



ZALECENIA DOTYCZĄCE BADAŃ PROFILAKTYCZNYCH DO CELÓW KODEKSU PRACY – MATERIAŁY DLA SŁUŻBY MEDYCYNY PRACY PRACA ZWIĄZANA Z DŹWIGANIEM W KONTEKŚCIE OCENY NARZĄDU WZROKU

Jednym z czynników występujących na stanowiskach pracy jest praca fizyczna o różnym nasileniu, która w większości przypadków nie powoduje naruszenia równowagi czynnościowej organizmu.

Określenie "**ręczne prace transportowe**" oznacza każdy rodzaj transportowania lub podtrzymywania przedmiotów, ładunków lub materiałów przez jednego lub więcej pracowników, w tym przemieszczanie ich poprzez: układanie, unoszenie, podnoszenie, przenoszenie, przesuwanie, pchanie, ciągnięcie, przetaczanie lub przewożenie.

Większość prac wymagających zwiększonego wysiłku fizycznego na stanowisku pracy została w dzisiejszym warunkach usprawniona dzięki odpowiednim urządzeniom wspomagającym podnoszenie czy przenoszenie przedmiotów. Zasady zapobiegania ryzyku zawodowemu przy ręcznych pracach transportowych zostały uregulowane odpowiednimi przepisami prawnymi, którym między innymi jest:

- *Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych oraz innych pracach związanych z wysiłkiem fizycznym (t.j. Dz.U. 2018, poz. 1139).*

Dodatkowo, w naszym kraju obowiązują inne przepisy prawa, które regulują normy dźwigania w zależności od wieku i płci pracownika, rodzaju prac transportowych, czasu wykonywanej pracy oraz odległości, na jaką można przemieszczać przedmioty:

- *Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 3 kwietnia 2017 r. w sprawie wykazu prac uciążliwych, niebezpiecznych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią (Dz.U. 2017 poz. 796),*
- *Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 24 sierpnia 2004 w sprawie wykazu prac wzbronionych młodocianym i warunków ich zatrudniania przy niektórych z tych prac (t.j. Dz.U. 2016, poz. 1509).*

Poprawa bezpieczeństwa na stanowiskach pracy związanych z ponoszeniem znacznego wysiłku fizycznego polega na:

- odpowiednim przeszkoleniu w kwestii prawidłowych sposobów podnoszenia i przenoszenia, ich praktycznego zastosowania w codziennej pracy i przy codziennych czynnościach poza pracą,
- stosowaniu przenoszenia zespołowego przez dwóch lub trzech pracowników,
- zastosowaniu systemu rotacji pracowników na stanowiskach pracy związanych z przenoszeniem i podnoszeniem ciężkich wyrobów/półwyrobów,
- stosowaniu urządzeń transportowych eliminujących pracę ręczną (np. wózków, podnośników, transporterów).



Ze względu na budowę anatomiczną oka, siatkówka jest tą warstwą, która w przypadku ciężkiej pracy fizycznej może być narażona na odwarstwienie. Dlatego też zmiany zapalne siatkówki jak i zwyrodnienia czy dystrofie predysponujące do jej odwarstwienia mogą być przeciwwskazaniem do pracy na stanowiskach związanych z wykonywaniem pracy fizycznej. Warto nadmienić, że przeciwwskazaniem do wykonywania pracy fizycznej jest również okres 4-6 tygodni po zabiegach operacyjnych oczu, w zależności od rodzaju i zakresu zabiegu. Ponadto w niektórych chorobach ogólnoustrojowych wysiłek fizyczny może skutkować wystąpieniem powikłań ze strony narządu wzroku. Przykładem takiej choroby jest cukrzyca przebiegająca ze zmianami siatkówkowymi, w której wysiłek fizyczny może być przyczyną wystąpienia krwotoków wewnątrzgałkowych lub odwarstwienia siatkówki.

Opieka profilaktyczna nad pracownikiem

W trakcie badania lekarskiego należy zwrócić szczególną uwagę na:

- występowanie chorób ogólnoustrojowych, mogących powodować zmiany zwyrodnieniowe siatkówki i predysponować do jej odwarstwienia,
- występowanie chorób oczu mogących przebiegać ze zmianami zwyrodnieniowymi siatkówki i predysponować do jej odwarstwienia.

W każdym przypadku zmian patologicznych na dnie oka lub wywiad sugerujący ich istnienie, ocena dotycząca istnienia lub braku przeciwwskazań do pracy związanej z wysiłkiem fizycznym powinna być dokonywana indywidualnie i bardzo wnikliwie.

Zakres i częstotliwość badań osób zatrudnionych na stanowiskach związanych z wysiłkiem fizycznym:

Wskazaniem do wykonania konsultacji okulistycznej są stany narządu wzroku lub choroby ogólnoustrojowe, w przebiegu których ryzyko odwarstwienia siatkówki jest podwyższone (np. wysoka krótkowzroczność, stan po odwarstwieniu siatkówki, zaawansowana cukrzyca).

Częstotliwość badań profilaktycznych u osób ze zmianami narządu wzroku predysponującymi do odwarstwienia siatkówki powinna być dokonywana indywidualnie, w zależności od rodzaju wykonywanej pracy fizycznej i jej ciężkości.

Uwagi dodatkowe

Okulistycznymi przeciwwskazaniami do pracy fizycznej mogą być następujące zmiany patologiczne:

- stan po odwarstwieniu siatkówki jednego oka,
- obwodowe zmiany zwyrodnieniowe siatkówki predysponujące do odwarstwienia,
- krótkowzroczność wysoka degeneracyjna (zwyrodnieniowa),
- retinopatia cukrzycowa proliferacyjna.