

Ponadprzeciętny transport ręczny przyczyną urazu kręgosłupa?

Ręczne prace transportowe mogą być przyczyną różnego rodzaju urazów. Czy w omawianym przypadku pracownik doznał urazu kręgosłupa na skutek przenoszenia ciężkich elementów?

dr n. o zdr. Andrzej Dziejic

ekspert ds. BHP certyfikowany przez CIOP-PIB, właściciel Biura Doradczo-Usługowego BHP w Dąbrowie Tarnowskiej, wpisany na listę biegłych sądowych Prezesa Sądu Okręgowego w Tarnowie



W warunkach postępu procesów technologicznych rozwijają się systemy bezpieczeństwa pracy. Obejmują one normy wyrażone w *Kodeksie pracy*, przepisach wykonawczych o charakterze związanym z organizacją pracy oraz normy techniczne. Określenie „ręczne prace transportowe” oznacza każdy rodzaj transportowania lub podtrzymywania przedmiotów, ładunków lub materiałów przez jednego lub więcej pracowników, w tym przemieszczanie ich poprzez: unoszenie, podnoszenie, układanie, pchanie, ciągnięcie, przenoszenie, przesuwanie, przetaczanie lub przewożenie.

Prace transportowe

Podstawowym aktem prawnym regulującym zasady bezpiecznego prowadzenia prac transportowych jest *Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych*, które wdraża dyrektywę Rady 90/269/EWG z dnia 29 maja 1990 r. w sprawie

minimalnych wymagań dotyczących ochrony zdrowia i bezpieczeństwa podczas ręcznego przemieszczania ciężarów w przypadku możliwości wystąpienia ryzyka, zwłaszcza urazów kręgosłupa pracowników. Pracownik, który zostaje dopuszczony do ręcznych prac transportowych, powinien legitymować się odpowiednią wiedzą na temat bezpieczeństwa i specyfiki wykonywanych czynności. Rozporządzenie to nakłada na pracodawcę szereg obowiązków, w tym przede wszystkim szkolenia pracowników, ogranicza również dopuszczalne masy ładunków przenoszonych przez pracowników oraz podaje wartości dopuszczalne dla tych prac. Ręczne prace transportowe wykonywane są na stanowiskach wymagających przenoszenia przedmiotów o małej lub dużej masie, czynności manipulacyjnych, prac montażowych czy sterowania maszynami lub urządzeniami.

Masa przedmiotów podnoszonych i przenoszonych przez mężczyznę nie może przekraczać:

- 30 kg – przy pracy stałej,
- 50 kg – przy pracy dorywczej.

Podczas oburęcznego przemieszczania przedmiotów siła użyta przez mężczyznę niezbędna do zapoczątkowania ruchu przedmiotu nie może przekraczać wartości:

- 300 N – przy pchaniu,
- 250 N – przy ciągnięciu,

przy czym podane wartości określają składową siłę mierzoną równoległe do podłoża.

BHP przy ręcznych pracach transportowych

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych:

- określenie „praca dorywcza” oznacza ręczne przemieszczanie przedmiotów, ładunków lub materiałów nie częściej niż 4 razy na godzinę, jeżeli łączny czas wykonywania tych prac nie przekracza 4 godzin na dobę,
- określenia „sprzęt pomocniczy” oznacza środki mające na celu ograniczenie zagrożeń i uciążliwości związanych z ręcznym przemieszczaniem przedmiotów, ładunków lub materiałów oraz ułatwienie wykonywania tych czynności. Do środków tych zalicza się w szczególności: pasy, liny, łańcuchy, zawiesia, dźwignie, chwytaki, rolki, kleszcze, uchwyty, nosze, kosze, legary, ręczne wciągarki i wciągarki, krążki

Nadmierne i niewłaściwe obciążenie układu ruchu związane z pracą zawodową jest przyczyną wielu urazów i dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego.

i wielokrążki linowe, przestawne pochylnie, taczki i wózki.

