

## **Методические рекомендации по Профилактике профессиональных заболеваний (в помощь руководителям организаций города Черемхово)**

Автор (составитель): *Свистунова Ольга Михайловна*, консультант отдела по труду и управлению охраной труда администрации города Черемхово, тел. (839546) 5-11-03

Содержание:

1. Профессиональные заболевания. Причины ПЗ.
2. Виды профессиональных заболеваний.
3. Основные мероприятия по профилактике профессиональных заболеваний.
4. Подробный разбор по мерам профилактики

## Методические рекомендации по Профилактике профессиональных заболеваний

- 1. Профессиональные заболевания (отравления) – заболевания (отравления), обусловленные воздействием производственных вредных и опасных факторов в процессе трудовой деятельности на организм работника.**

**Основными причинами профессиональной заболеваемости при воздействии на организм производственных химических, биологических и физических факторов являются:**

- несовершенство технологических процессов, оборудования;
- несовершенство условий работы;
- неприменение, отсутствие или несовершенство средств индивидуальной защиты;
- нарушение правил техники безопасности и производственной санитарии;
- отступления от технологического регламента;
- аварийные ситуации

В РФ действует Перечень профессиональных заболеваний, утвержденный приказом Минздравсоцразвития России. Данный перечень является основным документом, который используется при установлении диагноза профзаболевания, его связи с выполняемой работой или профессией, при решении вопросов экспертизы трудоспособности, медико-социальной и трудовой реабилитации, а также при рассмотрении вопросов, связанных с возмещением ущерба, причиненного здоровью работника. В указанный перечень профессиональных заболеваний включены заболевания, которые вызваны воздействием вредных, опасных производственных факторов.

- 2. Наиболее распространенные виды профессиональных заболеваний:**

- заболевания (отравления), вызываемые воздействием химических факторов остро направленного, аллергенного, канцерогенного, фиброгенного воздействия с преимущественным поражением органов дыхания, системы крови, нервной системы, печени, почек и мочевыводящих путей, заболевания кожи;
- заболевания, вызванные воздействием промышленных аэрозолей;
- заболевания, вызванные воздействием вибрации (полинейропатия, вибрационная болезнь, шума (2-х сторонняя нейросенсорная тугоухость разной степени тяжести));
- при воздействии ионизирующего излучения (ожоги, лучевая болезнь...);
- заболевания, связанные с физическими перегрузками и перенапряжением отдельных органов и систем;
- заболевания, вызванные воздействием биологических факторов.

**В зависимости от уровня и длительности воздействия вредных веществ и факторов различают:**

- 1. Острые профессиональные заболевания (отравления);**

## 2. Хронические профессиональные заболевания (отравления).

К острым профессиональным заболеваниям (отравлениям) относятся формы, развивающиеся внезапно, после однократного (в течение одной рабочей смены) воздействия вредных и опасных производственных факторов, интенсивность которых значительно превышает ПДК и ПДУ.

К хроническим профессиональным заболеваниям относятся такие формы заболеваний, которые возникли в результате длительного воздействия (более пяти лет) вредных производственных факторов (химический, физический, биологический факторы).

К хроническим должны быть отнесены и ближайшие, и отдаленные последствия профессиональных заболеваний (например, стойкие органические изменения ЦНС после интоксикации химическими веществами, заболевания крови, поздние силикозы и пр.), а также болезни, в развитии которых профессиональное заболевание является фоном или фактором риска (например, рак легких, развившийся на фоне асбестоза, силикоза или пылевого бронхита), отдаленные последствия, как на организм самого работника, так и его поколение (тератогенное воздействие).

