

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	37
Karanie winnych wykroczeń przeciwko prawom pracownika	39
Państwowa Inspekcja Sanitarna	41
Zakres działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej	42
Uprawnienia Państwowej Inspekcji Sanitarnej	44
Urząd Dozoru Technicznego	45
Zakres działania Urzędu Dozoru Technicznego	45
Uprawnienia pracowników Urzędu Dozoru Technicznego	49
Związki zawodowe	50
Zakres działania zakładowej organizacji związkowej	50
Uprawnienia związków zawodowych	50
Zakładowa organizacja związkowa	50
Społeczna Inspekcja Pracy	51
Zadania Społecznej Inspekcji Pracy	52
Uprawnienia Społecznej Inspekcji Pracy	52
2. CERTYFIKACJA	
Wstęp	57
Dyrektywy nowego podejścia	58
Ocena zgodności	58
Wymagania zasadnicze	63
Certyfikacja	65
Znak zgodności	65
Deklaracja zgodności	66
Odpowiedzialność producenta	68
System kontroli wyrobów wprowadzonych do obrotu	68
Normalizacja	70
Polskie Normy i inne dokumenty normalizacyjne	70
Certyfikat i znak zgodności z Polską Normą	71
System notyfikacji norm i aktów prawnych	73
Notyfikacja	74
3. OBIEKTY BUDOWLANE I POMIESZCZENIA PRACY	
Obiekty budowlane	79
Podstawowe wymogi 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	85

Utrzymanie obiektów budowlanych	86
Książka obiektu budowlanego	86
Kontrola obiektu budowlanego	94
Pomieszczenia i urządzenia higienicznosanitarne i środki higieny osobistej	95
Ogólne wymogi dotyczące pomieszczeń higienicznosanitarnych	96
Warunki zabezpieczenia budynków przed pożarem i wybuchem	109
Odporność pożarowa budynków	111
Wymagania dla pomieszczeń zagrożonych wybuchem	114
Strefy pożarowe i oddzielenia przeciwpożarowe	114
Zapewnienie bezpieczeństwa ewakuacji ludzi z pomieszczeń i budynków	116
Wymagania przeciwpożarowe dla elementów wykończenia wnętrz i wyposażenia stałego	121
Wyposażenie budynku w podręczny sprzęt gaśniczy	121
Zasady rozmieszczania sprzętu	122
Przeglądy i konserwacja	122
Instrukcja bezpieczeństwa pożarowego	123
Zasady postępowania pracowników na wypadek powstania pożaru	123
Ochrona odgromowa	125
Klasyfikacja	126
Źródła i typy uszkodzeń obiektu	126
Typy strat	127
Ocena ryzyka	128
Budowa urządzenia piorunochronnego	129
Zakres przeglądów	130
Kolejność przeglądów	131
Pomieszczenia pracy	132
Oświetlenie	133
Wentylacja pomieszczeń pracy	139
Ogrzewanie pomieszczeń pracy	148
Normy pomieszczeń pracy	150
Inne wymogi dla pomieszczeń pracy	153

4. PROFILAKTYCZNA OCHRONA ZDROWIA

Podział czynników niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych	163
Ogólne zasady oraz metody likwidacji lub ograniczenia wpływu niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych czynników występujących w procesie pracy	165
Badania i pomiary czynników szkodliwych dla zdrowia i rakotwórczych. Zasady i częstotliwość	166
Czynniki szkodliwe	166
Częstość przeprowadzania badań	167
Rejestracja wyników	168
Rejestr czynników szkodliwych dla zdrowia występujących na stanowisku pracy	170
Karta badań i pomiarów czynników szkodliwych	171
Profilaktyczne badania lekarskie	171
Badania wstępne	172
Badania okresowe	172
Badania kontrolne	172
Służba medycyny pracy	179
Badania sanitarne	181
Badanie stanu zdrowia i predyspozycji psychicznych do kierowania pojazdami	182
Badania psychologiczne	183
Posiłki profilaktyczne i napoje	189
Zasady wydawania posiłków profilaktycznych	189

5. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW NIEBEZPIECZNYCH

Zagrożenia elementami ruchomymi i luźnymi, ostrymi i wystającymi	195
Dobór typów osłon	199
Zagrożenia związane z przemieszczaniem się ludzi	201
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami górnymi do stref niebezpiecznych	201
Odległości bezpieczeństwa uniemożliwiające sięganie kończynami dolnymi do stref niebezpiecznych	204
Dojścia i przejścia do urządzeń technicznych	206
Dojścia i przejścia do maszyn	207
Pomosty robocze i przejścia	211
Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy dla drabin przenośnych	211
Teren zakładu pracy	212
Drogi w zakładzie pracy	212
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa dla dróg, przejść i dojazdów pożarowych	213
Zagrożenia porażeniem prądem elektrycznym	214
Wiadomości ogólne	214
Wpływ rodzaju prądu na człowieka	214
Ochrona przed porażeniem prądem elektrycznym	215
Równoczesna ochrona przed dotykiem bezpośrednim i pośrednim	216
Ochrona przed dotykiem bezpośrednim (ochrona podstawowa)	217
Ochrona przed dotykiem pośrednim	219
Organizacyjne środki ochrony przed porażeniem	220
Rodzaj urządzeń, instalacji i sieci energetycznych, przy których eksploatacji wymagane jest posiadanie dodatkowych kwalifikacji	221
Prace wykonywane przy urządzeniach elektroenergetycznych w warunkach szczególnego zagrożenia dla zdrowia i życia ludzkiego	225
Wykonywanie prac przy urządzeniach i instalacjach elektroenergetycznych	225
Zasady bezpiecznego wykonywania prac przy urządzeniach i instalacjach elektroenergetycznych	226
Organizacja bezpiecznej pracy przy urządzeniach elektroenergetycznych	227
Klasyfikacja urządzeń elektrycznych i elektronicznych z punktu widzenia ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym	230
Zagrożenie poparzeniem	232
Zagrożenia pożarowe i wybuchowe	234
Minimalne wymagania dla stanowisk pracy, na których może wystąpić atmosfera wybuchowa	239
Ogólne metody zapobiegania pożarom i wybuchom	243
Ochrona zdrowia młodocianych	249

6. CHARAKTERYSTYKA WYBRANYCH CZYNNIKÓW

SZKODLIWYCH I UCIAŹLIWYCH

Czynniki fizyczne	257
Hałas	257
Źródła hałasu	258
Natężenie hałasu	258
Rodzaje hałasu	260
Dopuszczalne wartości hałasu	261
Ochrona zdrowia młodocianych	263
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	263
Hałas infradźwiękowy	263
Ochrona zdrowia młodocianych	264
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	264
Hałas ultradźwiękowy	264
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	265
Ochrona zdrowia młodocianych	266
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na hałas i drgania	266

Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia hałasem	268
Profilaktyka	270
Profilaktyka medyczna	271
Wibracja	272
Drgania mechaniczne	272
Zakres częstotliwości	273
Czas oddziaływania drgań na organizm człowieka	273
Kierunek oddziaływania drgań	273
Wartości normatywne	273
Ocena ryzyka zawodowego związanego z narażeniem na drgania mechaniczne	274
Obowiązki pracodawcy w przypadku zagrożenia drganiami mechanicznymi	276
Ochrona zdrowia młodocianych	277
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	277
Oddziaływanie wibracji na organizm	278
Profilaktyka medyczna	278
Działania profilaktyczne	279
Mikroklimat – środowisko termiczne	280
Mikroklimat gorący	281
Ochrona zdrowia młodocianych	283
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	285
Mikroklimat zimny	285
Ochrona zdrowia młodocianych	286
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	286
Oddziaływanie mikroklimatu na organizm	286
Aklimatyzacja	287
Ochrona zdrowia młodocianych	287
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	288
Profilaktyka medyczna	288
Promieniowanie widzialne	288
Narażenie pracowników	292
Ochrona zdrowia młodocianych	293
Profilaktyka medyczna	293
Promieniowanie podczerwone	293
Narażenie pracowników	294
Ochrona zdrowia młodocianych	295
Ochrona przed promieniowaniem IR	296
Profilaktyka medyczna	296
Promieniowanie nadfioletowe	296
Oddziaływanie promieniowania UV na człowieka	296
Narażenie pracownika	297
Ochrona zdrowia młodocianych	297
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	298
Źródła promieniowania UV	298
Ochrona przed promieniowaniem UV	299
Profilaktyka medyczna	299
Promieniowanie elektromagnetyczne	299
Oznakowanie pól elektromagnetycznych	301
Częstotliwość pomiarów	302
Wpływ promieniowania elektromagnetycznego na organizm ludzki	302
Ochrona przed nadmiernym promieniowaniem	303
Ochrona zdrowia młodocianych	303
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	304
Profilaktyka medyczna	304
Promieniowanie jonizujące	304
Wpływ promieniowania jonizującego na człowieka	305
Narażenie zawodowe na promieniowanie jonizujące	305
Graniczne dawki promieniowania	306
Ocena narażenia	307
Ochrona zdrowia młodocianych	307

Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	307
Źródła promieniowania jonizującego	308
System ochrony radiologicznej	309
Ewidencja otrzymanych przez pracownika dawek promieniowania	311
Warunki bezpiecznej pracy	311
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	311
Zabezpieczenie pracowników przed promieniowaniem jonizującym	312
Profilaktyka medyczna	312
Promieniowanie laserowe	312
Klasy laserów	313
Zagrożenia przy pracy z laserem	315
Ochrona przed promieniowaniem laserowym	315
Profilaktyka medyczna	316
Pyły przemysłowe w środowisku pracy	316
Oddziaływanie pyłów na organizm ludzki	316
Ocena narażenia na pył przemysłowy	317
Ochrona zdrowia młodocianych	319
Ochrona przed nadmiernym pyleniem	320
Profilaktyka medyczna	320
Pyły azbestu	322
Użytkowanie wyrobów azbestowych	322
Usuwanie lub naprawa wyrobów zawierających azbest	324
Zabezpieczenie po zakończeniu prac wyrobów zawierających azbest	327
Pakowanie, transport i składowanie	328
Podstawowe obowiązki pracodawcy	329
Odzież ochronna i środki ochrony indywidualnej	331
Szkolenie w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	332
Książeczka badań profilaktycznych i okresowe badania lekarskie pracowników narażonych na działanie azbestu	333
Oznakowanie wyrobów i odpadów zawierających azbest	336
Szkodliwe czynniki chemiczne	336
Wykaz wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy	338
Ochrona zdrowia młodocianych przy pracach w narażeniu na czynniki chemiczne	363
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych	365
Ocena narażenia zawodowego na szkodliwe czynniki chemiczne	365
Profilaktyka	368
Profilaktyka medyczna	368
Czynniki biologiczne	368
Klasyfikacja szkodliwych czynników biologicznych	371
Obowiązki pracodawcy	371
Ocena ryzyka zawodowego	373
Profilaktyka	374
Szkolenie pracowników w zakresie bhp	375
Rejestr pracowników narażonych na działanie szkodliwych czynników biologicznych	376
Ochrona pracy młodocianych	377
Prace szczególnie uciążliwe i szkodliwe dla zdrowia kobiet	378
Profilaktyka medyczna	378
Czynniki psychofizyczne	380
Obciążenie fizyczne	380
Ocena obciążenia pracą fizyczną na podstawie wydatku energetycznego	380
Podnoszenie i dźwiganie ciężarów	382
Normy transportu ręcznego dla dorosłych	384
Wykaz niektórych rodzajów prac wzbronionych młodocianym, przy których zezwala się na zatrudnianie młodocianych	387

