

Spis treści

Wprowadzenie	19
Zakres obowiązków i uprawnień pracodawców, pracowników oraz osób kierujących pracownikami w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	20
Obowiązki pracodawcy	20
Konsultacje w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy oraz komisja bezpieczeństwa i higieny pracy	26
Uprawnienia pracodawcy	27
Obowiązki pracownika	27
Uprawnienia pracownika	28
Obowiązki kierownika komórki organizacyjnej	29
1. NADZÓR NAD WARUNKAMI PRACY	
Nadzór nad warunkami pracy	33
Państwowa Inspekcja Pracy	33
Zadania Państwowej Inspekcji Pracy	35
Uprawnienia Państwowej Inspekcji Pracy	38
Karanie winnych wykroczeń przeciwko prawom pracownika	41
Państwowa Inspekcja Sanitarna	43
Zakres działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej	44
Uprawnienia Państwowej Inspekcji Sanitarnej	48
Urząd Dozoru Technicznego	50
Zakres działania Urzędu Dozoru Technicznego	50
Uprawnienia pracowników Urzędu Dozoru Technicznego	54
Związki zawodowe	55
Zakres działania zakładowej organizacji związkowej	55
Uprawnienia związków zawodowych	56
Społeczna inspekcja pracy	56
Zadania i uprawnienia społecznej inspekcji pracy	57
2. CERTYFIKACJA	
Wstęp	61
Ocena zgodności	64
Wymagania zasadnicze	69
Certyfikacja	70
Znak zgodności	70
Deklaracja zgodności	71
Odpowiedzialność producenta	74
Normalizacja	74

Polskie Normy i inne dokumenty normalizacyjne	75
Certyfikat i znak zgodności z Polską Normą	76
System notyfikacji norm i aktów prawnych	78
Notyfikacja	80
3. OBIEKTY BUDOWLANE I POMIESZCZENIA PRACY	
Obiekty budowlane	83
Podstawowe wymogi bezpieczeństwa i higieny pracy dla budynków	83
Opiniowanie dokumentacji projektowej	85
Przekazanie obiektu budowlanego do użytkowania	98
Utrzymanie obiektów budowlanych	99
Książka obiektu budowlanego	99
Kontrole obiektu budowlanego	107
Pomieszczenia i urządzenia higienicznosanitarne i środki higieny osobistej	109
Ogólne wymogi dotyczące pomieszczeń higienicznosanitarnych	110
Warunki zabezpieczenia budynków przed pożarem i wybuchem	122
Odporność pożarowa budynków	124
Wymagania dla pomieszczeń zagrożonych wybuchem	127
Strefy pożarowe i oddzielenia przeciwpożarowe	127
Zapewnienie bezpieczeństwa ewakuacji ludzi z pomieszczeń i budynków	129
Wymagania przeciwpożarowe dla elementów wykończenia wewnątrz i wyposażenia stałego	134
Wyposażenie budynku w podręczny sprzęt gaśniczy	134
Zasady rozmieszczania sprzętu	135
Przeglądy i konserwacja	135
Instrukcja bezpieczeństwa pożarowego	136
Obowiązki w zakresie ochrony przeciwpożarowej	137
Zasady postępowania pracowników na wypadek powstania pożaru	139
Ochrona odgromowa	140
Klasyfikacja	141
Źródła i typy uszkodzeń obiektu	141
Typy strat	142
Ocena ryzyka	143
Budowa urządzenia piorunochronnego	144
Zakres przeglądów	145
Kolejność przeglądów	146
Pomieszczenia pracy	147
Oświetlenie	149
Wentylacja pomieszczeń pracy	159
Ogrzewanie pomieszczeń pracy	167
Normy pomieszczeń pracy	169
Inne wymogi dla pomieszczeń pracy	172

4. PROFILAKTYCZNA OCHRONA ZDROWIA

Podział czynników niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych	183
Ogólne zasady oraz metody likwidacji lub ograniczenia wpływu niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych czynników występujących w procesie pracy	185
Badania i pomiary czynników szkodliwych dla zdrowia i rakotwórczych. Zasady i częstotliwość	186
Czynniki szkodliwe	186
Częstość przeprowadzania badań	188
Rejestracja wyników	192
Rejestr czynników szkodliwych dla zdrowia występujących na stanowisku pracy	193
Karta badań i pomiarów czynników szkodliwych	194
Profilaktyczne badania lekarskie	195
Badania wstępne	195
Badania okresowe	196
Badania kontrolne	196
Służba medycyny pracy	206
Badania sanitarne	209
Badanie stanu zdrowia i predyspozycji psychicznych do kierowania pojazdami	210
Badania psychologiczne	212
Posiłki profilaktyczne i napoje	213
Zasady wydawania posiłków profilaktycznych	214

5. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW NIEBEZPIECZNYCH

Zagrożenia elementami ruchomymi i luźnymi, ostrymi i wystającymi	219
Dobór typów osłon .	223
Zagrożenia związane z przemieszczaniem się ludzi	225
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami górnymi do stref niebezpiecznych	225
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami dolnymi do stref niebezpiecznych	228
Zasady określania wymiarów otworów umożliwiających dostęp do maszyny całym ciałem	229
Dojścia i przejścia do urządzeń technicznych	230
Dojścia i przejścia do maszyn	231
Schody	232
Pomosty robocze i przejścia	236
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy dla drabin przenośnych	237
Teren zakładu pracy	237
Drogi w zakładzie pracy	238
Zagrożenia porażeniem prądem elektrycznym	239
Wiadomości ogólne	239

Wpływ rodzaju prądu na człowieka	239
Ochrona przed porażeniem prądem elektrycznym	240
Równoczesna ochrona przed dotykiem bezpośrednim i pośrednim	240
Ochrona przed dotykiem bezpośrednim (ochrona podstawowa)	241
Ochrona przed dotykiem pośrednim	244
Organizacyjne środki ochrony przed porażeniem	245
Rodzaj urządzeń, instalacji i sieci energetycznych, przy których eksploatacji wymagane jest posiadanie dodatkowych kwalifikacji	246
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy eksploatacji urządzeń energetycznych	249
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy wybranych pracach eksploatacyjnych	251
Wykonywanie prac przy urządzeniach i instalacjach elektroenergetycznych	256
Klasyfikacja urządzeń elektrycznych i elektronicznych z punktu widzenia ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym	262
Zagrożenie poparzeniem	263
Sposoby ochrony przed poparzeniami	265
Zagrożenia powodowane zimnem	266
Środki ochronne	267
Zagrożenia pożarowe i wybuchowe	268
Ocena zagrożenia wybuchem	272
Dokument zabezpieczenia stanowiska pracy przed wybuchem	275
Minimalne wymagania dla stanowisk pracy, na których może wystąpić atmosfera wybuchowa	276
Ogólne metody zapobiegania pożarom i wybuchom	278
Ochrona zdrowia młodocianych	287

6. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW SZKODLIWYCH I UCIAŹLIWYCH

Czynniki fizyczne	295
Hałas	295
Hałas słyszalny	296
Źródła hałasu	296
Natężenie hałasu	296
Rodzaje hałasu	298
Dopuszczalne wartości hałasu	299
Ochrona zdrowia młodocianych	300
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	301
Hałas infradźwiękowy	301
Ochrona zdrowia młodocianych	301
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	302
Hałas ultradźwiękowy	302

Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	303
Ochrona zdrowia młodocianych	304
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na hałas i drgania	304
Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia hałasem	306
Profilaktyka	307
Profilaktyka medyczna	308
Wibracja	309
Drgania mechaniczne	309
Zakres częstotliwości	310
Czas oddziaływania drgań na organizm człowieka	310
Kierunek oddziaływania drgań	310
Wartości normatywne	311
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na drgania mechaniczne	311
Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia drganiami mechanicznymi	313
Ochrona zdrowia młodocianych	314
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	315
Oddziaływanie wibracji na organizm	315
Profilaktyka medyczna	316
Działania profilaktyczne	316
Mikroklimat - środowisko termiczne	317
Mikroklimat umiarkowany	317
Mikroklimat gorący	318
Ochrona zdrowia młodocianych	321
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	322
Mikroklimat zimny	322
Ochrona zdrowia młodocianych	323
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	324
Oddziaływanie mikroklimatu na organizm	324
Aklimatyzacja	325
Profilaktyka medyczna	325
Promieniowanie elektromagnetyczne	326
Częstotliwość pomiarów	328
Oznakowanie pól elektromagnetycznych	330
Wpływ promieniowania elektromagnetycznego na organizm ludzki	330
Ochrona przed nadmiernym promieniowaniem	331
Ochrona zdrowia młodocianych	331
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	331