## 3. Основные мероприятия по профилактике профессиональных заболеваний:

- обеспечение безопасных условий труда и недопущение аварийных ситуаций;
- применение технологических мер по механизации и автоматизации производства, дистанционное управление;
- проведение специальной оценки условий труда (СОУТ) работников;
- организация и проведение производственного контроля производственных факторов;
- организационно-технические, санитарно-гигиенические и административные меры по уменьшению воздействия вредных производственных факторов на работающих (соблюдение режима труда, внедрение принципа защиты расстоянием и временем, контроль за применением СИЗ и др.);
- проведение предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников с целью раннего выявления заболеваний;
- проведение санаторно-курортной реабилитации лиц из групп повышенного риска;
- проведение общеоздоровительных, общеукрепляющих мероприятий, направленных на закаливание организма и повышение его резистентности;
- обеспечение работников лечебно-профилактическим питанием.
- Информирование работников (оформление стендов, создание памяток, брошюр, буклетов) на темы:
  - 1) Вакцинация от COVID-19;
  - 2) Мифы о вакцинации;
  - 3) Профилактика клещевого весенне-летнего энцефалита;

- 4) Профилактика гриппа;
- 5) Польза и вред антибиотикотерапии;
- 6) Холера;
- 7) Пневмококциозы;
- 8) Что нужно знать о кори;
- 9) Туберкулез – серьезная опасность;
- 10) Эмоции и их влияние на здоровье;
- 11) Система оздоровительных мер на производстве;
- 12) Меры профилактики отравлений химическими веществами на производстве;
- 13) Органические растворители как производственные яды;
- 14) Производственная пыль;
- 15) Профессиональные заболевания: причины, виды и профилактика;
- 16) Профессиональные заболевания, связанные с физическими перегрузками и функциональным перенапряжением опорно-двигательного аппарата;
- 17) Вибрационная болезнь, особенности и ее профилактика;
- 18) Профилактика вредного воздействия шума на производстве;
- 19) Профилактика болезней опорно-двигательного аппарата;
- 20) Гепатит;
- 21) Всемирный день отказа от курения.

#### **4. Подробный разбор по мерам профилактики.**

Последствиями несоблюдения работодателем и работником установленных гигиенических нормативов могут стать профзаболевания.

Каждый **вредный опасный производственный фактор** (далее - **ВОПФ**) имеет свой допустимый уровень. Если происходит его постоянное превышение, организм работника подвергается повышенным нагрузкам, что в итоге приводит к развитию болезни. Если же такие нагрузки не выходят за рамки санитарных нормативов, вероятность получения профзаболевания снижается, но всё равно остается. При этом имеет значение возраст работающего, состояние его здоровья, качество жизни, соблюдение рационального режима труда и отдыха, сбалансированного питания, чередования физического и умственного труда, а также применение средств индивидуальной или коллективной защиты, перечисленных в руководстве по эксплуатации, качество этих средств. Применяются технические и организационные меры профилактики профзаболеваний:

##### **✓ Технические меры**

Снижение воздействия ВОПФ следует предусмотреть еще на уровне проектирования. Технологические процессы, генерирующие вредные факторы, должны быть размещены на удалении от жилых территорий, мест отдыха, ограждаться садово-парковой зоной.

Рабочие места операторов шумных или пыльных производств необходимо отделять от генерирующего оборудования изолирующими экранами, кабинами для мониторинга процессов, дистанционными рычагами.

Уменьшению воздействия ВОПФ способствует правильное проектирование производственных линий, машин, инструмента, автоматизация технологического процесса, замена рутинных операций на машинное обслуживание, дистанционное управление.

Ударный инструмент можно заменить на прессовой или односторонней клепки. Трехмерная графика также позволяет уменьшить количество операций для отрезания ненужных деталей обрубными методами.

Но не только внедрение прогрессивных технологий поможет снизить негативное воздействие на работающего. Соблюдение графика планово-предупредительного ремонта машин и оборудования также будет способствовать профилактике профзаболеваний. Специалисту по охране труда следует добиваться своевременного исполнения этого графика, а также контролировать проведение частичных или полных технических освидетельствований оборудования, испытаний СИЗ, инструмента. Если вредный фактор полностью устранить нельзя, такой трудовой процесс должен быть запрещен или по нему придется установить такие высокие коэффициенты для страховых взносов на соцстрахование, пенсионное обеспечение, при которых работодатель будет стремиться к повышению класса условий труда за счет всех экономических и технических возможностей.

#### ✓ *Организационные способы:*

К этим мерам относятся установление оптимального режима труда и отдыха, планирование графика работы, обеспечение своевременного прохождения медицинских осмотров.