Dopuszczalne jest ręczne przetaczanie przedmiotów o kształtach okrągłych (w szczególności beczek, rur o dużych średnicach), pod warunkiem zachowania wartości sił jak podane wyżej, a ponadto przy spełnieniu następujących wymagań:

- masa ręcznie przetaczanych przedmiotów po terenie poziomym nie może przekraczać 200 kg na jednego mężczyznę,
- masa ręcznie wtaczanych przedmiotów na pochylnię przez jednego mężczyznę nie może przekraczać 50 kg.

Wartości sił używanych przez mężczyznę do poruszania elementów urządzeń służących do ręcznego przemieszczania przedmiotów (w szczególności dźwigni, korb, kół) nie mogą przekraczać:

- 250 N – w przypadku obsługi oburęcznej,
- 120 N – w przypadku obsługi jednoręcznej.

Niedopuszczalne jest ręczne przenoszenie przedmiotów o masie przekraczającej 30 kg na wysokość powyżej 4 m lub na odległość przekraczającą 25 m.

Zespołowe przenoszenie ciężarów

Przenoszenie przedmiotów, których długość przekracza 4 m i masę 30 kg, powinno odbywać się zespołowo, pod warunkiem aby na jednego mężczyznę przypadała masa nieprzekraczająca:

- 25 kg – przy pracy stałej,
- 42 kg – przy pracy dorywczej.

Przy zespołowym przenoszeniu przedmiotów należy zapewnić:

- dobór pracowników pod względem wzrostu i wieku oraz nadzór pracownika doświadczonego w zakresie stosowania odpowiednich sposobów ręcznego przemieszczania przedmiotów i organizacji pracy, wyznaczonego w tym celu przez pracodawcę,
- odstępy pomiędzy pracownikami co najmniej 0,75 m oraz stosowanie odpowiedniego sprzętu pomocniczego.

- Przenoszenie przedmiotów długich i o dużej masie powinno odbywać się przy zastosowaniu sprzętu pomocniczego, pozwalającego na transport takich przedmiotów z możliwie najmniejszym unoszeniem ich ponad poziom podłoża. Należy zapewnić także, by pracownicy:

1. wkładali i opuszczali przenoszony przedmiot jednocześnie i na komendę,
2. znajdowali się po jednej stronie przenoszonego przedmiotu,
3. używali środków ochrony indywidualnej chroniących ramiona.

Niedopuszczalne jest zespołowe przenoszenie przedmiotów przez mężczyzn na odległość przekraczającą 25 m lub o masie przekraczającej 500 kg.

Pracownik pomocniczy

Zawód definiowany jest jako zbiór zadań (zespół czynności) wyodrębnionych w wyniku społecznego podziału pracy, wykonywanych stale lub z niewielkimi zmianami przez poszczególne osoby i wymagających odpowiednich kwalifikacji (wiedzy i umiejętności), zdobytych w wyniku kształcenia lub praktyki. Wykonywanie zawodu stanowi źródło dochodów. Trudno jest zdefiniować prace pracownika wykonującego prace pomocnicze, pomocnika przy produkcji lub pracownika gospodarczego, gdy pracodawca nie określi ich np. zakresem czynności na zajmowanym stanowisku pracy. Takie stanowisko można jednak zaliczyć do prac prostych obejmujących swym zakresem prace, które wymagają niskich lub podstawowych umiejętności i niewielkiej wiedzy teoretycznej niezbędnych do wykonywania przeważnie nieskomplikowanych (prostych) i rutynowych czynności. Praca wykonywana jest przy zastosowaniu prostych narzędzi ręcznych, elektronarzędzi i przy ograniczonej własnej inicjatywie i ocenie. W niektórych przypadkach wymaga wysiłku fizycznego.

Opis wypadku z 2013 r.

