ĀDA UN DARBA VIDE



Ikdienā reti iedomājamies, cik būtiska loma ir mūsu ādai, – par spīti tam, ka tā tiek uzskatīta par ķermeņa lielāko orgānu un pasargā mūs no ārējās vides daudzpusīgās ietekmes. Katru dienu āda ir pakļauta gan dažādas temperatūras, gan ūdens un citu šķidrumu iedarbībai, tāpat putekļu un ķīmisko vielu ietekmei, kā arī dažādiem bioloģiskajiem faktoriem. Vairumā gadījumu āda lieliski ar to visu tiek galā, pasargājot mūsu ķermeni un iekšējos orgānus no apkārtējās vides ietekmes. Tomēr daudzi no šiem faktoriem var ietekmēt gan mūsu ādu, gan arī citus orgānus un orgānu sistēmas. Arī darba vidē, kurā daudzi no mums pavada lielu daļu diennakts laika, ir iespējama saskare ar ļoti daudziem darba vides riska faktoriem, kuri var apdraudēt gan ādu, gan citus orgānus. Mūsdienās ir ārkārtīgi grūti izvairīties no pilnīgi visiem apkārtējās vai darba vides riska faktoriem, tomēr ir daudzas situācijas, kurās iespējams izvairīties no lieka vai pārmērīga riska, tādējādi samazinot arī iespējamās nelabvēlīgās sekas.

Mūsdienās dažādu darba vides faktoru ietekme tieši uz ādu tiek atzīta par svarīgu problēmu, un tam ir vairāki iemesli:

- līdz šim dažādu vielu / faktoru ietekmei uz ādu tika pievērsta mazāka uzmanība, jo galvenā uzmanība vairāk bija koncentrēta uz kaitējumu elpošanas ceļiem;
- mainoties ķīmisko vielu dabai (piemēram, tirgū nonākot lielam skaitam sensibilizējošu vielu, nanodaļiņas saturošiem produktiem u. c.), kā arī samazinoties ķīmisko vielu ekspozīcijai gaisā, to ietekme uz ādu palielinās;
- mainoties darba videi (notiekot pakalpojumu sektora pieaugumam, stingrākām higiēnas prasībām u. c.), ievērojami lielāks skaits cilvēku darba vietās (piemēram, pārtikas ražošanā un tirdzniecībā, veselības un sociālajā aprūpē u. tml.) ir pakļauti kaitīgo faktoru ekspozīcijai uz ādu.

Šajā materiālā vēlamies sniegt:

- informāciju par svarīgākajiem darba vides riskiem, kuri var būt kaitīgi ādai vai, kaitīgajiem faktoriem izkļūstot caur ādu, arī citām mūsu ķermeņa sistēmām, piemēram, nierēm, aknām, centrālajai nervu sistēmai u. c.;
- pārskatu par iespējām aizsargāt mūsu ādu no dažādu faktoru iedarbības.

SVARĪGĀKIE DARBA VIDES RISKA FAKTORI, KURI VAR IETEKMĒT ĀDAS VESELĪBU

Ir zināmas vairākas darba vides riska faktoru grupas, no kurām būtiskākās ir:

- **mehāniskās traumas** – nobrāzumi, tulznas, sagriešanās ar asiem priekšmetiem u. tml.;
- fizikālie faktori – **pārāk augsta vai zema temperatūra**, **ultravioletais starojums**, **jonizējošais starojums**, **elektriskā strāva**;
- ķīmiskās vielas – gan tās, kuras iedarbojas tieši uz ādas virskārtu, gan tādas, kuras var izkļūt cauri ādas slāņiem un nonākt asinsrites sistēmā;

- **bioloģiskie riska faktori** – gan tādi, kuri tieši var ietekmēt ādu (piemēram, dažādas ādas infekcijas), gan tādi, kuri caur ādas mikrobojājumiem var iekļūt asinsritē, izraisot infekcijas slimības.

Katrs no šiem riska faktoriem mūsu veselību var ietekmēt ļoti atšķirīgi, tāpat atšķiras arī prasības ādas aizsardzībai pret katru no šiem riska faktoriem.