Obciążenie psychiczne	388
Ochrona pracy młodocianych	390
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet.	391
Profilaktyka lekarska	391
7. ERGONOMIA. PROBLEMY TECHNICZNE I ORGANIZACYJNE	
Podstawy współczesnej ergonomii	395
Podstawowe pojęcia. Przedmiot i zadania ergonomii	395
Główne kierunki działania ergonomii	397
Układ człowiek – praca	398
Elementy informacyjne i sterownicze	399
Urządzenia sygnalizacyjne	399
Urządzenia sterownicze	401
Ogólne wymagania dla stanowisk pracy	402
Organizacja stanowisk pracy	405
Fizjologiczny aspekt procesu pracy	407
Postawa przy pracy	410
Organizacja stanowiska pracy z komputerem	411
Obowiązki pracodawcy	416
8. PRACE SZCZEGÓLNIENIE NIEBEZPIECZNE	
Wstęp	421
Prace w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i w innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	422
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w zbiornikach, wnętrzach urządzeń technicznych i innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych	422
Prace poniżej poziomu gruntu	424
Instalacje podziemne	424
Kanały ściekowe i studzienki	424
Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w kanałach	425
Prowadzenie prac w kanałach i studzienkach	425
Zabezpieczenie prac w kanałach i studzienkach	426
Stosowanie środków ochrony i zabezpieczeń	426
Oczyszczalnie ścieków	427
Kraty	427
Przepompownie ścieków	428
Komory fermentacyjne otwarte	428
Roboty ziemne	428
Podstawowe zasady bezpiecznego wykonywania wykopów	429
Zasady bezpieczeństwa pracy przy kopaniu mechanicznym (koparką)	431
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet.	432
Ochrona pracy młodocianych	432
Roboty budowlane. Prace na wysokości	432
Plan bezpieczeństwa i ochrony zdrowia	433
Warunki przygotowania i prowadzenia robót budowlanych	438
Zagospodarowanie terenu budowy	438
Praca na wysokości	444
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracach na wysokości	446
Rusztowania budowlane	447
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa przy pracy na rusztowaniach	451
Tymczasowa praca na wysokości	455
Roboty murowe i tynkowe	459
Roboty dekarские i izolacyjne	459
Roboty malarskie	460
Roboty ciesielskie	461
Roboty zbrojarskie i betoniarские	461
Roboty montażowe konstrukcji stalowych	463
Roboty rozbiórkowe	464

Roboty budowlane wykonywane z użyciem materiałów wybuchowych	464
Roboty budowlane, rozbiórkowe, remontowe i montażowe prowadzone bez wstrzymania ruchu zakładu pracy lub jego części	468
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	469
Ochrona pracy młodocianych	469
Profilaktyka lekarska	469
Prace spawalnicze	470
Spawanie gazowe	470
Pomieszczenie spawalni.	470
Węże do gazów	471
Palniki do spawania i cięcia.	472
Podstawowe wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach spawalniczych	472
Magazynowanie gazów palnych	473
Magazynowanie gazów płynnych	477
Gazy utleniające	480
Oznakowanie butli z gazami	480
Znakowanie butli	481
Wytwornice acetylenowe	484
Zasady bezpiecznej pracy z wytwornicami acetylenowymi	484
Wymagania bhp dla acetylenowni.	486
Spawanie łukiem elektrycznym	488
Podstawowe procesy spawania łukowego.	488
Wpływ czynników szkodliwych i uciążliwych	488
Profilaktyka	489
Zasady bezpiecznej eksploatacji spawarek elektrycznych.	489
Prace wewnątrz zbiorników	491
Uprawnienia spawaczy	491
Kwalifikacje spawaczy	492
Ochrona pracy młodocianych	492
Prace szczególnie uciążliwe lub szkodliwe dla zdrowia kobiet	493
Profilaktyka lekarska	493
Zabezpieczenie przeciwpożarowe procesów spawalniczych	493
Dokumentowanie prac spawalniczych	496
Transport materiałów niebezpiecznych	500
Klasy materiałów niebezpiecznych	501
Materiały zagrażające środowisku.	507
Wyposażenie i oznakowanie pojazdów przewożących materiały niebezpieczne	507
Oznakowanie pojazdu	508
Warunki dopuszczenia pojazdu do przewozu	513
Osoby uczestniczące w przewozie	514
Nadzór i kontrola	516
Załadunek, rozładunek i manipulowanie ładunkiem	517
Dokumenty wymagane przy przewozie	518
Opakowania materiałów niebezpiecznych	523
Rodzaje opakowań	525
Bezpieczeństwo pracy przy urządzeniach pracujących pod ciśnieniem	527
Kwalifikacje osób wytwarzających, obsługujących, konserwujących i naprawiających urządzenia techniczne	531
Rodzaje urządzeń technicznych, przy obsłudze których wymagane jest posiadanie kwalifikacji	531
Eksploatacja urządzeń ciśnieniowych	531
Kotłownie	539
Stanowisko robocze	541
Prace przy użyciu materiałów niebezpiecznych.	542
Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach z użyciem materiałów niebezpiecznych	542