Jan Kowalski świadczył pracę na podstawie skierowania do pracy jako osoba skazana, co jest konsekwencją istniejącego między skazanym a państwem stosunku publicznoprawnego powstałego w wyniku orzeczenia kary pozbawienia wolności. Skierowanie do pracy kwalifikuje się jako zatrudnienie penalno-prawne. Skazany wykonuje swoją pracę na skutek skierowania przez organy więzienne, które działają na podstawie prawomocnego wyroku skazującego, a nie

na podstawie umowy dwóch równorzędnych podmiotów, jakimi są pracownik i zakład pracy. Został zatrudniony w firmie X w 2013 r. na stanowisku pracownik pomocniczy. W 2015 r., wysiadając z własnego samochodu osobowego, poczuł ból w plecach, co w konsekwencji doprowadziło do urazu jego kręgosłupa. Jan Kowalski powyższy ból powiązał z wysiłkiem fizycznym, jaki miał miejsce ok. półtora roku wcześniej, kiedy świadczył pracę na podstawie skierowania do pracy jako osoba skazana w firmie X (od roku nie świadczył już tam pracy i przebywa na wolności) i było to związane z ręcznym przenoszeniem ciężaru pomiędzy 200 a 400 kg na rok na odcinku kilkudziesięciu metrów.

Pytania zadane przez organ procesowy

Czy prace wykonywane przez Jana Kowalskiego, na skutek których mogło dojść do urazu kręgosłupa, były zgodne z przepisami regulującymi bezpieczeństwo i higienę pracy, w szczególności w odniesieniu do dopuszczalnych norm związanych z dźwiganiem ciężkich elementów, przy uwzględnieniu charakteru, w jakim zatrudniony był powód?

Nadmierne i niewłaściwe obciążenie układu ruchu związane z pracą zawodową jest przyczyną wielu urazów i dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego. Różne stanowiska pracy i wykonywane na tych stanowiskach czynności pracy powodują różne obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego, które ma bezpośredni wpływ na powstawanie różnego typu dolegliwości takich jak: zapalenie stawów, zapalenie pochewek ścięgniastych, zapalenie ścięgien, bóle mięśni, zwyrodnienie stawów kręgosłupa oraz zapalenie nerwów. Obciążenie to zależy od charakteru wykonywanych czynności pracy. Inne obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego występuje na skutek wykonywania prac w pozycji siedzącej, a innego typu w pozycji stojącej. Inne obciążenie powodują prace powtarzalne, a inne prace wymagające stałego utrzymywania pozycji ciała.

Biomechanicznymi czynnikami oddziałującymi na obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego człowieka są: pozycja ciała, wywierana siła (typ, kierunek działania i wartość siły) oraz czynnik czasu. Czynnik czasu może być rozpatrywany jako czas utrzymywania obciążenia spowodowanego kolejnymi sekwencjami przyjmowanej pozycji ciała i wywieranej siły, jako częstość powtórzeń okre-

ślonych czynności w sytuacji wykonywania pracy powtarzalnej, ale także jako maksymalny czas utrzymywania stałego obciążenia lub też maksymalny czas wykonywania pracy. Trzy wspomniane powyżej podstawowe czynniki biomechaniczne wpływają na obciążenie i zmęczenie spowodowane wykonywaniem określonych czynności pracy i zawsze rozpatrywane są łącznie.

Wpływ na zdrowie pracownika

Ręczne przemieszczanie ciężarów może powodować:

1. urazy nagłe, np. złamania, zranienia, skaleczenia itp.,
2. urazy kręgosłupa spowodowane ciągłym wykonywaniem czynności przemieszczania ciężarów, charakteryzujące się stopniowym i postępującym pogarszaniem się stanu układu mięśniowo-szkieletowego.

Czynnikami zwiększającymi ryzyko urazu kręgosłupa są m.in.:

- śliskie, niestabilne podłoże,
- brak dostatecznej przestrzeni na ręczne przemieszczanie ciężarów,
- nieodpowiednie oświetlenie, co zwiększa ryzyko wypadku,
- wysoka temperatura powodująca zmęczenie i utrudnienia w wykonywanych czynnościach,
- brak komfortu wykonywanych czynności: niewygodna pozycja – zginanie tułowia, konieczność sięgania wysoko itp., monotonia i uciążliwość – czynności wykonywane bardzo często lub długo, wykonywane zadania, na które składa się wiele czynności powtarzających się.

