγραφή των κινδύνων που υπάρχουν στην επιχείρηση, καθώς και αυτών που ενδέχεται να εμφανισθούν, όπως κίνδυνος πτώσης, κίνδυνος από μηχανήματα και εξοπλισμό, κίνδυνος πυρκαγιάς, ηλεκτροπληξίας, έκρηξης, κίνδυνος από έκθεση σε βλαπτικούς παράγοντες (φυσικούς, χημικούς, βιολογικούς), κίνδυνος από την οργάνωση της εργασίας.

Ειδικότερα αφορά σε ενέργειες με σκοπό να:

- ✓ εντοπισθούν οι πηγές του επαγγελματικού κινδύνου, δηλαδή τι θα μπορούσε να προκαλέσει κινδύνους για την ασφάλεια και υγεία των εργαζομένων
- ✓ διαπιστωθεί κατά πόσο και με τι μέτρα μπορούν οι πηγές κινδύνων να εξαλειφθούν ή οι κίνδυνοι αυτοί να αποφευχθούν, και αν αυτό δεν είναι δυνατόν
- ✓ καταγραφούν τα μέτρα πρόληψης που ήδη εφαρμόζονται και να προταθούν αυτά που πρέπει συμπληρωματικά να ληφθούν για τον έλεγχο των κινδύνων και την προστασία των εργαζομένων

Παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό περιβάλλον

Ταξινόμηση των επαγγελματικών κινδύνων

(ΕΛΙΝΥΑΕ, 2013)

1η ομάδα: Κίνδυνοι για την ασφάλεια ή κίνδυνοι εργατικού ατυχήματος που περικλείουν:

Την πιθανότητα να προκληθεί τραυματισμός ή βιολογική βλάβη στους εργαζόμενους, ως συνέπεια της έκθεσης στην πηγή κινδύνου. Η φύση της πηγής κινδύνου καθορίζει την αιτία και το είδος του τραυματισμού ή της βιολογικής βλάβης, που μπορεί να είναι μηχανική, ηλεκτρική, χημική, θερμική κ.λπ.

2η ομάδα: Κίνδυνοι για την υγεία που περικλείουν την πιθανότητα να προκληθεί αλλοίωση στη:

Βιολογική ισορροπία των εργαζομένων (ασθένεια), συνέπεια της επαγγελματικής έκθεσης σε φυσικούς, χημικούς και βιολογικούς βλαπτικούς παράγοντες του εργασιακού περιβάλλοντος.

Οι κίνδυνοι αυτοί μπορεί να οφείλονται σε:

- χημικούς παράγοντες (π.χ. υπέρβαση Οριακών Τιμών Έκθεσης)
- φυσικούς παράγοντες (π.χ. υπέρβαση Οριακών Τιμών Έκθεσης)
- βιολογικούς παράγοντες (π.χ. παρουσία ιών, βακτηρίων, μυκήτων)

3η ομάδα: Κίνδυνοι εργονομικοί ή εγκάρσιοι (για την υγεία και την ασφάλεια):

Χαρακτηρίζονται από την αλληλεπίδραση της σχέσης, εργαζόμενου και οργάνωσης εργασίας.

I. ΧΗΜΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΟΙ ΧΗΜΙΚΟΙ ΒΛΑΠΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (Δοντάς, 2013)

- Οι χημικές ενώσεις (ουσίες) που χρησιμοποιούνται διεθνώς στους χώρους εργασίας υπερβαίνουν σήμερα τις εκατό χιλιάδες.
- **Έκθεση:** Οι συνθήκες υπό τις οποίες βλαπτικοί παράγοντες **έρχονται σ' επαφή με τον ανθρώπινο οργανισμό και στη συνέχεια εισέρχονται σ' αυτόν.** Η ουσία εισέρχεται στον οργανισμό με τους εξής τρεις μηχανισμούς:
 - ✓ την **εισπνοή**
 - ✓ μέσω του **δέρματος ή των ματιών**
 - ✓ την **κατάποση**

Όσο μεγαλύτερη είναι:

- η συγκέντρωση ενός βλαπτικού παράγοντα στον αέρα του εργασιακού χώρου
- ο χρόνος έκθεσης

τόσο μεγαλύτερες θα είναι οι βλάβες στην υγεία και η πιθανότητα εμφάνισης συμπτωμάτων μιας επαγγελματικής ασθένειας.