Znaki i sygnały bezpieczeństwa	546
Definicje	546
Podstawowe zasady stosowania znaków i sygnałów bezpieczeństwa	547
Wymagania dotyczące stosowania znaków bezpieczeństwa	548
Wymagania dotyczące oznaczania przeszkód, niebezpiecznych miejsc i dróg	548
Wymagania dotyczące sygnałów świetlnych	549
Wymagania dotyczące sygnałów dźwiękowych	549
Wymagania dotyczące stosowania komunikatów słownych	550
Wymagania dotyczące stosowania sygnałów ręcznych	551
Niebezpieczne substancje i preparaty chemiczne	553
System REACH	553
Udzielanie zezwoleń	555
Podstawowe wymagania dotyczące zasad klasyfikacji	555
Karta charakterystyki substancji niebezpiecznej lub preparatu niebezpiecznego	557
Sposób sporządzania karty charakterystyki	559
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji i preparatów chemicznych	569
Preparaty niebezpieczne	572
Ocena zagrożeń dla zdrowia człowieka	572
Klasyfikacja preparatów na podstawie zawartości niebezpiecznych składników	572
Metody oceny zagrożeń dla zdrowia człowieka	572
Klasyfikacja na podstawie właściwości fizykochemicznych	573
Klasyfikacja na podstawie toksyczności	574
Klasyfikacja na podstawie analizy skutków specyficznych dla zdrowia człowieka	575
Klasyfikacja na podstawie analizy skutków oddziaływania na środowisko	575
Dodatkowe zwroty wskazujące szczególnie rodzaj zagrożenia dla ludzi lub środowiska stwarzanego przez środki ochrony roślin, ich numery oraz kryteria stosowania	580
Kryteria doboru dodatkowych zwrotów określających warunki bezpiecznego stosowania środków ochrony roślin	588
Oznakowanie opakowań substancji i preparatów niebezpiecznych	591
Wykaz substancji niebezpiecznych	595
Substancje istniejące	597
Inspektor ds. Substancji i Preparatów Chemicznych	597
Ocena ryzyka dla zdrowia ludzi i dla środowiska – stwarzanego przez substancje chemiczne	598
System GHS (Globally Harmonized System)	601
Terminy obowiązywania przepisów GHS	601
Kryteria i sposoby klasyfikacji substancji i mieszanin chemicznych (GHS)	602
Zagrożenia fizyczne	603
Materiały wybuchowe	603
Gazy łatwopalne	604
Wyroby aerozolowe łatwopalne	605
Gazy utleniające	605
Gazy pod ciśnieniem	606
Substancje ciekłe łatwopalne	607
Substancje stałe łatwopalne	607
Substancje i mieszaniny samoreaktywne	608
Substancje ciekłe piroforyczne	610
Substancje stałe piroforyczne	610
Substancje i mieszaniny samonagrzewające się	611
Substancje i mieszaniny, które w zetknięciu z wodą uwalniają gazy łatwopalne	612
Substancje ciekłe utleniające	613
Substancje stałe utleniające	614
Nadtlenki organiczne	615
Substancje powodujące korozję metali	616
Zagrożenia dla zdrowia	617
Toksyczność ostra	617
Działania żrące/drażniące na skórę	619
Poważne uszkodzenie oczu/działanie drażniące na oczy	620