Obowiązki pracodawcy

Pracodawca jest obowiązany:

- stosować odpowiednie rozwiązania techniczne i organizacyjne zmierzające do wyeliminowania ręcznych prac transportowych,
- w razie braku możliwości wyeliminowania ręcznych prac transportowych – w celu zmniejszenia uciążliwości i zagrożeń związanych z wykonywaniem tych czynności – organizować odpowiednio pracę i wyposażać pracowników w niezbędny sprzęt pomocniczy oraz środki ochrony indywidualnej,
- oceniać ryzyko zawodowe występujące przy ręcznych pracach transportowych, biorąc pod uwagę w szczególności:
 - masę przedmiotu, jego rodzaj i położenie środka ciężkości,

Sposób rozmieszczenia przedmiotów w opakowaniach powinien zapewnić ich stabilność podczas przemieszczania.

- warunki środowiska pracy, w tym w szczególności wilgotność powietrza i temperaturę oraz poziom czynników szkodliwych dla zdrowia,
- organizację pracy, w tym stosowane sposoby wykonywania pracy,
- indywidualne predyspozycje pracownika, w tym sprawność fizyczną, wiek, stan zdrowia,
- podejmować działania mające na celu usunięcie stwierdzonych zagrożeń,
- przeszkolić pracowników w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy, w tym w szczególności w zakresie prawidłowości prowadzenia ręcznych prac transportowych,
- zapewnić pracownikom informacje dotyczące przemieszczanego przedmiotu, w szczególności jego masy i położenia środka ciężkości, zwłaszcza gdy masa jest nierównomiernie rozłożona,
- informować pracowników o wymaganiach ergonomii, w tym o wynikach oceny ryzyka zawodowego oraz o środkach zapobiegających urazom, a zwłaszcza urazom kręgosłupa,
- w przypadku stwierdzenia, że sposób wykonywania pracy jest nieprawidłowy i stwarza zagrożenie – zapewnić wstrzymanie tych prac do czasu zastosowania odpowiednich działań eliminujących zagrożenie,
- jeżeli wykonywane są prace związane z ręcznym przemieszczaniem przedmiotów nieporęcznych, niestabilnych, ze zmiennym środkiem ciężkości i innych, które z powodu ich masy, kształtu lub właściwości mogą spowodować zagrożenie wypadkowe – określić w wydanej instrukcji szczegółowe zasady bezpiecznego postępowania przy przemieszczaniu takich przedmiotów, instrukcja ta powinna określać w szczególności sposoby postępowania przy przemieszczaniu tych przedmiotów:
 - przedmiot nieporęczny lub trudny do uchwycenia i utrzymania powinien być przemieszczany przy użyciu odpowiedniego sprzętu pomocniczego, nieograniczającego ►



- ▶ pola widzenia, zapewniającego bezpieczeństwo podczas pracy,
- przedmioty, których środek ciężkości po ustawieniu w pozycji do podnoszenia i po podniesieniu znajdowałby się powyżej połowy wysokości przedmiotu, nie powinny być przenoszone ręcznie, chyba że do przeniesienia przedmiotu zastosowano uchwyty znajdujące się powyżej środka ciężkości,
- zwoje taśmy, drutu, kabla itp. przedmioty podczas ich przenoszenia powinny być zabezpieczone przed rozwinięciem i wyginaniem.

W razie konieczności przenoszenia przedmiotu trzymanego w odległości większej niż 30 cm od tułowia należy zmniejszyć o połowę dopuszczalną masę przedmiotu przypadającą na jednego pracownika lub zapewnić wykonywanie tych czynności przez co najmniej dwóch pracowników.