Profilaktyka medyczna	332
Promieniowanie optyczne	332
Źródła promieniowania optycznego	332
Obowiązki pracodawcy	333
Ocena ryzyka zawodowego	335
Program działań organizacyjno-technicznych	336
Szkolenie w zakresie bhp	337
Narażenie pracowników	338
Profilaktyka medyczna	339
Promieniowanie widzialne VIS (ang. <i>visible</i>)	340
Ochrona zdrowia młodocianych	341
Profilaktyka medyczna	341
Promieniowanie podczerwone IR (ang. <i>infrared</i>)	342
Narażenie pracowników	342
Ochrona zdrowia młodocianych	342
Ochrona przed promieniowaniem IR	343
Profilaktyka medyczna	343
Promieniowanie nadfioletowe UV (ang. <i>ultraviolet</i>)	343
Oddziaływanie promieniowania UV na człowieka	344
Ochrona zdrowia młodocianych	344
Źródła promieniowania UV	345
Ochrona przed promieniowaniem UV	345
Profilaktyka medyczna	345
Promieniowanie laserowe	346
Klasy laserów	346
Zagrożenia przy pracy z laserem	349
Ochrona przed promieniowaniem laserowym	349
Ochrona zdrowia młodocianych	349
Profilaktyka medyczna	350
Promieniowanie jonizujące	350
Wpływ promieniowania jonizującego na człowieka	350
Narażenie zawodowe na promieniowanie jonizujące	351
Graniczne dawki promieniowania	352
Ocena narażenia	353
Ochrona zdrowia młodocianych	353
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	354
Źródła promieniowania jonizującego	354
System ochrony radiologicznej	355
Ewidencja otrzymanych przez pracownika dawek promieniowania	357
Warunki bezpiecznej pracy	357
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	358
Zabezpieczenie pracowników przed promieniowaniem jonizującym	358
Profilaktyka medyczna	359
Czynniki chemiczne	359

Szkodliwe czynniki chemiczne	359
Wykaz wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy	361
Ochrona zdrowia młodocianych przy pracach w narażeniu na czynniki chemiczne	396
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	398
Ocena narażenia zawodowego na szkodliwe czynniki chemiczne	399
Profilaktyka	401
Profilaktyka medyczna	401
Pyły przemysłowe w środowisku pracy	402
Oddziaływanie pyłów na organizm ludzki	402
Ocena narażenia na pył przemysłowy	403
Ochrona zdrowia młodocianych	404
Ochrona przed nadmiernym pyleniem	404
Profilaktyka medyczna	404
Pyły azbestu	405
Użytkowanie wyrobów azbestowych	406
Usuwanie lub naprawa wyrobów zawierających azbest	409
Wykorzystywanie wyrobów i instalacji zawierających azbest i czyszczenie instalacji i urządzeń	412
Plan kontroli jakości powietrza	412
Wymagania techniczne w zakresie oczyszczania	412
Instalacje lub urządzenia zawierające azbest. Oznakowanie	413
Pakowanie, transport i składowanie	415
Podstawowe obowiązki pracodawcy	416
Odzież ochronna i środki ochrony indywidualnej	418
Szkolenie w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	419
Książeczka badań profilaktycznych i okresowe badania lekarskie pracowników narażonych na działanie azbestu	419
Oznakowanie wyrobów i odpadów zawierających azbest	423
Czynniki biologiczne	423
Klasyfikacja szkodliwych czynników biologicznych	426
Obowiązki pracodawcy	427
Ocena ryzyka zawodowego	429
Profilaktyka	429
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	431
Rejestr pracowników narażonych na działanie szkodliwych czynników biologicznych	431
Ochrona pracy młodocianych	432
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	433
Profilaktyka medyczna	434
Czynniki psychofizyczne	435
Obciążenie fizyczne	436

Ocena obciążenia pracą fizyczną na podstawie wydatku energetycznego	436
Podnoszenie i dźwiganie ciężarów	438
Normy transportu ręcznego dla dorosłych kobiet i mężczyzn	439
Normy transportu ręcznego dla młodocianych	441
Wykaz niektórych rodzajów prac wzbronionych młodocianym, przy których zezwala się na zatrudnianie młodocianych	442
Obciążenie psychiczne	443
Ochrona pracy młodocianych	445
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	446
Profilaktyka lekarska	446

7. ERGONOMIA. PROBLEMY TECHNICZNE I ORGANIZACYJNE

Podstawy współczesnej ergonomii	451
Podstawowe pojęcia. Przedmiot i zadania ergonomii	451
Główne kierunki działania ergonomii	453
Układ człowiek - praca	454
Elementy informacyjne i sterownicze	455
Urządzenia sygnalizacyjne	455
Urządzenia sterownicze	457
Ogólne wymagania dla stanowisk pracy	458
Organizacja stanowisk pracy	461
Fizjologiczny aspekt procesu pracy	463
Postawa przy pracy	466
Organizacja stanowiska pracy z komputerem	467
Obowiązki pracodawcy	472