Działanie uczulające na drogi oddechowe lub skórę	621
Działania mutagenne na komórki rozrodcze	622
Rakotwórczość	624
Działanie szkodliwe na rozrodczość	625
Działanie toksyczne na narządy docelowe – narażenie jednorazowe	626
Działanie toksyczne na narządy docelowe – powtarzane narażenie	628
Zagrożenie spowodowane aspiracją	629
Zagrożenia dla środowiska	630
Stwarzające zagrożenie dla środowiska wodnego	630
Oznakowanie opakowań substancji i mieszanin chemicznych	639
Wymiary i wygląd elementów etykiety	640
Szczególne zasady dotyczące oznakowania opakowań zewnętrznych, opakowań wewnętrznych i opakowań jednostkowych	641
Czynniki rakotwórcze i mutagenne	641
Badania i pomiary czynników rakotwórczych	642
Środki zapobiegawcze	642
Szkolenie	643
Opieka lekarska	643
Rejestracja czynników rakotwórczych	644
Informacja o substancjach, preparatach, czynnikach lub procesach technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym	645
Wykaz substancji, preparatów, czynników lub procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym – wyciąg	652
9. MASZyny I INNE URZĄDZENIA TECHNICZNE	
Maszyny i inne urządzenia techniczne	659
Wymagania ogólne	660
Układy sterowania	663
Elementy maszyny	668
Oslony i urządzenia ochronne	669
Zasilanie	671
Czynniki niebezpieczne i szkodliwe	671
Informacje dodatkowe	674
Instrukcje	675
Zasadnicze wymagania w zakresie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia dotyczące niektórych rodzajów maszyn	677
Maszyny przeznaczone do kontaktu z artykułami spożywczymi	677
Maszyny przenośne	678
Procedury oceny zgodności	680
Badanie typu WE	681
Pełne zapewnienie jakości	682
Dokumentacja techniczna maszyny	682
Kategorie maszyn, do których ma zastosowanie jedna z procedur oceny zgodności	684
Podstawowe zagrożenia w trakcie użytkowania maszyn	685
Minimalne wymagania dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy w zakresie użytkowania maszyn przez pracowników podczas pracy	687
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn	687
Minimalne wymagania dotyczące maszyn	690
Elementy sterownicze	690
Uruchomienie i zatrzymanie maszyny	690
Ochrona przed zagrożeniami	691
Konserwacja maszyn	692
Zabezpieczenia maszyn, konstrukcje ochronne maszyn	692
Kontrola maszyn	694
Współdziałanie pracodawcy z pracownikami w celu zapewnienia bezpieczeństwa przy użytkowaniu maszyn	695
Ogólne wymagania bezpieczeństwa dla maszyn i urządzeń	696
Elementy sterownicze maszyn i urządzeń produkcyjnych	701
Siedziska do maszyn i urządzeń produkcyjnych	701
Maszyny i urządzenia do obróbki drewna	702

Wykaz maszyn do obróbki drewna, dla których jest wymagany udział jednostki notyfikowanej w trakcie przeprowadzania procedury oceny zgodności	703
Wymagania ogólne w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	703
Pilarki tarczowe	706
Pilarki taśmowe	710
Strugarki wyrówniarki i grubiarci	713
Frezarki	716
Pilarki ramowe (traki) pionowe	718
Obrabiarki do metali	720
Tokarki	721
Frezarki	723
Wiertarki	724
Narzędzia ręczne o napędzie elektrycznym	726

10. TRANSPORT WEWNĘTRZNY I MAGAZYNOWANIE

Transport wewnątrzzakładowy	731
Podstawowe ogólne zasady bezpieczeństwa przy obsłudze urządzeń transportowych ..	731
Transport ręczny	731
Podstawowe wymogi BHP przy transporcie ręcznym	732
Obowiązki pracodawcy przy organizacji prac transportowych	733
Instrukcja bezpiecznego postępowania przy przemieszczaniu przedmiotów nieporęcznych, niestabilnych itp.	734
Ocena ryzyka przy pracach transportowych	734
Rodzaje transportu ręcznego	735
Urządzenia do podnoszenia ciężarów	735
Zasady bezpieczeństwa przy przemieszczaniu ładunków z użyciem ręcznie napędzanych dźwignic	738
Urządzenia do przenoszenia ciężarów	738
Urządzenia do przewożenia ciężarów	739
Transport jezdniowy mechaniczny	740
Transport mechaniczny	740
Wymagania dotyczące użytkowania maszyn do podnoszenia ładunków	741
Transport kołowy jezdniowy	744
Wózki jezdniowe o napędzie silnikowym	744
Zagrożenia na stanowisku pracy i sposoby ochrony przed zagrożeniami. Sprzęt ochrony osobistej	749
Samochody ciężarowe	750
Transport dźwignicowy	752
Służba eksploatacyjna	753
Rodzaje urządzeń technicznych, przy których obsłudze i konserwacji wymagane jest posiadanie odpowiednich kwalifikacji	754
Konserwacja urządzeń technicznych	757
Żuraw	759
Suwnice	761
Warunki techniczne dozoru technicznego w zakresie eksploatacji urządzeń transportu bliskiego	764
Transport za pomocą przenośników	767
Ogólne wymagania bezpieczeństwa	767
Magazynowanie	775
Wyposażenie magazynu	777
Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracy z urządzeniami magazynowymi	778
Wytyczne dotyczące magazynowania towarów uwzględniające bezpieczeństwo pożarowe ..	780