Pirms runājam par konkrētiem riska faktoriem, jāatgādina daži fakti par ādas uzbūvi. Kā jau minējām, ādu var uzskatīt par mūsu ķermeņa lielāko orgānu – tās virsma ir pat līdz diviem kvadrātmetriem liela un biezums svārstās no 0,3 mm līdz pat 3,0 mm atkarībā no ķermeņa vietas.

Ādai ir trīs slāņu uzbūve:

- **virsāda jeb epiderma** – to veido galvenokārt epitēlijšūnas, kurām raksturīga ātra vairošanās un kuras veido mūsu ādas raga kārtiņu, kas pasargā ādu no dažādiem mehāniskiem riskiem, fizikāliem kairinātājiem un daudzām ķīmiskām vielām, kā arī bioloģiskajiem riskiem un izžūšanas. Šajā slānī atrodas arī pigmentšūnas, kuras nosaka mūsu ādas krāsu un kuras būtiski ietekmē ultravioletais starojums, un atsevišķi receptori, piemēram, temperatūras uztveršanai;
- **pamatāda jeb derma** – to veido blīvi saistaudi; šajā slānī atrodas asinsvadi, limfvadi un nervi, kā arī vairums mūsu ādā esošo receptoru (temperatūras, spiediena, taustes un sāpju), kā arī sviedru un tauku dziedzeri;
- **zemāda** – to galvenokārt veido taukaudi, kuru izvietojums gan dažādās ķermeņa vietās, gan katram indivīdam ir ļoti atšķirīgs. Šim ādas slānim ir ļoti būtiska nozīme mūsu ķermeņa termoregulācijā, un tas darbojas arī kā mehāniska aizsargbarjera iekšējiem orgāniem.

ĀDAS MEHĀNISKIE BOJĀJUMI – DAŽĀDAS TRAUMAS UN FIZIKĀLO FAKTORU IETEKME

Tieši āda, iespējams, visbiežāk cieš dažādos nelaimes gadījumos – sākot no pavisam sīkām un ikdienišķām traumām, kuras nerada paliekošus veselības traucējumus, līdz pat nopietniem nelaimes gadījumiem, kuri var beigties ar cietušā nāvi (piemēram, ādas apdegumu gadījumos). Darba vietās mūsu āda parasti ir arī pirmā barjera, kas saskaras ar dažādiem fizikālajiem faktoriem (temperatūru, starojumiem u. tml.), kas var radīt gan dažādus mehāniskus bojājumus, gan arī krietni nopietnākas sekas, tostarp audzējus.

Nobrāzumi un citas sīkas mehāniskas traumas

Nobrāzumi vai līdzīga rakstura mehāniski bojājumi, piemēram, iegriezumi, plēsumi, skrāpējumi u. tml., ikdienā iespējami ļoti daudzās darba vietās – gan birojos (piemēram, sagriežoties ar papīra loksnēm), gan dažādās ražotnēs, arī veicot remonta vai celtniecības



Nevīžīga nažu pamešana vai atstāšana darba vietā paaugstina sadurināns un sagriešanās risku



Speciālu nažu turētāju ierīkošana un pareiza nažu izvietošana efektīvi samazina sagriešanās risku



Darbs ar karstiem priekšmetiem bez piemērota darba apģērba vai cimdiem palielina nelaimes gadījumu risku



Piemērotu darba cimdu lietošana darbā ar karstiem priekšmetiem var pilnībā novērst apdedzināšanās risku

darbus, t. i., visos darbos, kur tiek izmantots roku darbs un lietots mehānisks darba aprīkojums (naži, āmuri, šķēres u. tml.).

Būtiskākie preventīvie pasākumi šāda rakstura traumām ir pārdomāta un uzmanīga darba veikšana, atbilstošu rokas instrumentu lietošana, kā arī piemērotu cimdu izmantošana (sīkāka informācija šī materiāla beigās).