Большое значение имеет проведение производственного санитарно-эпидемиологического контроля на каждом предприятии – в офисах, на производстве. Неблагоприятное действие ВОПФ может быть уменьшено путем сокращения времени нахождения во вредных условиях труда. В целях профилактики необходимо организовать комнату отдыха, в которой работник будет отдыхать, а состояние его здоровья – восстанавливаться. Создание таких комнат является обязанностью работодателя, указанной в Трудовом кодексе. Отсутствие такой комнаты наказывается штрафом по части 1 статьи 5.27.1 КоАП РФ.

#### ✓ *Профилактика средствами физической культуры*

Основной задачей профилактики профессиональных заболеваний и травматизма средствами физических упражнений является повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию различных факторов труда. Не только работники вредных производств получают профзаболевания. Опасности подвергается офисный персонал, а также другие работники, занятые не производственной деятельностью.

Профпатологии могут возникнуть у пользователей ПЭВМ, у водителей – из-за выполнения трудовых обязанностей в вынужденной позе. Для этих профессий необходима профилактика болезней, возникающих из-за застоя крови в органах малого таза, нарушений работы опорно-двигательного аппарата, в шейно-воротниковой, пояснично-крестцовой, коленной областях. Дорога – это тяжелое испытание для водителя, связанное, помимо физических нагрузок, еще с нервно-психическими воздействиями. Работа пользователей ПЭВМ, а к ним относятся юристы, бухгалтеры, программисты, менеджеры по продажам и др., также может приводить к стрессам, болезням нервной системы. Для профилактики неблагоприятных воздействий работникам офиса и водителям нужны занятия энергоемкими видами физических упражнений с большой амплитудой движений.

***Программа профилактики:***

- Программа состоит из медицинских и организационных мероприятий:

***К медицинским относятся:***

- санитарно-эпидемиологический надзор,
- лечебно-профилактические мероприятия,
- гигиеническая подготовка.

Профессиональные заболевания зависят от качества трудовой жизни, от культуры производства. Работники должны получать правдивую информацию о состоянии условий труда на их рабочих местах, обучаться способам снижения воздействия ВОПФ на организм. В этом заключается гигиеническая подготовка.

***Организационные мероприятия включают:***

- разработку,
- соблюдением санитарных правил и норм;
- производственный контроль,
- специальную оценку условий труда;
- питьевой режим,
- санитарно-бытовое обслуживание;
- рациональное использование СИЗ, средств коллективной защиты;
- чередование работы во вредных УТ и отдыха в чистой зоне;
- наблюдение работников в центре профпатологии;
- санаторно-курортное лечение;
- диспансеризацию за счет государства, а также медосмотры, организуемые работодателем.

Воздействие ВОПФ, в том числе биологических, на медработников приводит к развитию профпатологии, а также к возникновению производственно-обусловленной и общесоматической патологии. Для профилактики таких состояний должна применяться, в первую очередь, гигиеническая аттестация персонала. Во время гигиенической подготовки медработник получает полную информацию о возможных последствиях. Например, при проведении медсестринских или врачебных манипуляций работник подвергается

опасности получения опасных заболеваний, которые могут не излечиваться, таких как гепатиты, иммунодефицитные состояния. Соответственно работнику следует изучить последствия нарушений техники проведения инъекций или других медицинских манипуляций. Кроме этого, представляет опасность возникающая у медработников со стажем латексная аллергия. Рабочие места нередко характеризуются несоответствием СанПиН: высоким коэффициентом пульсации, низким уровнем горизонтальной освещенности, что может привести к неизлечимым заболеваниям глаз.

***Программа профилактики профзаболеваний и обусловленных профессией патологий медицинского персонала включает в себя:***

1. строгое соблюдение требований санитарных правил (СанПиН, СП);
2. правильное применение санитарной одежды, СИЗ;
3. обучение мерам личной безопасности при проведении медицинских манипуляций каждые 5 лет для получения сертификата специалиста,
4. постоянное обучение безопасным методам и приемам,
5. периодическое повышение квалификации;
6. своевременное, в полном объеме проведение профилактических медосмотров.