Μορφές των επικίνδυνων χημικών ουσιών-Κίνδυνοι

(Δοντάς, 2013)

(Α) Σωματιδιακοί αερόφερτοι ρύποι. Στην ομάδα συμπεριλαμβάνονται οι **σκόνες** και οι **ίνες**, οι **καπνοί** και τα **νέφη** (ομίχλες).

- 1. Σκόνες.** Οι σκόνες αποτελούνται από στερεά σωματίδια, τα οποία έχουν τη δυνατότητα να αιωρούνται στον ατμοσφαιρικό αέρα. Η εισπνεόμενη σκόνη μπορεί να προκαλέσει **βλάβες στο αναπνευστικό σύστημα.**
- 2. Οι ίνες** είναι επιμήκη στερεά αιωρούμενα σωματίδια και διακρίνονται σε φυσικές ή συνθετικές οργανικές ή ανόργανες. Η ομάδα των ανόργανων φυσικών ινών περιλαμβάνει και τον **αμιάντο**, που αποδειχθεί επιστημονικά ότι είναι η αιτία πολλών ασθενειών, όπως **αμιάντωση, μεσοθηλίωμα και καρκίνο του πνεύμονα και του γαστρεντερικού συστήματος.**
- 3. Καπνοί** είναι στερεά σωματίδια, αιωρούμενα στον αέρα, παραγόμενα με θερμικές ή/και χημικές μεθόδους.
- 4. Νέφη (ομίχλες)** είναι υγρά σωματίδια σε λεπτό διαμερισμό, αιωρούμενα στον αέρα, παραγόμενα με τη συμπύκνωση αερίων ή με τη διασπορά υγρών.

B) Αερόμορφοι ρύποι. Στην ομάδα συμπεριλαμβάνονται τα **αέρια** και οι **ατμοί**.

(Γ) Διαλύτες (υγροί ρύποι). Στην κατηγορία αυτή κατατάσσονται υγρές χημικές ουσίες, συνήθως πτητικές.

II. ΦΥΣΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

1. ΘΟΡΥΒΟΣ (Δρίβας, 2013)

Τι είναι ο ήχος;

Ήχος είναι είδος κύματος και ορίζεται ως κάθε μεταβολή της πίεσης του αέρα ή άλλου μέσου, που είναι ικανή να ερεθίσει την αίσθηση της ακοής και να γίνει αντιληπτή από τον άνθρωπο.

Τι είναι ο θόρυβος;

Ο ανεπιθύμητος, ενοχλητικός ή και απλά δυσάρεστος για τον άνθρωπο ήχος λέγεται θόρυβος.



Πηγή: <https://www.nextdeal.gr/epikairotita/ygeia/52113/o-thoryvos-epireazei-sovara-tin-ygeia-kai-tin-artiriaki-piesi>

Επιπτώσεις του θορύβου στον οργανισμό

(Δρίβας, 2013)

1. Ακουστικές επιδράσεις: αφορούν το όργανο της ακοής και χαρακτηρίζονται από λειτουργικές αλλοιώσεις προσωρινού ή μόνιμου χαρακτήρα:

Ακουστική κόπωση: Παρατηρείται μετά από αρχική έκθεση σε θόρυβο και εξαρτάται από την ένταση του θορύβου. Είναι προσωρινή και ανατάξιμη μετά από κάποιο σύντομο χρονικό διάστημα μετά την άρση του ηχητικού ερεθίσματος.

Οξύ ακουστικό τραύμα: Είναι η οξεία επιβάρυνση της ακοής η οποία οφείλεται σε μια μοναδική έκθεση του συστήματος ακοής σε πολύ δυνατό και βραχύχρονο ηχητικό ερέθισμα όπως π.χ. μια έκρηξη. Χαρακτηρίζεται από μείωση της ακουστικής οξύτητας.

Επαγγελματική Βαρηκοΐα: Αποτελεί μια από τις συχνότερες επαγγελματικές ασθένειες. Χαρακτηρίζεται ως μια μόνιμη αμφοτερόπλευρη βαρηκοΐα αντιλήψεως, που αναπτύσσεται αργά, και βαθμιαία.

• Η βαρηκοΐα συμπεριλαμβάνεται στον Εθνικό Κατάλογο Επαγγελματικών Ασθενειών (Π.Δ. 41/2012, ΦΕΚ 91/Α/19.4.2012).