8. PRACE SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNE

Wstęp	475
Prace w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i w innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	476
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	476
Prace poniżej poziomu gruntu	478
Instalacje podziemne	478
Kanały ściekowe i studzienki	478
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w kanałach	479
Prowadzenie prac w kanałach i studzienkach	479
Zabezpieczenie prac w kanałach i studzienkach	480
Stosowanie środków ochrony i zabezpieczeń	480
Oczyszczalnie ścieków	481
Kraty	481
Przepompownie ścieków	482

Komory fermentacyjne otwarte	482
Roboty ziemne	482
Podstawowe zasady bezpiecznego wykonywania wykopów	483
Zasady bezpieczeństwa pracy przy kopaniu mechanicznym (koparką)	485
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	486
Ochrona pracy młodocianych	486
Roboty budowlane. Prace na wysokości	486
Plan bezpieczeństwa i ochrony zdrowia	487
Warunki przygotowania i prowadzenia robót budowlanych	492
Zagospodarowanie terenu budowy	493
Praca na wysokości	499
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracach na wysokości	501
Rusztowania budowlane	502
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa przy pracy na rusztowaniach	504
Tymczasowa praca na wysokości	508
Roboty murowe i tynkowe	512
Roboty dekarские i izolacyjne	512
Roboty malarskie	513
Roboty ciesielskie	514
Roboty zbrojarskie i betoniarskie	514
Roboty montażowe konstrukcji stalowych	516
Roboty rozbiórkowe	517
Roboty budowlane wykonywane z użyciem materiałów wybuchowych	518
Roboty budowlane, rozbiórkowe, remontowe i montażowe prowadzone bez wstrzymania ruchu zakładu pracy lub jego części	521
Eksploatacja maszyn i urządzeń technicznych stosowanych przy robotach ziemnych, budowlanych i drogowych	522
Maszyny i urządzenia techniczne stosowane przy robotach ziemnych, budowlanych i drogowych, do obsługi których wymagane jest odbycie szkolenia i uzyskanie pozytywnego wyniku ze sprawdzianu - załącznik nr 1	524
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	525
Ochrona pracy młodocianych	526
Profilaktyka lekarska	526
Prace spawalnicze	526
Spawanie gazowe	527
Pomieszczenie spawalni	527
Węże do gazów	527
Palniki do spawania i cięcia	528
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach spawalniczych	529
Magazynowanie gazów palnych	530
Magazynowanie gazów płynnych	533

Gazy utleniające	536
Oznakowanie butli z gazami	537
Znakowanie butli	537
Wytwornice acetylenowe	540
Zasady bezpiecznej pracy z wytwornicami acetylenowymi	540
Wymagania bhp dla acetylenowni	542
Spawanie łukiem elektrycznym	544
Podstawowe procesy spawania łukowego	544
Wpływ czynników szkodliwych i uciążliwych	544
Profilaktyka	545
Zasady bezpiecznej eksploatacji spawarek elektrycznych	545
Prace wewnątrz zbiorników	547
Uprawnienia spawaczy	547
Kwalifikacje spawaczy	548
Ochrona pracy młodocianych	550
Prace uciążliwe, niebezpieczne lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią	550
Profilaktyka lekarska	550
Zabezpieczenie przeciwpożarowe procesów spawalniczych	551
Dokumentowanie prac spawalniczych	553
Transport towarów niebezpiecznych	557
Klasy materiałów niebezpiecznych.	558
Oznakowanie pojazdów przewożących materiały niebezpieczne	564
Warunki dopuszczenia pojazdu do przewozu	569
Uczestnicy przewozu towarów niebezpiecznych	569
Nadzór i kontrola	571
Załadunek, rozładunek i manipulowanie ładunkiem	573
Zakaży ładowania razem	574
Dokumenty wymagane przy przewozie	575
Opakowania materiałów niebezpiecznych	580
Rodzaje opakowań	582
Bezpieczeństwo pracy przy urządzeniach pracujących pod ciśnieniem	585
Kwalifikacje osób wytwarzających, obsługujących, konserwujących i naprawiających urządzenia techniczne	588
Rodzaje urządzeń technicznych, przy obsłudze których wymagane jest posiadanie kwalifikacji	589
Eksploatacja urządzeń ciśnieniowych	589
Kotłownie	600
Prace przy użyciu materiałów niebezpiecznych.	603
Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach z użyciem materiałów niebezpiecznych	603
Znaki i sygnały bezpieczeństwa	607
Definicje	607
Podstawowe zasady stosowania znaków i sygnałów bezpieczeństwa	607
Wymagania dotyczące stosowania znaków bezpieczeństwa	609

