

SVARĪGĀKIE RISKI, DARBĀ PAR **FRIZIERI**

Kā rīkoties, lai strādātu DROŠI

**Strādājot par frizieri, Tevi var
apdraudēt dažādi riska faktori!**

Fiziska pārslodze

- Garas darba stundas stāvēt vai staigājot var neatgriezeniski sabojāt Tavas locītavas vai mugurkaulu
- Piespiedu pozas plecu un roku locītavās un slodze rokām var izraisīt dažādas arodslimības

Bioloģiskie riski

Šķēres, skuvekļi un līdzīgi priekšmeti var būt inficēti – arī ar ļoti bīstamām slimībām (piem., C hepatītu, HIV/AIDS u. tml.)

Lai strādātu DROŠI:

- Vienmēr uzturi darbavietu kārtībā, savāc izlijušus šķidrumus un neatstāj neko lieku uz grīdas vai pārvietošanās ceļā, īpašu uzmanību pievērš elektrības vadiem!
- Lieto neslīdošus darba apavus ar zemu papēdi!
- Neuzņem personīgi nelabvēlīgu klientu attieksmi vai pārmetumus!
- Ievēro visas drošības prasības darbā arī ķīmiskajiem matu kopšanas līdzekļiem (piemēram, ieslēdz ventilāciju, lieto piemērotus cimdus, aizsargkrēmus u. tml.)!
- Rūpīgi veic instrumentu sterilizāciju un esi informēts par iespējamām inficēšanās riskiem – gan klientiem, gan Tev un kolēģiem!
- Ievēro atpūtas pauzes, to laikā pavigro, ievēro veselīgu un kustīgu dzīvesveidu!
- Rūpējies par savu veselību un apmeklē obligātās veselības pārbaudes!

Nelaiemes gadījumi

- Izlijuši šķidrumi vai nepareizi uzkopta (slapja) grīda var draudēt ar paslīdēšanu un smagiem kritieniem!
- Nevietā novietoti priekšmeti vai nesavākti elektrības vadi var būt pakļupšanas un kritienu iemesls
- Neuzmanīga rīcība ar šķērēm vai citiem asiem instrumentiem draud ar sagriešanos

Ķīmiskās vielas

- Matu kopšanas un krāsošanas līdzekļi satur kairinošas un kodīgas vielas, tās var ietekmēt Tavu ādu, acis un plaušas (izraisot dermatītu un astmu) – īpaši, ja Tu strādā ar mitrām rokām
- Laku un citu līdzekļu aerosoli var nodarīt kaitējumu Tavām plaušām un ir arī viegli uzliesmojoši

Psihoemocionālie riski

Ātrs darba temps, darbs ar klientiem, garas darba stundas un augsts atbildības līmenis var radīt paaugstinātu stresa līmeni