Επιπτώσεις του θορύβου στον οργανισμό (Δρίβας, 2013)

Οι **μη ακουστικές επιδράσεις** αφορούν κυρίως το νευρικό σύστημα, τις ψυχικές λειτουργίες, το κυκλοφορικό, το γαστρεντερικό, το ενδοκρινικό και άλλα συστήματα του ανθρώπινου οργανισμού.

Είναι γνωστό ότι οι εκτεθειμένοι στο θόρυβο εργαζόμενοι παρουσιάζουν συχνά **υπέρταση, ταχυκαρδία, διαταραχές στην πέψη, δυσκολία στη συγκέντρωση, πονοκεφάλους, διαταραχές στον ύπνο, σωματική κόπωση, εκνευρισμό, υπερένταση, άγχος καθώς και διαταραχές στη συμπεριφορά**. Ο θόρυβος δρα στο κεντρικό νευρικό σύστημα προκαλώντας αλλοιώσεις στο ηλεκτροεγκεφαλογράφημα, επιβράδυνση του χρόνου της αντίδρασης και αύξηση των λαθών.

2. ΘΕΡΜΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (Δρίβας, 2013)

Το «Θερμικό Εργασιακό Περιβάλλον ή Μικροκλίμα», αποτελεί το σύνολο των θερμικών συνθηκών ενός εργασιακού χώρου. Οι θερμικές συνθήκες προσδιορίζουν, σε συνάρτηση με τη μορφή και το είδος της εργασίας, τις θερμικές ανταλλαγές μεταξύ του ανθρώπου και του περιβάλλοντος.

Το «Θερμικό Εργασιακό Περιβάλλον» εκφράζει επίσης τη θερμική κατάσταση (θερμική άνεση ή θερμική καταπόνηση), του ανθρώπινου οργανισμού.



Πηγή: <https://www.wirehouse-es.com/2017/07/10/working-in-high-temperatures-a-guide-for-employers/>

Ενδεικτικά προβλήματα θερμικού ισοζυγίου στο εργασιακό περιβάλλον (Δρίβας, 2013)

Γενικά:

→ **επιπτώσεις στη σωματική και ψυχική υγεία**, με την εξάντληση και κόπωση των φυσιολογικών μηχανισμών θερμορύθμισης του οργανισμού.

→ **μειώνεται ικανότητα του εργαζόμενου να αντιδράσει σωστά στα εξωτερικά ερεθίσματα** ή να παρακολουθήσει σύνθετες εργασιακές διαδικασίες, με κίνδυνο πρόκλησης εργατικού ατυχήματος.

Ειδικά:

- **Θερμοπληξία.**
- **Θερμική λιποθυμία**
- **Διαταραχές του υδρο-ηλεκτρολυτικού ισοζυγίου, αφυδάτωση**
- **Υποθερμία**
- **Κρυοπάγημα**
- **Εναλλαγή θερμοκρασιακών καταστάσεων (ζέστη-κρύο)**

3. ΦΩΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑ

(Δρίβας, 2013)

Η ύπαρξη φωτισμού δεν σημαίνει και καλές συνθήκες φωτισμού, όπως είναι το είδος, η θέση και διάταξη των φωτεινών πηγών, το χρώμα του περιβάλλοντος χώρου καθώς επίσης η μορφή και η οργάνωση της εργασίας.

Η εργασία σ' ένα επιβαρυμένο οπτικά εργασιακό περιβάλλον προκαλεί την εμφάνιση σωματικών και ψυχολογικών συμπτωμάτων, τα οποία προέρχονται είτε από τη λεγόμενη **οπτική κόπωση** είτε από το φαινόμενο της **θάμβωσης**.



3. ΦΩΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑ

(Δρίβας, 2013)

Η οπτική κόπωση εκδηλώνεται κυρίως κατά τη διάρκεια μιας επίμονης και λεπτεπίλεπτης οπτικής εργασίας, με συμπτώματα όπως:

- ❖ ο ερεθισμός των οφθαλμών
- ❖ η δακρύρροια
- ❖ η επιπεφυκίτιδα
- ❖ η διπλωπία
- ❖ οι πονοκέφαλοι
- ❖ η υπνηλία
- ❖ η μειωμένη οπτική οξύτητα

III. ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ- ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

- Ο όρος **εργονομία** «υιοθετήθηκε επίσημα το 1950 από μια διεπιστημονική ομάδα ειδικών που μελετούσαν τα προβλήματα της ανθρώπινης εργασίας. Αποτελείται από τις λέξεις έργο και νόμος για να ορισθεί η γνωστική περιοχή που μελετά τους νόμους που διέπουν την παραγωγή έργου από τον άνθρωπο» (Λώμη, 2013).
- Έχουν διατυπωθεί κάπου 130 ορισμοί της εργονομίας (Λώμη, 2013).