Wymagania dotyczące oznaczania przeszkód, niebezpiecznych miejsc i dróg	609
Wymagania dotyczące sygnałów świetlnych	610
Wymagania dotyczące sygnałów dźwiękowych	610
Wymagania dotyczące stosowania komunikatów słownych	611
Wymagania dotyczące stosowania sygnałów ręcznych	611
Substancje chemiczne i ich mieszaniny	614
System REACH	614
Wstęp	614
Rejestracja	614
Ocena	615
Udzielanie zezwoleń	615
Karta charakterystyki substancji niebezpiecznej lub mieszaniny	616
Sposób sporządzania karty charakterystyki	618
Wymagania dotyczące substancji chemicznych i ich mieszanin wynikające z przepisów krajowych	629
System GHS (Globally Harmonized System)	630
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji i mieszanin chemicznych (CLP)	631
CLP (Classification, Labelling, Packaging of substances and mixtures)	631
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji chemicznych i ich mieszanin	632
Wykaz substancji niebezpiecznych	632
Zagrożenia fizyczne	635
Materiały wybuchowe	635
Gazy łatwopalne	636
Wyroby aerozolowe łatwopalne	637
Gazy utleniające	637
Gazy pod ciśnieniem	638
Substancje ciekłe łatwopalne	639
Substancje stałe łatwopalne	639
Substancje i mieszaniny samoreaktywne	640
Substancje ciekłe piroforyczne	642
Substancje stałe piroforyczne	642
Substancje i mieszaniny samonagrzewające się	643
Substancje i mieszaniny, które w zetknięciu z wodą uwalniają gazy łatwopalne	644
Substancje ciekłe utleniające	645
Substancje stałe utleniające	646
Nadtlenki organiczne	647
Substancje powodujące korozję metali	648
Zagrożenia dla zdrowia	649
Toksyczność ostra	649
Działania żrące/drażniące na skórę	651
Poważne uszkodzenie oczu/działanie drażniące na oczy	652
Działanie uczulające na drogi oddechowe lub skórę	653

Działania mutagenne na komórki rozrodcze	654
Rakotwórczość	656
Działanie szkodliwe na rozrodczość	657
Działanie toksyczne na narządy docelowe - narażenie jednorazowe	658
Działanie toksyczne na narządy docelowe - powtarzane narażenie	660
Zagrożenie spowodowane aspiracją	661
Zagrożenia dla środowiska	662
Substancje stwarzające zagrożenie dla środowiska wodnego	662
Zwroty wskazujące rodzaj zagrożenia oraz ich numery	663
Zwroty wskazujące środki ostrożności oraz ich numery (zwroty P)	666
Piktogramy wskazujące rodzaj zagrożenia	670
Oznakowanie opakowań substancji i mieszanin chemicznych	671
Wymiary i wygląd elementów etykiety	672
Szczególne zasady dotyczące oznakowania opakowań zewnętrznych, opakowań wewnętrznych i opakowań jednostkowych	673
Prezes Biura do spraw Substancji Chemicznych	673
Kryteria kwalifikowania zakładu pracy stosującego, substancje niebezpieczne do grup ryzyka	674
Czynniki rakotwórcze i mutagenne	684
Badania i pomiary czynników rakotwórczych	685
Obowiązki pracodawcy	685
Opieka lekarska	686
Rejestracja czynników rakotwórczych	687
Informacja o substancjach chemicznych, ich mieszaninach, czynnikach lub procesach technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym	689

9. MASZYNY I INNE URZĄDZENIA TECHNICZNE

Maszyny i inne urządzenia techniczne	699
Wymagania ogólne	700
Układy sterowania	703
Elementy maszyny	708
Osłony i urządzenia ochronne	709
Zasilanie	711
Czynniki niebezpieczne i szkodliwe	711
Informacje dodatkowe	714
Instrukcje	715
Zasadnicze wymagania w zakresie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia dotyczące niektórych rodzajów maszyn	717
Maszyny przeznaczone do kontaktu z artykułami spożywczymi	717
Maszyny do stosowania pestycydów	718
Maszyny przenośne	719
Procedury oceny zgodności	721
Badanie typu WE	722
Pełne zapewnienie jakości	723

