

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	25
Uprawnienia pracodawcy	27
Obowiązki pracownika	27
Uprawnienia pracownika	28
Obowiązki kierownika komórki organizacyjnej	28
 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	40
Państwowa Inspekcja Sanitarna	42
Zakres działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej	43
Uprawnienia Państwowej Inspekcji Sanitarnej	45
Urząd Dozoru Technicznego	47
Zakres działania Urzędu Dozoru Technicznego	47
Uprawnienia pracowników Urzędu Dozoru Technicznego	50
Związki zawodowe	51
Zakres działania zakładowej organizacji związkowej	52
Uprawnienia związków zawodowych	52
Społeczna Inspekcja Pracy	53
Zadania Społecznej Inspekcji Pracy	53
Uprawnienia Społecznej Inspekcji Pracy	54
 2. CERTYFIKACJA	
Wstęp	57
Dyrektywy nowego podejścia	58
Ocena zgodności	58
Wymagania zasadnicze	63
Certyfikacja	65
Znak zgodności	65
Deklaracja zgodności	66
Odpowiedzialność producenta	69
System kontroli wyrobów wprowadzonych do obrotu	70
Normalizacja	71
Polskie Normy i inne dokumenty normalizacyjne	72
Certyfikat i znak zgodności z Polską Normą	72
System notyfikacji norm i aktów prawnych	74
Notyfikacja	76
 3. OBIEKTY BUDOWLANE I POMIESZCZENIA PRACY	
Obiekty budowlane	79
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy dla budynków	79
Opiniowanie dokumentacji projektowej	80
Wymagania w stosunku do rzeczoznawcy do spraw bezpieczeństwa i higieny pracy	81
Przekazanie obiektu budowlanego do użytkowania	88
Utrzymanie obiektów budowlanych	89

Książka obiektu budowlanego	89
Kontrola obiektu budowlanego	97
Pomieszczenia i urządzenia higienicznosanitarne i środki higieny osobistej	99
Ogólne wymogi dotyczące pomieszczeń higienicznosanitarnych	100
Warunki zabezpieczenia budynków przed pożarem i wybuchem	112
Odporność pożarowa budynków	114
Wymagania dla pomieszczeń zagrożonych wybuchem	117
Strefy pożarowe i oddzielenia przeciwpożarowe	117
Zapewnienie bezpieczeństwa ewakuacji ludzi z pomieszczeń i budynków	119
Wymagania przeciwpożarowe dla elementów wykończenia wnętrz i wyposażenia stałego	124
Wyposażenie budynku w podręczny sprzęt gaśniczy	124
Zasady rozmieszczania sprzętu	125
Przeglądy i konserwacja	125
Instrukcja bezpieczeństwa pożarowego	126
Obowiązki w zakresie ochrony przeciwpożarowej	127
Zasady postępowania pracowników na wypadek powstania pożaru	129
Ochrona odgromowa	130
Klasyfikacja	131
Źródła i typy uszkodzeń obiektu	131
Typy strat	132
Ocena ryzyka	133
Budowa urządzenia piorunochronnego	134
Zakres przeglądów	135
Kolejność przeglądów	136
Pomieszczenia pracy	137
Oświetlenie	138
Wentylacja pomieszczeń pracy	147
Ogrzewanie pomieszczeń pracy	156
Normy pomieszczeń pracy	158
Inne wymogi dla pomieszczeń pracy	161

4. PROFILAKTYCZNA OCHRONA ZDROWIA

Podział czynników niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych	171
Ogólne zasady oraz metody likwidacji lub ograniczenia wpływu niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych czynników występujących w procesie pracy	173
Badania i pomiary czynników szkodliwych dla zdrowia i rakotwórczych. Zasady i częstotliwość	174
Czynniki szkodliwe	174
Częstość przeprowadzania badań	176
Rejestracja wyników	180
Rejestr czynników szkodliwych dla zdrowia występujących na stanowisku pracy	181
Karta badań i pomiarów czynników szkodliwych	183
Profilaktyczne badania lekarskie	183
Badania wstępne	183
Badania okresowe	183
Badania kontrolne	184
Służba medycyny pracy	194
Badania sanitarne	197
Badanie stanu zdrowia i predyspozycji psychicznych do kierowania pojazdami	198
Badania psychologiczne	199
Posiłki profilaktyczne i napoje	201
Zasady wydawania posiłków profilaktycznych	201

5. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW NIEBEZPIECZNYCH

Zagrożenia elementami ruchomymi i luźnymi, ostrymi i wystającymi	205
Dobór typów osłon	209
Zagrożenia związane z przemieszczaniem się ludzi	211
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami górnymi do stref niebezpiecznych	211
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami dolnymi do stref niebezpiecznych	214
Dojścia i przejścia do urządzeń technicznych	216
Dojścia i przejścia do maszyn	217
Pomosty robocze i przejścia	221
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy dla drabin przenośnych	221
Teren zakładu pracy	222
Drogi w zakładzie pracy	222
Zagrożenia porażeniem prądem elektrycznym	223
Wiadomości ogólne	223
Wpływ rodzaju prądu na człowieka	223
Ochrona przed porażeniem prądem elektrycznym	224
Równoczesna ochrona przed dotykiem bezpośrednim i pośrednim	225
Ochrona przed dotykiem bezpośrednim (ochrona podstawowa)	226
Ochrona przed dotykiem pośrednim	228
Organizacyjne środki ochrony przed porażeniem	229
Rodzaj urządzeń, instalacji i sieci energetycznych, przy których eksploatacji wymagane jest posiadanie dodatkowych kwalifikacji	230
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy eksploatacji urządzeń energetycznych	234
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy wybranych pracach eksploatacyjnych	235
Wykonywanie prac przy urządzeniach i instalacjach elektroenergetycznych	240
Klasyfikacja urządzeń elektrycznych i elektronicznych z punktu widzenia ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym	244
Zagrożenie poparzeniem	246
Zagrożenia pożarowe i wybuchowe	248
Ocena zagrożenia wybuchem	253
Minimalne wymagania dla stanowisk pracy, na których może wystąpić atmosfera wybuchowa	256
Ogólne metody zapobiegania pożarom i wybuchom	259
Ochrona zdrowia młodocianych	268

6. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW SZKODLIWYCH I UCIAŹLIWYCH

Czynniki fizyczne	275
Hałas	275
Hałas słyszalny	276
Źródła hałasu	276
Natężenie hałasu	276
Rodzaje hałasu	278
Dopuszczalne wartości hałasu	279
Ochrona zdrowia młodocianych	280
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	281
Hałas infradźwiękowy	281
Ochrona zdrowia młodocianych	281
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	282
Hałas ultradźwiękowy	282
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	283
Ochrona zdrowia młodocianych	284
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na hałas i drgania	284
Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia hałasem	286
Profilaktyka	287
Profilaktyka medyczna	288