Σκοπός εργονομίας (Λώμη, 2013)

- Το εργασιακό περιβάλλον να είναι εναρμονισμένο με τα εργασιακά καθήκοντα του εργαζομένου.
- Η βελτίωση του εργασιακού περιβάλλοντος, των εργασιακών συνθηκών και της εκτέλεσης των εργασιακών καθηκόντων.



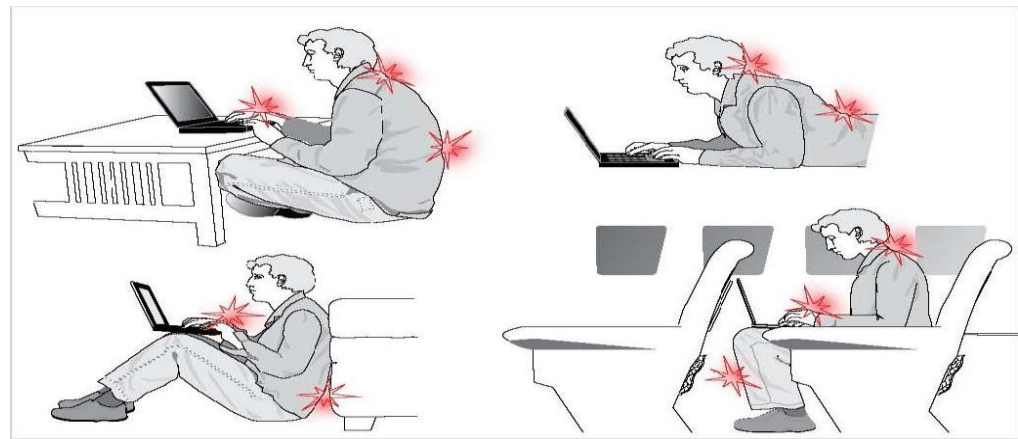
Παράγοντες κινδύνου μυοσκελετικών παθήσεων σχετικά με την εργασία (Λώμη, 2013):

- **Επαναληπτικότητα**
- **Μηχανική φόρτιση**
- **Στάση εργασίας**
- **Κραδασμοί**
- **Ψυχοκοινωνικές πιέσεις**

ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

(Πάγγου και συν, 2011)

- Βλάβες μερών του σώματος όπως οι μύες, οι αρθρώσεις, οι τένοντες, τα νεύρα, τα οστά και τα αγγεία, που σχετίζονται με το εργασιακό περιβάλλον
- Βρίσκονται ανάμεσα στις 6 συχνότερες ασθένειες στην Ευρώπη
- Αποτελούν το 50% όλων των προβλημάτων υγείας, που σχετίζονται με την εργασία και το 50% όλων των νέων περιπτώσεων επαγγελματικών παθήσεων



Πηγή:

<https://ergodektis.files.wordpress.com/2010/10/laptop-at-different-places.jpg>



Ενδεικτικές βλάβες

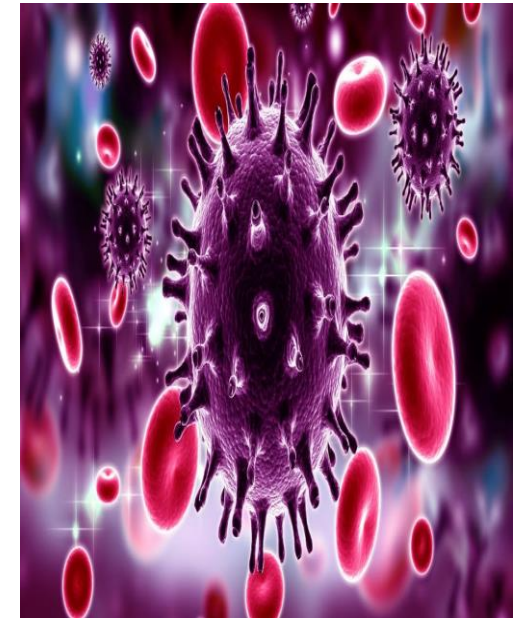
(Λώμη, 2013)