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.....	856
Wypadki przy pracy powstałe w okresie ubezpieczenia.....	884
Ustalanie okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy.....	884
Wypadki lub choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach.....	889
Wypadki w drodze do pracy i z pracy.....	890
Definicje.....	890
Zawiadomienie o wypadku.....	890
Choroby zawodowe.....	896
Ocena narażenia zawodowego.....	900
Zgłoszenie podejrzenia choroby zawodowej.....	904
Rozpoznanie choroby zawodowej.....	907
Procedura odwoławcza.....	908
Stwierdzenie choroby zawodowej.....	914
Choroby zawodowe powstałe w szczególnych okolicznościach.....	922
Świadczenia z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych.....	922
Wniosek o jednorazowe odszkodowanie.....	923
Przekazanie dokumentacji przez płatnika.....	924
Orzeczenie o uszczerbku na zdrowiu.....	924
Dochodzenie roszczeń uzupełniających na podstawie przepisów prawa cywilnego.....	928
Przedawnienie roszczeń.....	928

Zasady różnicowania stopy procentowej składki na ubezpieczenie wypadkowe z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych w zależności od zagrożeń zawodowych i ich skutków	929
---	-----

13. ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ. ODZIEŻ OCHRONNA.

ODZIEŻ ROBOCZA

Środki ochrony indywidualnej	939
Zasadnicze wymagania dla środków ochrony indywidualnej w zakresie ochrony zdrowia i bezpieczeństwa	940
Ocena zgodności oraz sposób oznakowania środków ochrony indywidualnej	952
Szczegółowe zasady stosowania środków ochrony indywidualnej	954
Odzież i obuwie robocze	955
Pranie odzieży roboczej	957
Środki ochrony indywidualnej	957
Dobór środków ochrony indywidualnej	958
Podział środków ochrony indywidualnej	960
Odzież ochronna	960
Znakowanie	961
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie odzieży ochronnej	962
Środki ochrony kończyn dolnych	963
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony kończyn dolnych	963
Środki ochrony kończyn górnych	964
Znakowanie	964
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony kończyn górnych	965
Środki ochrony głowy	966
Znakowanie	967
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony głowy	967
Środki ochrony twarzy i oczu	969
Znakowanie	971
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony twarzy i oczu	972
Środki ochrony słuchu	972
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony słuchu	973
Środki ochrony układu oddechowego	974
Klasyfikacja sprzętu w zależności od zasady działania	975
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony układu oddechowego	977
Środki izolujące cały organizm	977
Środki ochrony przed upadkiem z wysokości	978
Klasyfikacja środków ochrony przed upadkiem z wysokości	978
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie środków ochrony przed upadkiem z wysokości	978
Dermatologiczne środki ochrony skóry	979
Rodzaje prac, przy których wymagane jest stosowanie dermatologicznych środków ochrony skóry	979

14. ORGANIZACJA I METODY PRACY SŁUŻBY

BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

Organizacja służby BHP	983
Obowiązek tworzenia służby BHP	983
Wymogi kwalifikacyjne dla pracowników służby BHP	984
Zadania służby BHP	985
Okresowe analizy stanu bezpieczeństwa i higieny pracy	987
Inne zadania służby BHP	989
Uprawnienia służby BHP	990

Zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	991
Wstęp	991
Polityka bezpieczeństwa pracy	995
Planowanie działań w zakresie bezpieczeństwa pracy	995
Wdrażanie i funkcjonowanie bezpieczeństwa pracy	996
Struktura organizacyjna, odpowiedzialność i uprawnienia	996
Zapewnienie środków	996
Szkolenie, świadomość, kompetencje i motywacja	996
Przepływ informacji	997
Dokumentacja	997
Zarządzanie ryzykiem zawodowym. Ocena ryzyka zawodowego	998
Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego	999
Identyfikacja zagrożeń	999
Szacowanie ryzyka (estymacja)	1002
Sprawdzanie oraz działania korygujące i zapobiegawcze	1004
Monitorowanie	1005
Audytywanie	1005
Niezgody oraz działania korygujące i zapobiegawcze	1006
Przegląd wykonywany przez kierownictwo i ciągłe doskonalenie	1006
Dane statystyczne w zakresie warunków pracy	1007
Sprawozdanie o warunkach pracy Z-10	1007

15. PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

Ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy	1017
Zranienia	1018
Postępowanie przy zranieniu	1018
Krwotoki	1019
Złamania	1019
Zwichnięcia	1020
Urazy termiczne	1021
Oparzenia	1021
Odmrożenia	1022
Porażenie prądem elektrycznym	1022
Sztuczne oddychanie metodą usta-usta	1022
Pośredni masaż serca	1023
Zatrucia chemiczne	1024

16. DODATEK

Wykaz ważniejszych aktów prawnych	1027
Nadzór nad warunkami pracy	1027
Obiekty budowlane i pomieszczenia pracy	1027
Ochrona przeciwpożarowa	1028
Maszyny i inne urządzenia techniczne	1028
Eksploatacja instalacji i urządzeń elektroenergetycznych	1028
Urządzenia ciśnieniowe	1029
Urządzenia transportowe	1029
Profilaktyczna ochrona zdrowia	1030
Substancje i preparaty chemiczne	1031
Procesy pracy	1032
Atomistyka	1034
Wypadki przy pracy i choroby zawodowe	1034
Szkolenie w zakresie BHP	1035
Służba BHP	1036
System oceny zgodności	1036
Inne	1037
Wykaz ważniejszych norm z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy	1038
Obiekty budowlane i pomieszczenia. Ochrona przeciwpożarowa	1038
Instalacje elektroenergetyczne	1038
Wentylacja. Ogrzewnictwo	1041

Transport	1042
Maszyny, urządzenia i sprzęt budowlany	1046
Ochrona pracowników przed czynnikami szkodliwymi i uciążliwymi	1054
Ochrona przed zagrożeniami wypadkowymi	1057
Sprzęt ochrony indywidualnej	1058
Normalizacja i certyfikacja oraz zarządzanie bezpieczeństwem i higieną pracy	1063
Literatura	1064
Karta zgłoszenia pracodawcy do PIP	1066
Karta zgłoszenia jednostki lokalnej do PIP	1068
Ramowe programy szkolenia w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy	1069
Wykaz rodzajów prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej	1082
Wykaz adresowy Okręgowych Inspektoratów Pracy oraz biur terenowych PIP	1084
Urzędy Dozoru Technicznego	1087
Ogólnopolskie Stowarzyszenie Pracowników Służby Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	1089
Wykaz adresów członków Zarządu Głównego OSPS BHP	1089
Wykaz adresów członków Głównej Komisji Rewizyjnej OSPS BHP	1090
Wykaz adresów członków Sądu Koleżeńkiego OSPS BHP	1090
Wykaz adresów oddziałów i ich prezesów	1091
Inne stowarzyszenia pracowników służby BHP	1093
Wykaz ośrodków toksykologicznych (ostrych zatruc)	1093
Wykaz Wojewódzkich Ośrodków Medycyny Pracy	1094
Wykaz Wojewódzkich Stacji Sanitarно-Epidemiologicznych	1096
Maszyny i urządzenia techniczne stosowane przy robotach ziemnych, budowlanych i drogowych, do obsługi których wymagane jest odbycie szkolenia i uzyskanie pozytywnego wyniku ze sprawdzianu	1097
Grupa I. Maszyny do robót ziemnych	1097
Grupa II. Maszyny do robót drogowych	1097
Grupa III. Maszyny do transportu pionowego	1098
Grupa IV. Maszyny różne i inne urządzenia techniczne	1098
Wykaz notyfikowanych jednostek certyfikujących (wg wykazu UE)	1099

SKOROWIDZ	1107
------------------------	------

WKŁADKA

Znaki bezpieczeństwa	
Ochrona przeciwpożarowa	plansza I
Znaki ewakuacyjne	plansza II
Znaki bezpieczeństwa – Ochrona i higiena pracy	
Znaki ostrzegawcze dla materiałów niebezpiecznych	plansza III
Znaki ostrzegawcze	plansza III
Znaki informacyjne	plansza III
Znaki nakazu	plansza IV
Znaki zakazu	plansza IV
Uzupełnienie znaków ochrony i higieny pracy	plansza IV
Transport materiałów niebezpiecznych	
Nalepki ostrzegawcze	plansza V, VI
Znaki i symbole ostrzegawcze określające kategorie niebezpieczeństwa	plansza VI
GHS (Globally Harmonized System)	plansza VI
Znakowanie butli	
Kodowanie barwne butli gazowych	plansza VII
Znakowanie butli	plansza VII