Wibracja	289
Drgania mechaniczne	289
Zakres częstotliwości	290
Czas oddziaływania drgań na organizm człowieka	290
Kierunek oddziaływania drgań	290
Wartości normatywne	291
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na drgania mechaniczne	292
Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia drganiami mechanicznymi	293
Ochrona zdrowia młodocianych	294
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	295
Oddziaływanie wibracji na organizm	295
Profilaktyka medyczna	296
Działania profilaktyczne	296
Mikroklimat – środowisko termiczne	297
Mikroklimat umiarkowany	297
Mikroklimat gorący	298
Ochrona zdrowia młodocianych	301
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	302
Mikroklimat zimny	302
Ochrona zdrowia młodocianych	304
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	304
Oddziaływanie mikroklimatu na organizm	304
Aklimatyzacja	305
Ochrona zdrowia młodocianych	305
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	305
Profilaktyka medyczna	306
Promieniowanie elektromagnetyczne	306
Częstotliwość pomiarów	309
Oznakowanie pól elektromagnetycznych	310
Wpływ promieniowania elektromagnetycznego na organizm ludzki	310
Ochrona przed nadmiernym promieniowaniem	311
Ochrona zdrowia młodocianych	311
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	312
Profilaktyka medyczna	312
Promieniowanie optyczne	312
Źródła promieniowania optycznego	312
Obowiązki pracodawcy	313
Ocena ryzyka zawodowego	315
Program działań organizacyjno-technicznych	316
Szkolenie w zakresie bhp	317
Narażenie pracowników	318
Profilaktyka medyczna	319
Promieniowanie widzialne VIS (ang. <i>visible</i>)	320
Ochrona zdrowia młodocianych	321
Profilaktyka medyczna	321
Promieniowanie podczerwone IR (ang. <i>infrared</i>)	322
Narażenie pracowników	322
Ochrona zdrowia młodocianych	323
Ochrona przed promieniowaniem IR	323
Profilaktyka medyczna	323
Promieniowanie nadfioletowe UV (ang. <i>ultraviolet</i>)	324
Oddziaływanie promieniowania UV na człowieka	324
Ochrona zdrowia młodocianych	325
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	325
Źródła promieniowania UV	325
Ochrona przed promieniowaniem UV	325
Profilaktyka medyczna	326
Promieniowanie laserowe	326
Klasy laserów	327
Zagrożenia przy pracy z laserem	330
Ochrona przed promieniowaniem laserowym	330

Profilaktyka medyczna	330
Promieniowanie jonizujące	331
Wpływ promieniowania jonizującego na człowieka	331
Narażenie zawodowe na promieniowanie jonizujące	332
Graniczne dawki promieniowania	332
Ocena narażenia	334
Ochrona zdrowia młodocianych	334
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	334
Źródła promieniowania jonizującego	334
System ochrony radiologicznej	335
Ewidencja otrzymanych przez pracownika dawek promieniowania	338
Warunki bezpiecznej pracy	338
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	338
Zabezpieczenie pracowników przed promieniowaniem jonizującym	339
Profilaktyka medyczna	339
Czynniki chemiczne	340
Szkodliwe czynniki chemiczne	340
Wykaz wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy	341
Ochrona zdrowia młodocianych przy pracach w narażeniu na czynniki chemiczne	358
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych	359
Ocena narażenia zawodowego na szkodliwe czynniki chemiczne	360
Profilaktyka	362
Profilaktyka medyczna	363
Pyły przemysłowe w środowisku pracy	363
Oddziaływanie pyłów na organizm ludzki	363
Ocena narażenia na pył przemysłowy	364
Dopuszczalne normy pyłów przemysłowych	365
Ochrona zdrowia młodocianych	368
Ochrona przed nadmiernym pyleniem	369
Profilaktyka medyczna	369
Pyły azbestu	371
Użytkowanie wyrobów azbestowych	371
Usuwanie lub naprawa wyrobów zawierających azbest	374
Wykorzystywanie wyrobów i instalacji zawierających azbest i czyszczenie instalacji i urządzeń	377
Plan kontroli jakości powietrza	377
Wymagania techniczne w zakresie oczyszczania	377
Instalacje lub urządzenia zawierające azbest. Oznakowanie	378
Pakowanie, transport i składowanie	380
Podstawowe obowiązki pracodawcy	381
Odzież ochronna i środki ochrony indywidualnej	383
Szkolenie w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	384
Książeczka badań profilaktycznych i okresowe badania lekarskie pracowników narażonych na działanie azbestu	385
Oznakowanie wyrobów i odpadów zawierających azbest	388
Czynniki biologiczne	388
Klasyfikacja szkodliwych czynników biologicznych	391
Obowiązki pracodawcy	392
Ocena ryzyka zawodowego	394
Profilaktyka	394
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	395
Rejestr pracowników narażonych na działanie szkodliwych czynników biologicznych	396
Ochrona pracy młodocianych	397
Prace szczególnie uciążliwe i szkodliwe dla zdrowia kobiet	398
Profilaktyka medyczna	398