Organizacja ręcznych prac transportowych

Organizacja ręcznych prac transportowych powinna zapewnić w szczególności:

- 1.** ograniczenie długotrwałego wysiłku fizycznego, w tym zapewnienie odpowiednich przerw w pracy na odpoczynek,

- 2.** wyeliminowanie nadmiernego obciążenia układu mięśniowo-szkieletowego pracownika, a zwłaszcza urazów kręgosłupa, związanego z rytmem pracy wymuszonym procesem pracy,
- 3.** ograniczenie do minimum odległości ręcznego przemieszczania przedmiotów,
- 4.** uwzględnienie wymagań ergonomii.
- 5.** zapewnienie sprzętu pomocniczego odpowiednio dobranego do wielkości, masy i rodzaju przedmiotu – tam, gdzie jest to możliwe.

Organizując ręczne prace transportowe, należy brać pod uwagę konieczność unikania ręcznego przemieszczania przedmiotów, gdy:

- przedmiot jest zbyt ciężki, za duży, nieporęczny lub trudny do utrzymania (oceny dokonuje osoba kierująca pracownikami),
- przedmiot jest niestabilny lub jego zawartość może się przemieszczać,
- przedmiot jest usytuowany tak, że wymaga trzymania lub operowania w odległości od tułowia pracownika lub może wyginać się lub owijać wokół tułowia pracownika,
- kształt lub struktura przedmiotu może powodować urazy u pracownika (zwłaszcza przy kolizji),
- wydatek energetyczny niezbędny do podnoszenia i przenoszenia przedmiotów przekracza 2000 kcal (8375 kJ) na zmianę roboczą,
- przemieszczanie przedmiotu może być wykonywane jedynie przez skręt tułowia,

- wykonanie pracy wymaga pochylenia tułowia pracownika o kąt przekraczający 45° lub wykonywania czynności przemieszczania w pozycji niestabilnej,
- mogą wystąpić nagłe ruchy przedmiotu,
- stanowisko pracy lub jego otoczenie uniemożliwia przemieszczanie przedmiotu na wysokości zapewniającej bezpieczeństwo lub przy prawidłowej pozycji ciała pracownika,
- powierzchnia jest nierówna, stwarzająca zagrożenie przy poruszaniu się lub jest śliska w zetknięciu ze spodem obuwia pracownika,
- podłoga i powierzchnia robocza są na różnych poziomach, co powoduje konieczność przemieszczania przedmiotów na różnych wysokościach,
- podłoga (powierzchnia oparcia stóp) jest niestabilna,
- przedmiot ogranicza pole widzenia osoby przenoszącej,
- temperatura, wilgotność i wentylacja są niedostosowane do wykonywanej pracy.

Przy pracach związanych z ręcznym przemieszczaniem przedmiotów należy zapewnić wystarczającą przestrzeń, zwłaszcza w płaszczyźnie pionowej, umożliwiającą zachowanie prawidłowej pozycji ciała pracownika podczas pracy. Powierzchnia, po której są przemieszczane ręcznie przedmioty, powinna być równa, stabilna i nieśliska. Przejścia, drogi transportowe oraz tory i torowiska, po których są przemieszczane przedmioty, powinny spełniać wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy określone w odrębnych przepisach. Ostre, wystające elementy przedmiotów przemieszczanych powinny być zabezpieczone w sposób zapobiegający powstawaniu urazów. Opakowania przedmiotów przemieszczanych ręcznie powinny być wykonane z odpowiednio wytrzymałych materiałów oraz nie powinny stwarzać zagrożeń wypadkowych związanych w szczególności z ich kształtem, w tym ostrymi krawędziami. Jeżeli kształt lub rozmiar opakowania przeznaczonego do ręcznego przemieszczania przedmiotów utrudnia lub uniemożliwia bezpieczne ich przemieszczanie, opakowanie takie powinno być wyposażone w odpowiednie uchwyty. Sposób rozmieszczenia przedmiotów w opakowaniach powinien zapewnić ich stabilność podczas przemieszczania. Maksymalne nachylenie pochylni związanych z budynkiem oraz na drogach transportowych i w magazynach określają odrębne przepisy.