Dokumentacja techniczna maszyny	724
Kategorie maszyn, do których ma zastosowanie jedna z procedur oceny zgodności (załącznik nr 5 do rozporządzenia)	725
Podstawowe zagrożenia w trakcie użytkowania maszyn	726
Minimalne wymagania dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy w zakresie użytkowania maszyn przez pracowników podczas pracy	728
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn	729
Minimalne wymagania dotyczące maszyn	731
Elementy sterownicze	731
Uruchomienie i zatrzymanie maszyny	732
Ochrona przed zagrożeniami	732
Konserwacja maszyn	733
Zabezpieczenia maszyn, konstrukcje ochronne maszyn	734
Kontrola maszyn	736
Współdziałanie pracodawcy z pracownikami w celu zapewnienia bezpieczeństwa przy użytkowaniu maszyn	737
Ogólne wymagania bezpieczeństwa dla maszyn i urządzeń	737
Elementy sterownicze maszyn i urządzeń produkcyjnych	742
Siedziska do maszyn i urządzeń produkcyjnych	743
Maszyny i urządzenia do obróbki drewna	744
Wykaz maszyn do obróbki drewna, dla których jest wymagany udział jednostki notyfikowanej w trakcie przeprowadzania procedury oceny zgodności	744
Wymagania ogólne w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	745
Pilarki tarczowe	747
Pilarki taśmowe	751
Strugarki wyrówniarki i grubiarki	755
Frezarki	758
Pilarki ramowe (traki) pionowe	759
Obrabiarki do metali	762
Tokarki	762
Frezarki	764
Wiertarki	766
Narzędzia ręczne o napędzie elektrycznym	767

10. TRANSPORT WEWNĘTRZNY I MAGAZYNOWANIE

Transport wewnątrzzakładowy	773
Podstawowe ogólne zasady bezpieczeństwa przy obsłudze urządzeń transportowych	773
Transport ręczny	773
Podstawowe wymogi BHP przy transporcie ręcznym	774
Obowiązki pracodawcy przy organizacji prac transportowych	776
Instrukcja bezpiecznego postępowania przy przemieszczaniu przedmiotów nieporęcznych, niestabilnych itp.	776
Ocena ryzyka przy pracach transportowych	777

Rodzaje transportu ręcznego	777
Urządzenia do podnoszenia ciężarów	778
Zasady bezpieczeństwa przy przemieszczaniu ładunków z użyciem ręcznie napędzanych dźwignic	779
Urządzenia do przenoszenia ciężarów	780
Urządzenia do przewożenia ciężarów	780
Transport jezdniowy mechaniczny	780
Transport mechaniczny	780
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn do podnoszenia ładunków	781
Transport kołowy jezdniowy	784
Wózki jezdniowe o napędzie silnikowym	784
Zagrożenia na stanowisku pracy i sposoby ochrony przed zagrożeniami.	
Sprzęt ochrony osobistej	789
Transport dźwignicowy	790
Służba eksploatacyjna	791
Rodzaje urządzeń technicznych, przy obsłudze i konserwacji których wymagane jest posiadanie kwalifikacji potwierdzonych zaświadczeniem kwalifikacyjnym, oraz okresy ważności zaświadczeń kwalifikacyjnych	793
Urządzenia techniczne, przy konserwacji których wymagane jest posiadanie kwalifikacji potwierdzonych zaświadczeniem kwalifikacyjnym, oraz okresy ważności zaświadczeń kwalifikacyjnych	797
Żuraw	800
Suwnice	802
Zawiesia budowlane. Wymagania bezpieczeństwa	803
Warunki techniczne dozoru technicznego w zakresie eksploatacji urządzeń transportu bliskiego	804
Formy dozoru technicznego UTB oraz terminy badań okresowych i doraźnych kontrolnych	808
Transport za pomocą przenośników	811
Ogólne wymagania bezpieczeństwa	811
Magazynowanie	817
Wyposażenie magazynu	818
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracy z urządzeniami magazynowymi	819
Wytyczne dotyczące magazynowania towarów uwzględniające bezpieczeństwo pożarowe	822

11. SZKOLENIE PRACOWNIKÓW W ZAKRESIE BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Szkolenie pracowników w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	829
Obowiązki pracodawcy w zakresie szkolenia BHP	830
Obowiązki pracownika w zakresie szkolenia BHP	831
Zasady szkolenia pracodawców i pracowników w zakresie BHP	831
Szkolenie w stanie zagrożenia epidemicznego albo w stanie epidemii	832
Szkolenie wstępne	832

Instruktaż ogólny	832
Instruktaż stanowiskowy	833
Sprawdzenie wiadomości	834
Szkolenie okresowe	836
Czasokresy i formy szkolenia	836
Egzamin	837
Ramowe programy szkolenia w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	845