Apdegumi

Daudzās darba vietās iespējama saskare ar karstām virsmām vai vielām (piemēram, krāsnīm, caurulēm, karstiem šķidrumiem vai tvaikiem u. tml.), tāpēc apdegumi ir salīdzinoši bieža trauma ļoti daudzās nozarēs (piemēram, pārtikas ražošanā, sabiedriskajā ēdināšanā, metālapstrādē u. tml.). Jāiegaumē, ka apdegumus var izraisīt ne tikai augsta temperatūra, bet arī virkne ķīmisko vielu (piemēram, spēcīgi sārmi vai skābes), arī daži citi fizikālie faktori, piemēram, jonizējošais starojums vai elektriskās strāvas iedarbība. Turklāt jāatceras, ka risku rada arī tas, ka, strādājot temperatūrā, kas parasti nerada apdegumu risku, nodarbinātie pastiprināti svīst un tādējādi samazinās ādas aizsardzības spējas, piemēram, pret kādu no darba vietā sastopamajām ķīmiskajām vielām.

Būtiskākie preventīvie pasākumi apdegumu novēršanai ir darba vietu pareiza plānošana, samazinot iespējas netīšām saskarties ar karstām virsmām, kā arī piemērotu darba cimdu un apģērba lietošana (sīkāka informācija šī materiāla beigās).

Apsaldējumi

Vairumam nodarbināto iespēja apsaldēt rokas vai kādu citu ķermeņa zonu visbiežāk saistās ar darbu ārpus telpām ziemas sezonā, tomēr ikdienā ir ļoti daudz darba vietu, kur iespējams apsaldēties arī vasarā (piemēram, saldētavās pārvietojot produktus, kā arī darbā ar sašķidrinātām gāzēm). Atšķirībā no apdedzināšanās riskiem, kurus ļoti viegli pamanīt, apsaldēšanās bieži notiek gandrīz nemanāmi, un nodarbinātie to, ka apsaldējuši rokas vai vaigus, pamana tikai pēc tam, kad jau ir par vēlu. Tas izskaidrojams ar to, ka ādā ir salīdzinoši daudz sensoru, kuri reaģē uz augstu temperatūru, bet salīdzinoši maz sensoru, kas signalizē par pazeminātu temperatūru.

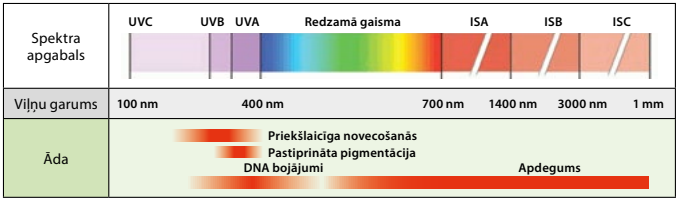
Būtiskākie preventīvie pasākumi apsaldēšanas riska samazināšanai ir pareiza darba plānošana, lai saskarsmē ar aukstiem priekšmetiem vai vidē ar pazeminātu gaisa temperatūru nebūtu jāpavada pārāk ilgs laiks, kā arī pietiekama informācija par pirmajām apsaldēšanās pazīmēm un piemērotu darba cimdu un apģērba lietošana.

Visu iepriekš minēto šāda veida ādas bojājumu gadījumos ļoti būtiska ir pareiza pirmās palīdzības sniegšana, t. sk. brūces apstrāde un pārsiešana, lai novērstu tās inficēšanos un nodrošinātu ātru tās sadzīšanu. Atcerieties – darba devējam ir jānodrošina, lai darba vietās būtu pieejamas pirmās medicīniskās palīdzības aptieciņas ar pārsiešanas līdzekļiem.

Dažādu starojumu iedarbība

Ādu un mūsu veselību var apdraudēt arī citi fizikālie faktori, no kuriem būtiskākais ir optiskais starojums. Optiskais starojums ir kopējs apzīmējums vairākiem starojuma veidiem – t. sk. ultravioletajam starojumam (redzamajai gaismai), kā arī infrasarkanajam jeb siltuma starojumam. No šiem starojuma veidiem būtiskākā nelabvēlīgā ietekme ir ultravioletajam starojumam. Infrasarkanā starojuma nelabvēlīgā iedarbība ir aprakstīta jau iepriekš, runājot par apdegumiem, savukārt ultravioletā starojuma (UV) ietekme ir daudzpusīga un atkarīga no tā veida un intensitātes.