- Προεπιγονατική και υποεπιγονατική θυλακίτιδα
- Ωλεκρανική θυλακίτιδα
- Θυλακίτιδα του ώμου
- Σύνδρομο του καρπιαίου σωλήνα
- Οσφουαλγία
- Κακώσεις Σπονδυλικής Στήλης
- Αυχενικό Σύνδρομο
- Τενοντίτιδες

IV. ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Βιολογικοί κίνδυνοι

- Μετά από έκθεση σε βακτήρια, ιούς, μύκητες και άλλους ζωντανούς οργανισμούς, που μπορούν να προκαλέσουν οξείες και χρόνιες λοιμώξεις εισερχόμενοι στο σώμα είτε απευθείας είτε μέσω εκδοράς του δέρματος.
- Είναι γνωστό ότι οι βιολογικοί παράγοντες προκαλούν προβλήματα υγείας. Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Έρευνα για τις Συνθήκες Εργασίας του 2015, αυξανόμενο ποσοστό Ευρωπαίων εργαζομένων (13 %, 1,5 φορά μεγαλύτερο σε σχέση με μία δεκαετία πριν) εκτίθεται σε λοιμογόνους παράγοντες στον χώρο εργασίας.
- Έχει βρεθεί θετική συσχέτιση ανάμεσα στον εργασιακό χώρο και σε κάποιες ασθένειες.
- Για παράδειγμα, εργαζόμενοι στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης κινδυνεύουν από αιματογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα και άλλες λοιμώξεις, εργαζόμενοι στη δασοκομία κινδυνεύουν από ασθένειες που προκαλούνται από τσιμπούρια, συντηρητές κλιματιστικών διατρέχουν κίνδυνο λεγιονέλλωσης και εκείνων των οποίων η εργασία περιλαμβάνει τον εκούσιο ή ακούσιο χειρισμό ζώων, όπως εργαζόμενοι στη γεωργία, κτηνοτρόφοι, φροντιστές ή χειριστές ζώων, κτηνίατροι και προσωπικό ζωολογικών κήπων, κινδυνεύουν από ζωοανθρωπονόσους.



<http://theconversation.com/four-big-insights-into-hiv-aids-that-provide-hope-of-finding-a-vaccine-86736>

Κύρια Σημεία Διάλεξης

- ✓ Ορολογία και βασικές έννοιες Υγιεινής της Εργασίας
- ✓ Επαγγελματική νοσηρότητα-Πρόληψη
- ✓ Νομοθεσία στην Υγεία και Ασφάλεια στην Εργασία
- ✓ Αρχές Υγιεινής της Εργασίας και Νόμος 3850/2010
- ✓ Σύντομη αναφορά σε παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό περιβάλλον (χημικοί-φυσικοί-μυοσκελετικές παθήσεις-βιολογικοί)

Βιβλιογραφία (κύρια και ενδεικτική)

Βελονάκης Ε, Σουρτζή Π (2009). Υγεία και Εργασία, εκδόσεις ΒΗΤΑ, Αθήνα

Centres for Disease Control and Prevention (CDC) (2020). Cleaning And Disinfecting Your Facility

Διαθέσιμο σε: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility-H.pdf>

Δρίβας Σ. Παπαδόπουλος Μ. (2013). Εκτίμηση του Επαγγελματικού Κινδύνου, Διαθέσιμο σε:

http://www.elinyae.gr/sites/default/files/2019-07/g_kat_opt.1397476414453.pdf

Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ). Ηπατίτιδα Α, Β, C, D, HIV Λοίμωξη / AIDS. Διαθέσιμο σε:

<https://eody.gov.gr/disease/?letter=%CE%97%20-%20H>

ΕΛΙΝΥΑΕ, Δρίβας Σ. (2003). Θέματα Υγιεινής και Ασφάλειας Εργασίας για επιχειρήσεις Γ΄ κατηγορίας (άρθρο 2 Π.Δ. 294/88) Α΄ έκδ. (ISBN 960-7678-41-9).

ΕΛΙΝΥΑΕ (2008). Εκτίμηση και Πρόληψη του Επαγγελματικού Κινδύνου στις Διοικητικές Υπηρεσίες. Α΄ έκδ., ΑΒΕ, Αθήνα: Λιβάνη (ISBN978-960-6818-08-0).