12. WYPADKI PRZY PRACY I CHOROBY ZAWODOWE

Wypadki przy pracy	861
Pojęcie wypadku przy pracy	861
Nagłość zdarzenia	861
Uraz	861
Przyczyna zewnętrzna	861
Związek z pracą	862
Wypadki traktowane na równi z wypadkami przy pracy	864
Nagłość zdarzenia	865
Przyczyna zewnętrzna	865
Związek z pracą	867
Wypadki zrównane z wypadkami przy pracy	869
Rodzaje wypadków przy pracy	869
Ustalanie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy	870
Obowiązki pracodawcy	870
Udzielanie pierwszej pomocy	871
Obowiązki pracownika	871
Zgłoszenie wypadku	872
Postępowanie powypadkowe	875
Czynności dokonywane przez zespół powypadkowy	875
Wypadek na terenie innego zakładu pracy	877
Protokół powypadkowy - sporządzanie	878
Zatwierdzenie protokołu powypadkowego	879
Rejestracja wypadków przy pracy	887
Statystyczna karta wypadku przy pracy	887
Objaśnienia, klasyfikacje i oznaczenia kodowe do wypełnienia statystycznej karty wypadku (Z-KW)	891
Klasyfikacja zawodów i specjalności	913
Wypadki przy pracy powstałe w okresie ubezpieczenia	944
Ustalanie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy	944
Wypadki lub choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach	950
Wypadki w drodze do pracy i z pracy	951
Definicje	951
Zawiadomienie o wypadku	951
Choroby zawodowe	957

Ocena narażenia zawodowego	962
Zgłoszenie podejrzenia choroby zawodowej	965
Rozpoznanie choroby zawodowej	967
Procedura odwoławcza	968
Stwierdzenie choroby zawodowej	972
Choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach	981
Świadczenia z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych	981
Wniosek o jednorazowe odszkodowanie	982
Przekazanie dokumentacji przez płatnika	983
Orzeczenie o uszczerbku na zdrowiu	983
Dochodzenie roszczeń uzupełniających na podstawie przepisów prawa cywilnego	987
Przedawnienie roszczeń	987
Zasady różnicowania stopy procentowej składki na ubezpieczenie wypadkowe z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych w zależności od zagrożeń zawodowych i ich skutków	987

13. ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ. ODZIEŻ OCHRONNA. ODZIEŻ ROBOCZA

Środki ochrony indywidualnej	997
Zasadnicze wymagania dotyczące zdrowia i bezpieczeństwa	998
Ogólne wymagania mające zastosowanie do wszystkich ŚOI	998
Dodatkowe wymagania wspólne dla różnych typów ŚOI	999
Dodatkowe wymagania właściwe dla poszczególnych rodzajów zagrożeń	999
Zasady i warunki umieszczania oznakowania CE	1000
Deklaracja zgodności UE	1000
Kategorie zagrożeń w odniesieniu do ŚOI	1000
Procedury oceny zgodności	1001
Deklaracja zgodności	1002
Szczegółowe zasady stosowania środków ochrony indywidualnej	1003
Odzież i obuwie robocze	1004
Pranie odzieży roboczej	1005
Środki ochrony indywidualnej	1006
Dobór środków ochrony indywidualnej	1006
Podział środków ochrony indywidualnej	1007
Odzież ochronna	1024
Znakowanie	1024
Środki ochrony kończyn dolnych	1026
Środki ochrony kończyn górnych	1027
Znakowanie	1027
Środki ochrony głowy	1028
Znakowanie	1028
Środki ochrony twarzy i oczu	1029
Znakowanie	1032
Środki ochrony słuchu	1032

Środki ochrony układu oddechowego	1037
Klasyfikacja sprzętu w zależności od zasady działania	1038
Środki ochrony całego ciała i środki ochrony przed upadkiem z wysokości	1040
Klasyfikacja środków ochrony przed upadkiem z wysokości	1041
Dermatologiczne środki ochrony skóry	1041