Piemēram, ir pierādīts, ka Saules UV starojumam ir liels kaitējuma potenciāls, tāpēc pieņemts, ka bieža atrašanās saules gaismā bez aizsarglīdzekļiem palielina risku saslimt ar kādu no ādas vēža veidiem. Arī pārmērīga solāriju lietošana mākslīgā UV starojuma dēļ paaugstina ādas vēža risku. Jāatceras, ka katram no trim UV starojuma veidiem (atkarībā no viļņa garuma) ir atšķirīga spēja iespiesties ādā: UVC un UVB viļņi parasti netiek tālāk par ādas virsējo kārtu (epidermu), savukārt UVA sasniedz arī īsto ādu jeb dermu. Attēlā atspoguļota dažādu optiskā starojuma veidu ietekme uz



Attēls: Optiskā starojuma veidu ietekme uz ādu



Bazalioma – ļaundabīgs ādas audzējs – veidojas atklātās ķermeņa daļās (uz galvas, sejas, muguras), un viens no galvenajiem tās cēloņiem ir UVB starojums



Melanoma – ļoti agresīvs un ļaundabīgs audzējs – var veidoties jebkurā ķermeņa vietā, un tās attīstībā galvenā nozīme ir UV starojumam



Darbs atklātā saulē bez darba apģērba palielina ādas audzēju attīstības risku



Piemērots darba apģērbs un saulesbriļļu lietošana būtiski samazina ādas un acs bojājumu risku

ādu – visbiežāk tā ir saistīta ar apdegumiem (izraisa infrasarkanais jeb siltuma starojums), priekšlaicīgu novecošanos (izraisa redzamā gaisma un UV starojums), savukārt UV lielākā bīstamība ir saistīta ar tā spējām radīt dezoksiribonukleīnskābes (DNA) bojājumus, tādējādi radot ādas audzēju risku.

Pēdējo gadu desmitu laikā UV starojuma izmantošana dažādās nozarēs ir strauji pieaugusi. Mūsdienās to izmanto, piemēram, lai paātrinātu laku, krāsu un saistvielu polimerizāciju. Paaugstināts UV starojuma līmenis var būt, piemēram, loka metināšanas darbos, veselības aprūpē, ceļu būvē un būvniecībā.

Svarīgākie preventīvie pasākumi aizsardzībai pret UV starojumu ir dažādu tehnisko palīglīdzekļu lietošana (piemēram, UV avotu ekranēšana un piekļuves ierobežošana), pareiza darba organizēšana (lai nebūtu jāstāv UV avota tiešā tuvumā vai jāstrādā, kad konstatēta augsta Saules UV aktivitāte vai tajā diennakts daļā, kurā Saules starojums ir visintensīvākais), kā arī individuālās aizsardzības līdzekļu (apģērba, sejas aizsegu un aizsargbriļļu, ādas aizsargkrēmu u. c.) lietošana.

ĶĪMISKĀS VIELAS UN PUTEKĻI

Viens no biežāk ādu ietekmējošiem faktoriem ir ķīmiskās vielas un putekļi – tie sastopami ļoti daudzās darba vietās un ietekmē ne tikai nodarbināto rokas, bet jebkuru citu atklātu ādas laukumu (piemēram, seju) vai pat visu ķermeni, ja tiek valkāts darba apģērbs, kas nepasargā no ķīmiskajām vielām. Ķīmiskajām vielām un putekļiem ir iespējama divējāda ietekme – tās var iedarboties tieši uz ādas virskārtu vai ādu un zemādu (tā ir t. s. lokālā ietekme), kā arī, izkļūstot cauri visiem ādas slāņiem, nonākt asinsrites sistēmā un pēc tam ietekmēt jebkuru citu ķermeņa sistēmu (t. s. sistēmiskā ietekme).

