

Bezpieczeństwo i higiena pracy

Wanda Bukala, Krzysztof Szczęch



Podręcznik do nauki zawodu

EFEKTY KSZTAŁCENIA
WSPÓLNE DLA WSZYSTKICH
ZAWODÓW

Podręcznik przeznaczony dla uczniów wszystkich typów szkół zawodowych do realizacji efektów kształcenia wspólnych dla wszystkich zawodów. Prezentuje treści z zakresu **bezpieczeństwa i higieny pracy**. Omawia i przybliża najważniejsze zagadnienia związane z bezpieczeństwem i higieną pracy: uwarunkowania prawne, zagrożenia zawodowe, przepisy przeciwpożarowe, zasady ergonomii, techniki udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. Wiedza teoretyczna poparta została licznymi przykładami i ćwiczeniami wskazującymi sposoby jej praktycznego zastosowania.

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne sp. z o.o.
Warszawa 2013

Wydanie I

ISBN 978-83-02-13673-3

Autorem działów I–V jest **Wanda Bukala**

Autorem działów VI i VII jest **Bogusława Breitkopf**

Opracowanie merytoryczne i redakcyjne: **Tomasz Kompanowski** (redaktor koordynator)

Redakcja językowa **Olga Gorczyca-Popławska, Grażyna Maluchnik**

Tłumaczenie podstawowych pojęć: **Olga Dowgird** (język angielski),

Joanna Długokęcka (język niemiecki)

Projekt okładki: **Dominik Krajewski**

Projekt graficzny: **Dominik Krajewski**

Opracowanie graficzne: **Dominik Krajewski**

Redakcja techniczna: **Elżbieta Walczak**

Skład i łamanie: **Ledor**

Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne spółka z ograniczoną odpowiedzialnością

00-807 Warszawa, Aleje Jerozolimskie 96

Tel.: 22 576 25 00

Infolinia: 801 220 555

www.wsip.pl

Druk i oprawa: CGS Drukarnia Sp. z o.o.

Publikacja, którą nabyłeś, jest dziełem twórcy i wydawcy. Prosimy, abyś przestrzegał praw, jakie im przysługują. Jej zawartość możesz udostępnić nieodpłatnie osobom bliskim lub osobiście znanym. Ale nie publikuj jej w internecie. Jeśli cytujesz jej fragmenty, nie zmieniaj ich treści i koniecznie zaznacz, czyje to dzieło. A kopiując jej część, rób to jedynie na użytek osobisty.



Szanujmy cudzą własność i prawo.
Więcej na www.legalnakultura.pl
Polska Izba Książki

I. Wprowadzenie do zagadnień bezpieczeństwa i higieny pracy

1	Istota bezpieczeństwa i higieny pracy	6
2	Podstawowe pojęcia z zakresu bhp	9

II. Regulacje prawne w zakresie ochrony pracy

3	Główne źródła prawa pracy w Polsce	16
4	Prawa i obowiązki pracodawcy oraz pracownika w zakresie bhp i ochrony pracy	22
5	Nadzór nad warunkami pracy	28
6	Konsekwencje naruszenia przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy podczas wykonywania zadań zawodowych	34

III. Czynniki zagrożeń zawodowych

7	Czynniki tworzące środowisko pracy	44
8	Hałas w środowisku pracy	48
9	Mikroklimat	56
10	Oświetlenie	61
11	Czynniki chemiczne w środowisku pracy	65
12	Pyły w środowisku pracy	73
13	Stres w środowisku pracy	77

IV. Ergonomia w kształtowaniu warunków pracy

14	Ergonomia w życiu codziennym i pracy zawodowej	84
15	Ergonomia postawy podczas pracy	89
16	Organizacja stanowiska pracy człowieka w pozycji stojącej	96
17	Organizacja stanowiska pracy człowieka w pozycji siedzącej	100
18	Ręczne prace transportowe	104

V. Kształtowanie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy

19	Ogólne zasady kształtowania bezpiecznych i higienicznych warunków pracy	112
20	Zagrożenia związane z wykonywaniem zadań zawodowych	124
21	Ochrona przed zagrożeniami wynikającymi z wykonywania zadań zawodowych	134
22	Środki ochrony indywidualnej i zbiorowej	139
23	Ryzyko zawodowe	146
24	Kształtowanie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy podczas korzystania z komputera	154
25	Ochrona środowiska pracy	167

VI. Ochrona przeciwpożarowa

26	Zagrożenie pożarowe a obowiązki pracodawcy i pracowników	170
27	Zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia pożarem	175

VII. Pierwsza pomoc w stanach zagrożenia życia i zdrowia

28 Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach	184
29 Pomoc w urazach	191
30 Pierwsza pomoc w urazach termicznych i zachorowaniach	199
Załącznik 1. Schematy postępowania podczas udzielania pierwszej pomocy	207
Słowniczek terminów i pojęć	226
Wykaz podstawowych pojęć w językach polskim, angielskim i niemieckim	232
Bibliografia	235
Źródła ilustracji i fotografii	238