Zeznania świadków

Biegły w celu lepszego zilustrowania problemu urazu kręgosłupa, do którego mogło dojść przy wykonywaniu prac związanych z dźwiganiem ciężarów przez powoda, przytoczył istotne stwierdzenia z zeznań świadków.

Świadek 1.

„[...] Przez pewien okres był przydzielony do pomocy przy pracach remontowych budynku, jak i pracach związanych z wykonywaniem ogrodzenia działki firmy. [...] Mógł też pracować przy rozładunku materiałów, ale wspólnie z innymi pracownikami, a także przy użyciu wózków widłowych. [...] Powód nie skarżył się też nigdy, że praca jest za ciężka. [...] Nie było takiej sytuacji, by powód musiał przenosić czy przesuwać sam rzeczy o masie 200-300 kg [...]”.

Świadek 2.

„[...] Przy tej pracy zachodzi nieraz potrzeba przeniesienia cięższych elementów, ale wtedy jest używany wózek widłowy. Nie robi się tak, by ciężkie rzeczy dźwigać ręcznie. [...] Powód korzystał z wózka widłowego przy przewożeniu konstrukcji stalowych. Jest w firmie takie urządzenie jak suwnica do przemieszczania ciężkich materiałów.”

Świadek 3.

„[...] Wykonywał prace związane z czyszczeniem materiałów czy też pomagał przy ustawianiu elementów. Wykonywał też prace porządkowe, jak sprzątanie hali. Pracował też przy pracach remontowych, tj. była burzona ściana, jak i osadzone były słupki do ogrodzenia. [...] Nie uskarżał się, że praca jest dla niego zbyt ciężka. Nie skarżył się też na dolegliwości bólowe, wynikające z pracy. Nie skarżył się też na brak właściwej odzieży, a wszystko mieliśmy zapewnione. [...] Nie było czegoś takiego, by powód przenosił jakieś ciężkie elementy. Używał wózka widłowego”.

Jan Kowalski – powód

„[...] Przez 2-3 dni pracowałem przy przenoszeniu ciężkich elementów metalowych typu ceowniki czy szyny, z których jeden mógł ważyć nawet 300-400 kg [...] Jeśli chodzi o pracę na wysokości, to nie była ona zbyt ciężka i przy tej pracy nie doznałem urazu. Później sam wykonywałem podobną pracę przy przenoszeniu ciężkich elementów ważących nawet do 200 kg, tj. przenosiłem je z zewnątrz do hali, polegało to na podniesieniu ▶

► elementu i przejściu z nim na odcinku od kilkunastu do kilkudziesięciu metrów. Podnosiłem, przenosiłem te elementy, trzymając je w palcach jak chwytak. Taka praca trwała może godzinę, gdyż przenosiłem jedynie kilka elementów. [...] Nie skorzystałem z prawa do odmowy dźwigania ciężkich elementów, wiedząc, że nie spotka się to z uznaniem [...].”

Pozwany

„[...] powód mógł pracować przy przenoszeniu ciężkich elementów metalowych, przy czym na pewno nie było to przenoszenie na dłuższym dystansie, a jedynie przełożenie z miejsca niedostępnego, w tym przy użyciu dźwigni [...]. Zaznaczam, że wykonywał takie same prace jak inni pracownicy i nie był bardziej eksploatowany. [...] W firmie są do dyspozycji wózki widłowe oraz suwnica i pracownicy z tego korzystają i nie ma takiej potrzeby oraz nie wystąpiła taka potrzeba, aby samodzielnie przenosić ręcznie elementy o takiej wadze, o jakiej mówi powód i jeszcze w taki sposób [...]”.