Lokālā ķīmisko vielu iedarbība visbiežāk izpaužas kā kairinājums, nieze, dedzināšana vai līdzīgi simptomi, kas parasti sākas, tieši saskaroties ar ķīmisko vielu vai putekļiem vai arī uzreiz pēc tam. Lokālās iedarbības rezultātā rodas arī ķīmisko vielu izraisīti apdegumi. Lokāla iedarbība ir raksturīga ārkārtīgi daudzām ķīmiskajām vielām un putekļiem, un daudzi no tiem tiek ļoti plaši izplatīti, piemēram, cementu saturoši būvniecības materiāli. Cementa sastāvā esošajam kalcija oksīdam javas veidošanas procesā saskaroties ar ūdeni, rodas kalcija hidroksīds, kas ir ļoti bāziska (sārmaina) viela un ātri rada ādas apdegumu. Apdeguma veidošanos veicina arī tas, ka ādas receptori sārmu kodīgo iedarbību sajūt vēlāk nekā skābes iedarbību.

Jāatceras arī, ka ķīmiskās vielas var būt gan šķidras, gan pulverveida, gan arī gāzveida stāvoklī.

Sistēmiskā ķīmisko vielu un putekļu iedarbība var izpausties ļoti daudzpusīgi. Visbiežāk iedarbība ir saistīta ar šo vielu spēju izraisīt sensibilizāciju, alerģiskas reakcijas vai fotosensitivitāti. Pašreiz Eiropā plaši tiek lietotas vairāk nekā 150 sensibilizējošas vielas (tās var būt iekļautas daudzu produktu, piemēram dažādu smaržvielu, medikamentu u. tml., sastāvā), to radītā bīstamība ir saistīta ar to spēju sensibilizēt ķermeni, izraisot alerģisku reakciju uz kādu citu vielu. Plaši zināma ir arī daudzu ķīmisko vielu spēja izraisīt t. s. fotosensitivitāti – pārmērīgu jutīgumu uz gaismu vai reakciju uz UV



Ādas ķīmisks apdegums pēc betonā samērcētu cimdu nēsāšanas, tos laikus nenomainot



Ādas ķīmisks apdegums pēc saskares ar etilēna oksīdu

starojumu. Šādas īpašības piemīt, piemēram, policikliskajiem aromātiskajiem ogļūdeņražiem, darvai, kvēpiem, sodrējiem, bitumenam, asfaltam u. c. vielām.

Sistēmiskā ietekme ļoti bieži ir saistīta ar ietekmi uz centrālo nervu sistēmu, aknām un nierēm. Parasti šāda iedarbība ir raksturīga organiskajiem šķīdinātājiem (piemēram, vaitspirtam, ksilolam, toluolam u. tml.). Būtībā šāda ietekme piemīt visām ķīmiskajām vielām, kuras šķīdina taukus, jo tām ir raksturīga spēja šķērsot visus ādas slāņus. Atsevišķām vielām var būt vēl citādāka iedarbība, piemēram, benzolam ir raksturīga spēja izraisīt leikēmiju, savukārt asinsritē tas var iekļūt, ja to izmanto detaļu mazgāšanai autoservisā bez atbilstošu cimdu lietošanas.

Tipiskākās ķīmiskās vielas, kuras var ietekmēt konkrētu profesiju pārstāvjus, sk. tabulā.

Ķīmiskā viela	Avots	Riska profesija
Niķelis	Lodēšana, niķeli saturoši priekšmeti (šķēres, monētas, rotas)	Galvanikas, elektronikas speciālisti, metālstrādnieki, frizieri, kasieri
Hroms	Cements, ādas cimdi, metāli, miecēšanas materiāli	Būvstrādnieki, metāla ražošanā un ādas apstrādē nodarbinātie
Kobalts	Metālu sakausējumi, metāllūžņi	Metāla kausētāji
Kolofonijs	Sveķi, elektronikas lodējumi	Sveķu un elektronikas ražotāji, mūziķi, dejotāji
Epoksīda sveķi	Krāsas, lakas	Krāsotāji, celtnieki
Izocianāti	Izolācijas putas, krāsas un lakas	Celtnieki, krāsotāji, putu ražotāji
Akrilāti, metaakrilāti	Krāsu sastāvdaļas, zobārstniecības materiāli, nagu skaistumkopšanas materiāli, līmes	Zobārsti, kosmētiķi, celtnieki