Czynniki psychofizyczne	400
Obciążenie fizyczne	400
Ocena obciążenia pracą fizyczną na podstawie wydatku energetycznego	400
Podnoszenie i dźwiganie ciężarów	403
Normy transportu ręcznego dla dorosłych	404
Wykaz niektórych rodzajów prac wzbronionych młodocianym, przy których zezwala się na zatrudnianie młodocianych	407
Obciążenie psychiczne	408
Ochrona pracy młodocianych	410
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	411
Profilaktyka lekarska	411
7. ERGONOMIA. PROBLEMY TECHNICZNE I ORGANIZACYJNE	
Podstawy współczesnej ergonomii	415
Podstawowe pojęcia. Przedmiot i zadania ergonomii	415
Główne kierunki działania ergonomii	417
Układ człowiek – praca	418
Elementy informacyjne i sterownicze	419
Urządzenia sygnalizacyjne	419
Urządzenia sterownicze	420
Ogólne wymagania dla stanowisk pracy	422
Organizacja stanowisk pracy	425
Fizjologiczny aspekt procesu pracy	427
Postawa przy pracy	430
Organizacja stanowiska pracy z komputerem	431
Obowiązki pracodawcy	436
8. PRACE SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNE	
Wstęp	441
Prace w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i w innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	442
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	442
Prace poniżej poziomu gruntu	444
Instalacje podziemne	444
Kanały ściekowe i studzienki	444
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w kanałach	445
Prowadzenie prac w kanałach i studzienkach	445
Zabezpieczenie prac w kanałach i studzienkach	446
Stosowanie środków ochrony i zabezpieczeń	446
Oczyszczalnie ścieków	447
Kraty	447
Przepompownie ścieków	448
Komory fermentacyjne otwarte	448
Roboty ziemne	448
Podstawowe zasady bezpiecznego wykonywania wykopów	449
Zasady bezpieczeństwa pracy przy kopaniu mechanicznym (koparką)	451
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	452
Ochrona pracy młodocianych	452
Roboty budowlane. Prace na wysokości	452
Plan bezpieczeństwa i ochrony zdrowia	453
Warunki przygotowania i prowadzenia robót budowlanych	458
Zagospodarowanie terenu budowy	459
Praca na wysokości	465
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracach na wysokości	467
Rusztowania budowlane	468
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa przy pracy na rusztowaniach	472
Tymczasowa praca na wysokości	476

Prace przy użyciu materiałów niebezpiecznych.....	565
Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach z użyciem materiałów niebezpiecznych.....	565
Znaki i sygnały bezpieczeństwa.....	569
Definicje.....	569
Podstawowe zasady stosowania znaków i sygnałów bezpieczeństwa.....	569
Wymagania dotyczące stosowania znaków bezpieczeństwa.....	571
Wymagania dotyczące oznaczania przeszkód, niebezpiecznych miejsc i dróg.....	571
Wymagania dotyczące sygnałów świetlnych.....	572
Wymagania dotyczące sygnałów dźwiękowych.....	572
Wymagania dotyczące stosowania komunikatów słownych.....	573
Wymagania dotyczące stosowania sygnałów ręcznych.....	573
Substancje chemiczne i ich mieszaniny.....	576
System REACH.....	576
Wstęp.....	576
Rejestracja.....	576
Ocena.....	577
Udzielanie zezwoleń.....	577
Karta charakterystyki substancji niebezpiecznej lub mieszaniny.....	578
Sposób sporządzania karty charakterystyki.....	580
Wymagania dotyczące substancji chemicznych i ich mieszanin wynikające z przepisów krajowych.....	591
System GHS (Globally Harmonized System).....	593
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji i mieszanin chemicznych (CLP).....	594
CLP (Classification, Labelling, Packaging of substances and mixtures).....	594
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji chemicznych i ich mieszanin.....	595
Wykaz substancji niebezpiecznych.....	597
Zagrożenia fizyczne.....	599
Materiały wybuchowe.....	599
Gazy łatwopalne.....	600
Wyroby aerozolowe łatwopalne.....	601
Gazy utleniające.....	601
Gazy pod ciśnieniem.....	602
Substancje ciekłe łatwopalne.....	603
Substancje stałe łatwopalne.....	603
Substancje i mieszaniny samoreaktywne.....	604
Substancje ciekłe piroforyczne.....	606
Substancje stałe piroforyczne.....	606
Substancje i mieszaniny samonagrzewające się.....	607
Substancje i mieszaniny, które w zetknięciu z wodą uwalniają gazy łatwopalne.....	608
Substancje ciekłe utleniające.....	609
Substancje stałe utleniające.....	610
Nadtlenki organiczne.....	611
Substancje powodujące korozję metali.....	612
Zagrożenia dla zdrowia.....	613
Toksyčność ostra.....	613
Działania żrące/drażniące na skórę.....	615
Poważne uszkodzenie oczu/działanie drażniące na oczy.....	616
Działanie uczulające na drogi oddechowe lub skórę.....	617
Działania mutagenne na komórki rozrodcze.....	618
Rakotwórczość.....	620
Działanie szkodliwe na rozrodczość.....	621
Działanie toksyczne na narządy docelowe – narażenie jednorazowe.....	622
Działanie toksyczne na narządy docelowe – powtarzane narażenie.....	624
Zagrożenie spowodowane aspiracją.....	625
Zagrożenia dla środowiska.....	626
Substancje stwarzające zagrożenie dla środowiska wodnego.....	626
Zwroty wskazujące rodzaj zagrożenia oraz ich numery.....	627
Zwroty wskazujące środki ostrożności oraz ich numery (zwroty P).....	630
Oznakowanie opakowań substancji i mieszanin chemicznych.....	635