ΕΛΙΝΥΑΕ (2013). Θέματα Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας για επιχειρήσεις γ΄ κατηγορίας (αρθ. 10, Ν. 3850/2010). Διαθέσιμο σε:

https://www.elinyae.gr/sites/default/files/2019-07/g_kat_opt.1397476414453.pdf.

ΕΟΔΥ (2019). Επιδημιολογικά δεδομένα μηνιγγιτιδοκοκκικής νόσου στη χώρα μας (2004-2019). Διαθέσιμο σε: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/miniggitidokokkiki-nosos-2004-2019-gr.pdf>.

ΕΟΔΥ (2020). ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2 (COVID-19). Διαθέσιμο σε: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>

European Lung Foundation (ELF). Avian influenza. Διαθέσιμο σε: <https://www.europeanlung.org/assets/files/el/publications/bird-flu-el.pdf>

European Agency for Safety and Health at Work (2020). Work-related diseases. Διαθέσιμο σε: <https://osha.europa.eu/el/themes/work-related-diseases>

European Agency for Safety and Health at Work (2019). Biological agents and work-related diseases: results of a literature review, expert survey and analysis of monitoring systems. Διαθέσιμο σε: <https://osha.europa.eu/el/publications/summary-biological-agents-and-work-related-diseases-results-literature-review-expert/view>

Κουρέα-Κρεμαστινού Τζ (2010). Δημόσια Υγεία, Θεωρία, Πράξη, Πολιτικές, Εκδόσεις ΤΕΧΝΟΓΡΑΜΜΑ, Αθήνα.

Κυπριακή Δημοκρατία (2009). Διαθέσιμο σε: Ασφάλεια και υγεία στην εργασία, υπόθεση όλων μας, Πρακτικός Οδηγός, Σύστημα Διαχείρισης της Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία για Μικρές Επιχειρήσεις. Διαθέσιμο σε: [http://www.mlsi.gov.cy/mlsi/dli/dliup.nsf/All/C1D9D30840845103C2257DDC0032085A/\\$file/praktikos_odigos_ekdosi_2.pdf](http://www.mlsi.gov.cy/mlsi/dli/dliup.nsf/All/C1D9D30840845103C2257DDC0032085A/$file/praktikos_odigos_ekdosi_2.pdf)

Νόμος 3850 (2010). Κύρωση του Κώδικα νόμων για την υγεία και την ασφάλεια των εργαζομένων.

Παπαευαγγέλου Γ, Φαρμάκη Γ (1998) . Πρόληψη και έλεγχος λοιμωδών νοσημάτων, εκδόσεις ΖΗΤΑ, Αθήνα.

Ραφτόπουλος, Β. (2010). Εγχειρίδιο διαχείρισης βιολογικών κινδύνων για τους επαγγελματίες υγείας. ΤΕΠΑΚ-ΜΕΔΥΠ (διαθέσιμο στο www.cut.ac.cy/medyp).

Suhrcke, M., McKee, M., Sauto Arce, R., Tsoлова, S., Mortensen, J. (2005). European Commission The contribution of health to the economy in the European Union. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.

Τσόλια Μ (2009). Μετάδοση αναπνευστικών λοιμώξεων και φυματίωσης. Εισηγήσεις 12ου Σεμιναρίου Παιδιατρικών Λοιμώξεων « Θέματα Παιδιατρικών Λοιμώξεων», Θεσσαλονίκη 21-2-2009.

World Health Organization (WHO) (2001). Occupational health: A manual for primary health care workers.

Διαθέσιμο σε:

https://www.who.int/occupational_health/publications/emhealthcarework/en/

WHO (2018). Preventing disease through a healthier and safer workplace.

Διαθέσιμο σε: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272980/9789241513777-eng.pdf?ua=1>

WHO (2020). Report on Global Surveillance of Epidemic-prone Infectious Diseases - Introduction

Διαθέσιμο σε: <https://www.who.int/csr/resources/publications/introduction/en/index3.html>

Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων (2001). Νομοθετικό Πλαίσιο για την Υγιεινή και Ασφάλεια των Εργαζομένων, Αθήνα.

Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης (ΥΥΚΑ) (2008). Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Πρόληψη των Μεταδοτικών Νοσημάτων. 2008 – 2012.

Διαθέσιμο σε: www.moh.gov.gr › health › 95-ethnika-sxedia-drashs.

Ευχαριστώ!