Ķīmiskā viela	Avots	Riska profesija
Formaldehīds	Kosmētika, plastmasas, sveķi	Frizieri, veselības aprūpes darbinieki, kosmētiķi, metāla apstrādātāji
Parafenilendiamīns	Matu krāsas	Frizieri
Glutāraldehīds	Dezinfekcijas un mazgāšanas līdzeļi	Veselības aprūpes darbinieki, apkopēji, papīra ražotāji
Smaržas	Tīrīšanas līdzekļi	Apkopēji, frizieri
Farmaceitiskie produkti, antibiotikas	Medikamenti	Veselības aprūpes darbinieki
Hloracetamīds, katoni, parabēni	Kosmētika, koksnes konservanti, krāsas, līmes, griešanas dzesēšanas šķidums	Metāla apstrādātāji, kosmētiķi, masieri, frizieri, koksnes impregnētāji
D-limonēns, etilēna diamīns	Krāsas, ķīmiskie tīrītāji, attaukotāji	Metāla apstrādātāji, krāsotāji, iespiedēji
Dabiskās gumijas lateksa proteīni	Aizsargcimdi, medicīniskie instrumenti	Veselības aprūpes darbinieki, frizieri
Dzīvnieku proteīni	Dzīvnieku blaugznas, epitēlijs, urīns	Fermeri, dzīvnieku kopēji
Pārtikas produktos esošās vielas un vielas, kas saistītas ar dekoratīvajiem augiem	Dārzeņi, augļi, dekoratīvie augi, milti, garšvielas	Fermeri, ziedu tirgotāji, pavāri, maiznieki, pārtikas ražošanā nodarbinātie

Svarīgākie preventīvie pasākumi aizsardzībai pret ķīmiskajām vielām un putekļiem ir pareizi veikts un drošs darbs ar ķīmiskajām vielām, droša un pareiza to glabāšana, kā arī izpratne par pareiziem darba paņēmieniem un individuālās aizsardzības līdzekļiem.

ĀDAS INFEKCIJAS SLIMĪBAS

Atsevišķu profesiju pārstāvjiem ādu var apdraudēt arī bioloģiskie riski, piemēram, baktērijas, vīrusi, sēnes un parazīti. Visbīstamākās no šīm slimībām ir dažādu sēņu izraisītās infekcijas slimības – mikozes. Visbiežākās no tām ir dermatofitozes, histoplazmozes un kandidozes. Parasti infekcijas avots ir slims cilvēks, dzīvnieks vai sadzīves priekšmeti, kas bijuši kontaktā ar slimnieku. Šādas slimības raksturīgas veselības aprūpē, lauksaimniecībā vai mežizstrādē nodarbinātajiem.

Vissmagāk bioloģiskie riski apdraud nodarbinātos tad, ja viņiem strādājot jau ir vai darba laikā tiek bojāta āda, piemēram, noberzumi, iegriezumi u. tml., vai arī viņi

sagriežas vai saduras ar inficētu priekšmetu. Šādos gadījumos slimību izraisītāji var viegli nokļūt asinsritē vai limfā un kļūt par cēloni smagām infekcijas slimībām (piemēram, saduroties ar manikīra piederumiem pēc darba ar B vai C hepatītu inficētu klientu).

ĀDAS INDIVIDUĀLĀS AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI

Darba vidē ādas aizsardzībai parasti tiek izmantoti cimdi un atbilstošs darba apģērbs. **Aizsargapģērbs** ir izstrādāts, lai pasargātu cilvēka ķermeni no dažādiem apkārtējā vidē esošiem nelabvēlīgiem faktoriem un nodrošinātu aizsardzību pret konkrētiem riskiem.