Wymiary i wygląd elementów etykiety	636
Szczególne zasady dotyczące oznakowania opakowań zewnętrznych, opakowań wewnętrznych i opakowań jednostkowych	637
Inspektor ds. Substancji Chemicznych	637
Kryteria kwalifikowania zakładu pracy stosującego substancje niebezpieczne do grup ryzyka	638
Czynniki rakotwórcze i mutagenne	648
Badania i pomiary czynników rakotwórczych	649
Obowiązki pracodawcy	649
Opieka lekarska	650
Rejestracja czynników rakotwórczych	651
Informacja o substancjach chemicznych, ich mieszaninach, czynnikach lub procesach technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym	653

9. MASZyny I INNE URZĄDZENIA TECHNICZNE

Maszyny i inne urządzenia techniczne	663
Wymagania ogólne	664
Układy sterowania	667
Elementy maszyny	672
Osłony i urządzenia ochronne	673
Zasilanie	675
Czynniki niebezpieczne i szkodliwe	675
Informacje dodatkowe	678
Instrukcje	679
Zasadnicze wymagania w zakresie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia dotyczące niektórych rodzajów maszyn	681
Maszyny przeznaczone do kontaktu z artykułami spożywczymi	681
Maszyny do stosowania pestycydów	682
Maszyny przenośne	683
Procedury oceny zgodności	685
Badanie typu WE	686
Pełne zapewnienie jakości	687
Dokumentacja techniczna maszyny	688
Kategorie maszyn, do których ma zastosowanie jedna z procedur oceny zgodności (załącznik nr 5 do rozporządzenia)	689
Podstawowe zagrożenia w trakcie użytkowania maszyn	690
Minimalne wymagania dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy w zakresie użytkowania maszyn przez pracowników podczas pracy	692
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn	693
Minimalne wymagania dotyczące maszyn	695
Elementy sterownicze	695
Uruchomienie i zatrzymanie maszyny	696
Ochrona przed zagrożeniami	696
Konservacja maszyn	697
Zabezpieczenia maszyn, konstrukcje ochronne maszyn	698
Kontrola maszyn	700
Współdziałanie pracodawcy z pracownikami w celu zapewnienia bezpieczeństwa przy użytkowaniu maszyn	701
Ogólne wymagania bezpieczeństwa dla maszyn i urządzeń	701
Elementy sterownicze maszyn i urządzeń produkcyjnych	706
Siedziska do maszyn i urządzeń produkcyjnych	707
Maszyny i urządzenia do obróbki drewna	708
Wykaz maszyn do obróbki drewna, dla których jest wymagany udział jednostki notyfikowanej w trakcie przeprowadzania procedury oceny zgodności	708
Wymagania ogólne w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	709
Pilarki tarczowe	711
Pilarki taśmowe	715
Strugarki wyrównarki i grubiarki	719
Frezarki	722
Pilarki ramowe (traki) pionowe	723