14. ORGANIZACJA I METODY PRACY SŁUŻBY BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Organizacja służby BHP	1045
Obowiązek tworzenia służby BHP	1045
Wymogi kwalifikacyjne dla pracowników służby BHP	1046
Zadania służby BHP	1047
Kontrola warunków pracy	1047
Okresowe analizy stanu bezpieczeństwa i higieny pracy	1049
Inne zadania służby BHP	1051
Uprawnienia służby BHP	1052
Zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	1053
Wstęp	1053
Czynniki sukcesu	1056
Zaangażowanie kierownictwa i współudział pracowników	1058
Polityka BHP	1058
Planowanie	1059
Wsparcie i działania operacyjne	1060
Ocena efektów działania	1061
Doskonalenie	1062
Zarządzanie ryzykiem zawodowym. Ocena ryzyka zawodowego	1062
Obowiązki pracodawcy w zakresie oceny ryzyka	1062
Podstawowe cele oceny ryzyka zawodowego	1064
Ogólne zasady przygotowania oceny ryzyka zawodowego	1065
Osoby przeprowadzające ocenę ryzyka zawodowego	1067
Podstawowe etapy oceny ryzyka zawodowego	1068
Informacje potrzebne do oceny ryzyka zawodowego	1069
Identyfikacja zagrożeń	1071
Oszacowanie ryzyka zawodowego	1073
Wyznaczanie dopuszczalności ryzyka zawodowego	1076
Działania wynikające z oceny ryzyka zawodowego	1078
Dokumentowanie wyników oceny ryzyka zawodowego	1079
Monitorowanie skuteczności stosowanych środków ochronnych	1079
Przegląd i weryfikacja oceny ryzyka zawodowego	1080
Dane statystyczne w zakresie warunków pracy	1080
Sprawozdanie o warunkach pracy Z-10	1080

15. PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

Ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy	1093
---	------

Zranienia	1094
Krwotoki	1095
Złamania	1096
Zwichnięcia	1096
Urazy termiczne	1097
Oparzenia	1097
Odmrożenia	1098
Porażenie prądem elektrycznym	1098
Sztuczne oddychanie metodą usta-usta	1099
Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO)	1099
Zatrucia chemiczne	1100

16. DODATEK **1105**

Wykaz ważniejszych aktów prawnych	1105
Nadzór nad warunkami pracy	1105
Obiekty budowlane i pomieszczenia pracy	1105
Ochrona przeciwpożarowa	1106
Maszyny i inne urządzenia techniczne	1106
Eksploatacja instalacji i urządzeń elektroenergetycznych	1107
Urządzenia ciśnieniowe	1107
Urządzenia transportowe	1107
Profilaktyczna ochrona zdrowia	1108
Substancje i preparaty chemiczne	1109
Procesy pracy	1110
Atomistyka	1113
Wypadki przy pracy i choroby zawodowe	1113
Szkolenie w zakresie BHP	1114
Służba BHP	1114
System oceny zgodności	1114
Inne	1117
Wykaz ważniejszych norm z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy (według Polskiego Komitetu Normalizacyjnego)	1118
Obiekty budowlane i pomieszczenia. Ochrona przeciwpożarowa	1118
Instalacje elektroenergetyczne	1118
Wentylacja. Ogrzewnictwo	1121
Transport	1121
Maszyny, urządzenia i sprzęt budowlany	1124
Ochrona pracowników przed czynnikami szkodliwymi i uciążliwymi	1131
Ochrona przed zagrożeniami wypadkowymi	1134
Sprzęt ochrony indywidualnej	1135
Normalizacja i certyfikacja oraz zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	1140
Literatura	1141
Wykaz rodzajów prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej	1143

Wykaz adresowy Okręgowych Inspektoratów Pracy oraz biur terenowych PIP	1145
Urzędy Dozoru Technicznego	1148
Ogólnopolskie Stowarzyszenie Pracowników Służby Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	1151
Wykaz adresów oddziałów	1151
Inne stowarzyszenia pracowników służby BHP	1151
Wykaz ośrodków toksykologicznych (ostrych zatruc)	1153
Wykaz Wojewódzkich Ośrodków Medycyny Pracy	1153
Wykaz Wojewódzkich Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych	1155
Przedrostki jednostek miar układu SI	1157

SKOROWIDZ **1161**

WKŁADKA

Znaki bezpieczeństwa - Ochrona i higiena pracy Znaki nakazu	plansza I
Uzupełnienie znaków ochrony i higieny pracy	plansza I
Znaki zakazu	plansza II
Znaki ostrzegawcze	plansza III
Znaki ewakuacyjne, znaki informacyjne lokalizacji urządzeń bezpieczeństwa	plansza IV
Znaki bezpieczeństwa	
Ochrona przeciwpożarowa	plansza V
Kodowanie barwne butli gazowych	plansza V
Transport materiałów niebezpiecznych	
Nalepki ostrzegawcze	plansza VI, VII
Znaki dodatkowe	plansza VII
GHS (Globally Harmonized System)	plansza VII

oprac. BPK