Pie aizsargapģērbiem, kuri nodrošina ādas aizsardzību, pieskaitāmi šādi:

1) apģērbs aizsardzībai pret mehāniskām traumām (urbjot, griežot, frēzējot);
2) aizsargapģērbs darbam ar motorzāģi;
3) apģērbs aizsardzībai pret ķīmiskām vielām un ķīmiskiem produktiem;
4) apģērbs aizsardzībai pret kausētiem metāliem un infrasarkano starojumu;
5) karstumizturīgs vai termisks aizsargapģērbs;
6) apģērbs aizsardzībai pret putekļiem;
7) gāzu necaurlaidīgs aizsargapģērbs.

Ikdienā ir svarīgi saprast, kādu aizsardzību konkrētais darba apģērbs spēj nodrošināt. Lai šāda informācija būtu viegli pieejama, aizsargapģērbam tiek pievienotas attiecīgas piktogrammas (sk. tabulu).

Aizsargapģērbu piktogrammas


Aizsardzība pret ķīmiskāliju iedarbību


Aizsardzība pret lietu


Aizsardzība pret aukstumu


Aizsardzība pret radioaktīvo piesārņojumu


Aizsardzība pret motorzāģu ķēdēm


Aizsardzība pret karstumu un uguni, nodrošina metinātāju aizsardzību


Nodrošina valkātāja aizsardzību sliktas redzamības apstākļos


Aizsardzība pret statisko elektrību (apģērba audums ir antistatisks)


Aizsardzība pret infekcijas izraisošiem mikroorganismiem


Aizsardzība pret kustošām daļām

Arī **darba cimdi** var būt ļoti dažādi gan pēc to uzbūves, gan īpašībām.
Ādas aizsardzībai parasti tiek lietoti:

1) cimdi (vai dūraiņi) aizsardzībai pret mehānisku un ķīmisku iedarbību, jonizējošo radiāciju un radioaktīvo piesārņojumu, karstumu un cita veida iedarbību;
2) pirkstu aizsargi (uzpirksteņi);
3) uzroči.

Praksē no šīs grupas aizsarglīdzekļiem svarīgākie ir **aizsargcimdi** – tie aizsargā roku vai tās daļu pret dažādiem riska faktoriem. Cimdi būtu jāizvēlas tādi, kuriem ražotājs ir nodrošinājis viegli atpazīstamu marķējumu, lai varētu saprast, no kādiem riskiem cimdi spēj pasargāt (sk. tabulu).

Aizsargcimdu piktogrammas


Aizsardzība pret mehānisku iedarbību


Aizsardzība pret aukstumu


Īslaicīga aizsardzība pret ķīmikāliju iedarbību un / vai ir ūdens necaurlaidīgi


Aizsardzība pret radioaktīvo putekļu piesārņojumu


Aizsardzība pret elektriskās strāvas iedarbību


Aizsardzība darbā ar rokas motorzāģiem


Aizsardzība pret vienkāršiem tiešiem dūrumiem


Aizsardzība pret karstumu un uguni, nodrošina metinātāju aizsardzību


Aizsardzība pret ķīmikāliju iedarbību


Aizsardzība pret bakterioloģisku piesārņojumu


Aizsardzība pret jonizējošo radiāciju (starojumu)


Aizsardzība pret statisko elektrību


Aizsargcimdi ugunsdzēsējiem


Cimdi darbam ar pārtikas produktiem

RĪGAS STRADIŅA UNIVERSITĀTE

DARBA DROŠĪBAS un VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

Nr. 331-2017

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA ATTIECĪBU UN DARBA AIZSARDZĪBAS POLITIKAS DEPARTAMENTĀ
Skolas ielā 28, Rīgā, LV–1010
Tālrunis 67021526
www.lm.gov.lv

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ
K. Valdemāra ielā 38, k-1, Rīgā, LV-1010
Tālrunis 67186522, 67186523
www.vdi.gov.lv

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ
Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001
Tālrunis 67270351, 67035960
www.lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ
Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV-1007
Tālrunis 67409139
www.rsu.lv/ddvvi

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM – www.osha.lv

Labklājības ministrija

Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra

Valsts darba inspekcija

Šis materiāls ir izdots ar Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras atbalstu kā daļa no Darba aizsardzības preventīvo pasākumu plāna.
Materiālu sagatavoja: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2017.
Bezmaksas izdevums.