Obrabiarki do metali	726
Tokarki	726
Frezarki	728
Wiertarki	730
Narzędzia ręczne o napędzie elektrycznym	731

10. TRANSPORT WEWNĘTRZNY I MAGAZYNOWANIE

Transport wewnątrzzakładowy	737
Podstawowe ogólne zasady bezpieczeństwa przy obsłudze urządzeń transportowych	737
Transport ręczny	737
Podstawowe wymogi BHP przy transporcie ręcznym	738
Obowiązki pracodawcy przy organizacji prac transportowych	739
Instrukcja bezpiecznego postępowania przy przemieszczaniu przedmiotów nieporęcznych, niestabilnych itp.	740
Ocena ryzyka przy pracach transportowych	740
Rodzaje transportu ręcznego	741
Urządzenia do podnoszenia ciężarów	741
Zasady bezpieczeństwa przy przemieszczaniu ładunków z użyciem ręcznie napędzanych dźwignic	742
Urządzenia do przenoszenia ciężarów	743
Urządzenia do przewożenia ciężarów	743
Transport jezdniowy mechaniczny	744
Transport mechaniczny	744
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn do podnoszenia ładunków	744
Transport kołowy jezdniowy	747
Wózki jezdniowe o napędzie silnikowym	747
Zagrożenia na stanowisku pracy i sposoby ochrony przed zagrożeniami. Sprzęt ochrony osobistej	753
Transport dźwignicowy	754
Służba eksploatacyjna	755
Rodzaje urządzeń technicznych, przy których obsłudze i konserwacji wymagane jest posiadanie odpowiednich kwalifikacji	755
Konserwacja urządzeń technicznych	759
Żuraw	761
Suwnice	763
Zawiesia budowlane. Wymagania bezpieczeństwa	764
Warunki techniczne dozoru technicznego w zakresie eksploatacji urządzeń transportu bliskiego	765
Transport za pomocą przenośników	768
Ogólne wymagania bezpieczeństwa	768
Magazynowanie	774
Wypożyczenie magazynu	775
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracy z urządzeniami magazynowymi	776
Wytyczne dotyczące magazynowania towarów uwzględniające bezpieczeństwo pożarowe	779

11. SZKOLENIE PRACOWNIKÓW W ZAKRESIE BEZPIECZEŃSTWA

I HIGIENY PRACY

Szkolenie pracowników w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	787
Obowiązki pracodawcy w zakresie szkolenia BHP	788
Obowiązki pracownika w zakresie szkolenia BHP	788
Zasady szkolenia pracodawców i pracowników w zakresie BHP	789
Szkolenie wstępne	790
Instruktaż ogólny	790
Instruktaż stanowiskowy	790
Sprawdzenie wiadomości	791
Szkolenie okresowe	793
Czasokresy i formy szkolenia	794
Egzamin	794