Ze zgromadzonego materiału dowodowego nie wynika wprost, jakie elementy powód przeniósł. Stwierdzenie Jana Kowalskiego, że dźwiganie i przenoszone przez niego elementy ważyły

ok. 200-400 kg jest w ocenie biegłego jego subiektywną oceną. Rozpiętość takiego ciężaru pomiędzy 200 kg a 300 kg lub nawet 400 kg jest niezmiernie duża, co powoduje, że nie można jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie postawione przez Sąd. Ponadto brak jest wymiarów (długości) takiego ceownika czy szyny, aby można było się odnieść i przypisać konkretną normę dźwigania. Prace ręczne transportowe są obarczone ryzykiem urazu układu mięśniowo-szkieletowego. Wszyscy dźwigamy jakieś przedmioty i każdy z nas jest narażony na uraz, lecz to od naszych predyspozycji zdrowotnych oraz sposobu dźwigania i przenoszenia będzie zależało, czy go doznamy.

Wnioski

Mężczyźni podnoszący ładunek powinni:

- podejść jak najbliżej do ładunku i jeżeli jest to możliwe, okrążyć go, przy czym stopy powinny być lekko rozwarste,
- przykucnąć obok podnoszonego ciężaru,
- wyprostować grzbiet i mocno uchwycić ładunek, tak aby nie wysunął się z rąk,
- podnosić ładunek przez prostowanie nóg, trzymając go jak najbliżej tułowia, przy czym grzbiet powinien być cały czas wyprostowany.

Jednostkowe podniesienie niekoniecznie znacznego ciężaru niezgodnie z zasadami ergonomii może doprowadzić do urazu układu mięśniowo-szkieletowego. To samo dotyczy przenoszenia zespołowego.

Podniesienie przez Jana Kowalskiego ceownika lub szyny o wadze ok. 400 kg i przeniesienie go od kilkunastu do kilkudziesięciu metrów, trzymając je w palcach „chwytakiem”, jak to określił powód, w ocenie biegłego byłoby wbrew przepisom i zasadom BHP, ale również jest to mało prawdopodobne, a wręcz niemożliwe do wykonania ze względu właśnie na taki ciężar. Tu można podać przykład sportowców, którzy podnoszą ciężary, np. sztangę (gryf), trzymając je oburącz, pełnym chwytem ponieważ nie jest możliwe podniesienie i trzymanie takiego ciężaru palcami. Do przenoszenia takich ciężarów należy stosować taki sprzęt pomocniczy jak: dźwigniki, wózki widłowe, suwnice.

Charakter pracy powoda zaliczony jest do prac prostych. W tych pracach mieszczą się wszystkie prace, jakie wykonywał powód w firmie X, gdyż: prace porządkowe, transportowe, kucie ściany, betonu na parkingu oraz kopanie otworów pod

WAŻNE

Podstawy prawne, które mają zastosowanie w omawianej sprawie:

1. *Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy* (Dz.U. z 1998 r., nr 21, poz. 94 z późn. zm.).
2. *Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy* (Dz.U. z 2003 r., nr 169, poz. 1650 z późn. zm.).
3. *Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych* (Dz.U. nr 26, poz. 313, z późn. zm.).

słupki i wylewanie betonu na podmurówkę nie wymagają dodatkowych specjalistycznych szkoleń ani uprawnień wynikających z *Rozporządzenia Ministra Gospodarki z dnia 20 września 2001 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy podczas eksploatacji maszyn i innych urządzeń technicznych do robót ziemnych, budowlanych i drogowych*.

Jan Kowalski został dopuszczony przez lekarza profilaktyka do pracy na stanowisko pomocnika przy produkcji bez żadnych przeciwwskazań do pracy, która polegała między innymi na: sprzątaniu, malowaniu, donoszeniu materiałów, montowaniu, usuwaniu starej nawierzchni itp.

Jak wynika z zeznań specjalisty ds. BHP, Jan Kowalski został przeszkolony z ogólnych norm BHP. Analiza karty szkolenia wstępnego, pkt. 4 oraz 5 programu instruktażu ogólnego wyczerpuje temat zaznajomienia powoda z podstawowymi przepisami i zasadami BHP przy pracach wykonywanych w firmie X. Pracodawca przeprowadził stosowne szkolenia BHP Jana Kowalskiego, badanie lekarskie oraz wydał mu odzież i obuwie robocze. Tym samym spełnił podstawowe wymogi względem bezpieczeństwa i higieny pracy.