12. WYPADKI PRZY PRACY I CHOROBY ZAWODOWE

Wypadki przy pracy	805
Pojęcie wypadku przy pracy	805
Nagłość zdarzenia	805
Uraz	805
Przyczyna zewnętrzna	805
Związek z pracą	806
Wypadki traktowane na równi z wypadkami przy pracy	808
Nagłość zdarzenia	809
Przyczyna zewnętrzna	809
Związek z pracą	811
Wypadki zrównane z wypadkami przy pracy	813
Rodzaje wypadków przy pracy	813
Ustalanie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy	814
Obowiązki pracodawcy	814
Udzielanie pierwszej pomocy	815
Obowiązki pracownika	815
Zgłoszenie wypadku	816
Postępowanie powypadkowe	819
Czynności dokonywane przez zespół powypadkowy	819
Wypadek na terenie innego zakładu pracy	821
Protokół powypadkowy – sporządzanie	822
Zatwierdzenie protokołu powypadkowego	823
Środki profilaktyczne	829
Rejestracja wypadków przy pracy	831
Statystyczna karta wypadku przy pracy	831
Objaśnienia, klasyfikacje i oznaczenia kodowe do wypełnienia statystycznej karty wypadku (Z-KW)	835
Klasyfikacja zawodów i specjalności	857
Wypadki przy pracy powstałe w okresie ubezpieczenia	887
Ustalanie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy	887
Wypadki lub choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach	892
Wypadki w drodze do pracy i z pracy	893
Definicje	893
Zawiadomienie o wypadku	893
Choroby zawodowe	899
Ocena narażenia zawodowego	903
Zgłoszenie podejrzenia choroby zawodowej	907
Rozpoznanie choroby zawodowej	911
Procedura odwoławcza	912
Stwierdzenie choroby zawodowej	915
Choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach	924
Świadczenia z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych	924
Wniosek o jednorazowe odszkodowanie	925
Przekazanie dokumentacji przez płatnika	926
Orzeczenie o uszczerbku na zdrowiu	926
Dochodzenie roszczeń uzupełniających na podstawie przepisów prawa cywilnego	930
Przedawnienie roszczeń	930
Zasady różnicowania stopy procentowej składki na ubezpieczenie wypadkowe z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych w zależności od zagrożeń zawodowych i ich skutków	930

13. ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ. ODZIEŻ OCHRONNA.

ODZIEŻ ROBOCZA

Środki ochrony indywidualnej	941
Zasadnicze wymagania dla środków ochrony indywidualnej w zakresie ochrony zdrowia i bezpieczeństwa	942
Ocena zgodności oraz sposób oznakowania środków ochrony indywidualnej	954

Szczegółowe zasady stosowania środków ochrony indywidualnej	956
Odzież i obuwie robocze	957
Pranie odzieży roboczej	959
Środki ochrony indywidualnej	960
Dobór środków ochrony indywidualnej	960
Podział środków ochrony indywidualnej	962
Odzież ochronna	962
Znakowanie	963
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie odzieży ochronnej	964
Środki ochrony kończyn dolnych	965
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony kończyn dolnych	965
Środki ochrony kończyn górnych	966
Znakowanie	966
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony kończyn górnych	967
Środki ochrony głowy	968
Znakowanie	969
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony głowy	969
Środki ochrony twarzy i oczu	971
Znakowanie	973
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony twarzy i oczu	974
Środki ochrony słuchu	974
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony słuchu	977
Środki ochrony układu oddechowego	979
Klasyfikacja sprzętu w zależności od zasady działania	980
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony układu oddechowego	982
Środki izolujące cały organizm	982
Środki ochrony przed upadkiem z wysokości	982
Klasyfikacja środków ochrony przed upadkiem z wysokości	982
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony przed upadkiem z wysokości	983
Dermatologiczne środki ochrony skóry	983
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie dermatologicznych środków ochrony skóry	984

14. ORGANIZACJA I METODY PRACY SŁUŻBY

BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Organizacja służby BHP	987
Obowiązek tworzenia służby BHP	987
Wymogi kwalifikacyjne dla pracowników służby BHP	988
Zadania służby BHP	989
Okresowe analizy stanu bezpieczeństwa i higieny pracy	991
Inne zadania służby BHP	993
Uprawnienia służby BHP	994
Zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	995
Wstęp	995
Polityka bezpieczeństwa pracy	999
Planowanie działań w zakresie bezpieczeństwa pracy	999
Wdrażanie i funkcjonowanie bezpieczeństwa pracy	999
Struktura organizacyjna, odpowiedzialność i uprawnienia	1000
Zapewnienie środków	1000
Szkolenie, świadomość, kompetencje i motywacja	1000
Przepływ informacji	1001
Dokumentacja	1001
Zarządzanie ryzykiem zawodowym. Ocena ryzyka zawodowego	1002
Podstawowe cele oceny ryzyka zawodowego	1002

Ogólne zasady przygotowania oceny ryzyka zawodowego	1003
Osoby przeprowadzające ocenę ryzyka zawodowego	1004
Podstawowe etapy oceny ryzyka zawodowego	1005
Informacje potrzebne do oceny ryzyka zawodowego	1006
Identyfikacja zagrożeń	1008
Oszacowanie ryzyka zawodowego	1010
Wyznaczanie dopuszczalności ryzyka zawodowego	1013
Działania wynikające z oceny ryzyka zawodowego	1015
Dokumentowanie wyników oceny ryzyka zawodowego	1016
Monitorowanie skuteczności stosowanych środków ochronnych	1016
Przegląd i weryfikacja oceny ryzyka zawodowego	1017
Dane statystyczne w zakresie warunków pracy	1017
Sprawozdanie o warunkach pracy Z-10	1017

15. PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

Ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy	1029
Zranienia	1030
Krwotoki	1031
Złamania	1031
Zwichnięcia	1032
Urazy termiczne	1033
Oparzenia	1033
Odmrożenia	1034
Porażenie prądem elektrycznym	1034
Sztuczne oddychanie metodą usta-usta	1034
Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO)	1035
Zatrucia chemiczne	1036

16. DODATEK

Wykaz ważniejszych aktów prawnych	1039
Nadzór nad warunkami pracy	1039
Obiekty budowlane i pomieszczenia pracy	1039
Ochrona przeciwpożarowa	1040
Maszyny i inne urządzenia techniczne	1040
Eksplotacja instalacji i urządzeń elektroenergetycznych	1041
Urządzenia ciśnieniowe	1041
Urządzenia transportowe	1041
Profilaktyczna ochrona zdrowia	1042
Substancje i preparaty chemiczne	1043
Procesy pracy	1044
Atomistyka	1046
Wypadki przy pracy i choroby zawodowe	1047
Szkolenie w zakresie BHP	1048
Służba BHP	1048
System oceny zgodności	1048
Inne	1050
Wykaz ważniejszych norm z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy	1051
Obiekty budowlane i pomieszczenia. Ochrona przeciwpożarowa	1051
Instalacje elektroenergetyczne	1051
Wentylacja. Ogrzewnictwo	1054
Transport	1054
Maszyny, urządzenia i sprzęt budowlany	1057
Ochrona pracowników przed czynnikami szkodliwymi i uciążliwymi	1065
Ochrona przed zagrożeniami wypadkowymi	1067
Sprzęt ochrony indywidualnej	1069
Normalizacja i certyfikacja oraz zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	1073
Literatura	1074
Karta zgłoszenia pracodawcy do PIP	1076
Karta zgłoszenia jednostki lokalnej do PIP	1078

Ramowe programy szkolenia w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	1079
Wykaz rodzajów prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej	1092
Wykaz adresowy Okręgowych Inspektoratów Pracy oraz biur terenowych PIP	1094
Urzędy Dozoru Technicznego	1097
Ogólnopolskie Stowarzyszenie Pracowników Służby Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	1099
Wykaz adresów członków Zarządu Głównego OSPS BHP	1099
Główna Komisji Rewizyjna OSPS BHP	1100
Wykaz adresów oddziałów i prezesów	1100
Inne stowarzyszenia pracowników służby BHP	1102
Wykaz ośrodków toksykologicznych (ostrzych zatruc)	1102
Wykaz Wojewódzkich Ośrodków Medycyny Pracy	1103
Wykaz Wojewódzkich Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych	1105
Maszyny i urządzenia techniczne stosowane przy robotach ziemnych, budowlanych i drogowych, do obsługi których wymagane jest odbycie szkolenia i uzyskanie pozytywnego wyniku ze sprawdzianu	1106
Wykaz jednostek certyfikujących (wg wykazu Polskiego Centrum Akredytacji)	1108
Przedrostki jednostek miar układu SI	1121

SKOROWIDZ	1123
------------------------	------

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
GHS (Globally Harmonized System)	plansza VII