Ponadto należy stwierdzić, że prace, jakie wykonywał powód, nie należą do prac zaliczanych do prac szczególnie niebezpiecznych wynikających z § 80 i § 81 *Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy*, zgodnie z którym każdy przedsiębiorca (pracodawca) realizujący prace szczególnie niebezpieczne ma obowiązek ustalić i aktualizować wykaz tych prac występujących w jego zakładzie pracy, a zwłaszcza:

- zapewnić bezpośredni nadzór wyznaczonych osób nad tymi pracami,
- zagwarantować asekurację osób wykonujących prace szczególnie niebezpieczne przez innych pracowników, którzy bezpośrednio prac tych nie wykonują,
- wyposażyć pracowników w środki ochrony indywidualnej dobrane do rodzaju wykonywanej pracy oraz mogących się zaktywizować zagrożeń (np. sprzęt chroniący przed upadkiem z wysokości) oraz przeszkolić pracowników w zakresie posługiwania się tymi środkami,
- wprowadzić urządzenia ochronne, np. osłony (bariery) miejsc niebezpiecznych, oznakowanie stref i miejsc niebezpiecznych,
- przeprowadzić instruktaż pracowników, który powinien uwzględniać przede wszystkim:

- imienny podział pracy,
- kolejność wykonywania zadań,
- wymagania BHP przy poszczególnych czynnościach.

Biorąc powyższe pod uwagę, biegły stwierdził, że przy pracach, jakie wykonywał powód, nie było konieczności stosowania nadzoru bezpośredniego definiowanego jako możliwość zareagowania na nieprawidłowości w czasie ich występowania, możliwość wydawania poleceń niezwłocznie i w każdym czasie, a przede wszystkim możliwość bieżącego podejmowania wszelkich działań, by prace prowadzone były w sposób bezpieczny. Wymóg nadzorowania pracy odnosi się do wykonywania prac niebezpiecznych – gdyby pracownik wykonywał prace będące w wykazie prac szczególnie niebezpiecznych określonych przez pracodawcę bądź określonych w innych przepisach. Na podstawie akt sprawy biegły stwierdził, że prace wykonywane przez Jana Kowalskiego w firmie X nie odbiegały od przepisów i zasad BHP.

Zapobieganie urazom

Na pracodawcy ciąży obowiązek sprawdzenia, czy i w jakim stopniu zdrowie pracowników na danym stanowisku jest zagrożone. Zapobieganie powstawaniu dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego wymaga:

- utrzymywania prawidłowej pozycji ciała podczas pracy (siedzącej bądź stojącej), czyli takiego wyposażenia i rozplanowania przestrzennej organizacji stanowiska pracy, aby nie wymuszało ono pozycji ciała szczególnie obciążających układ mięśniowo-szkieletowy,
- odpowiedniego zaplanowania czynności i procesu pracy (wykonywania czynności różnorodnych, unikania pracy statycznej i powtarzalnej),
- dostosowania wywieranej siły do możliwości pracownika, a tam, gdzie jest to możliwe, należy zastąpić ręczne przemieszczanie przedmiotów, pchanie lub ciągnięcie środkami wspomagającymi, np. wózkiem czy podnośnikiem,
- zmniejszenia obciążenia kręgosłupa przez ciągłe szkolenia oraz stosowanie właściwych technik pracy, szczególnie podczas podnoszenia i przenoszenia ładunków i ciężkiej pracy fizycznej,
- odpowiedniego odżywiania i zachowania kondycji fizycznej, co sprzyja zarówno zachowaniu zdrowia, jak i lepszemu samopoczuciu.

Z akt sprawy wynika, że firma X zapewniła powodowi bezpieczne i higieniczne warunki pracy. □