Załącznik nr 2
do Zarządzenia Nr 27/2021
Dyrektora Domu Pomocy
Społecznej w Lubuczewie
Z dnia 28 grudnia 2021

PROCEDURA POSTĘPOWANIA
PRZENOSZENIE OSÓB

Opiekunowie, rehabilitanci, pielęgniarki, którzy wykonują przede wszystkim świadczenia pielęgnacyjne, lecznicze, opiekuńcze, narażeni są na wiele różnych niebezpieczeństw i zagrożeń. Dlatego w odniesieniu do tej grupy zawodowej ważne jest przestrzeganie ustalonych zasad bezpieczeństwa pracy – zarówno w stosunku do Mieszkańca, jak i samego siebie. Czynniki środowiska pracy związane z wykonywanym zawodem oraz ich możliwe skutki dla zdrowia zostały określone w Międzynarodowej Karcie Charakterystyki Zagrożeń Zawodowych. Karta ta dostępna jest na stronie Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego.

1. Czynniki środowiska pracy związane z wykonywanym zawodem oraz ich negatywne skutki dla zdrowia

Wyżej wymieniona Karta wymienia czynniki, które mogą wywoływać wypadki. Są to m.in. śliskie nawierzchnie, igły i ostre narzędzia, prąd elektryczny, gorące urządzenia substancje chemiczne oraz podnoszenie ciężarów. To ostatnie może wywołać nagłe wystąpienie zespołu bólowego pleców. Czynniki chemiczne i pyły, które mogą skutkować uczuleniami, zatruciami, a nawet zapaleniami skóry i śluzówek. Następnie czynniki biologiczne w postaci mikroorganizmów chorobotwórczych w tym wirus HIV i wirusy zapalenia wątroby typu B i C, wirus SARS-CoV2.

Niebezpieczeństwo w pracy mogą wywołać również czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy. Zalicza się do nich m.in. praca w wymuszonej pozycji ciała, z osobami ciężko poszkodowanymi, praca zmianowa, nocna, w godzinach nadliczbowych. Pracownicy często narażeni są na agresję ze strony Mieszkańców DPS.

2. Zagrożenia związane z pracą w wymuszonej pozycji

Choroby z grupy MSD, czyli choroby układu mięśniowo-szkieletowego (Muscle Skeleton Disorder) są jedną z najczęstszych schorzeń występujących w pracy pielęgniarek i opiekunów. Praca w pozycji stojącej, długotrwałe wykonywanie pracy w pozycji siedzącej, jak i przyjmowanie wymuszonej pozycji ciała po dłuższym okresie aktywności zawodowej mogą powodować choroby układu mięśniowo-szkieletowego. Są to w szczególności choroby zwyrodnieniowe kręgosłupa, obręczy barkowej i nadgarstków.

3. Normy ręcznego przenoszenia

Masa przedmiotów podnoszonych i przenoszonych przez jednego pracownika nie może przekraczać:

1) dla kobiet – 12 kg przy pracy stałej oraz 20 kg przy pracy dorywczej,

2) dla mężczyzn – 30 kg przy pracy stałej oraz 50 kg przy pracy dorywczej.

4. Zasady prawidłowego podnoszenia ciężaru

- unikamy dużej częstotliwości podnoszenia (duże tempo),
- staramy się utrzymać ciężar w rękach jak najkrócej,
- podczas podnoszenia minimalizujemy ruchy tułowia (pochylenie, skłony, skręcenia),
- unikamy podnoszenia obiektów z przemieszczającym się środkiem ciężkości.

Ciężkie przedmioty podnosimy z podłoża z przysiadu, plecy powinny pozostać proste, pracujemy na zgiętych kolanach, a czynność wykonujemy powoli.

Aby zapobiegać schorzeniom, a także zmniejszyć codzienne zmęczenie po pracy wykonując takie czynności jak podnoszenie, przenoszenie, transport Mieszkańca na badania, pielęgnacji, karmieniu i toalecie należy:

- dbać, aby sprzęt i meble w pomieszczeniach pracy zapewniały swobodny dostęp do stanowisk,
- stosować sprzęt pomocniczy przeznaczony do danej czynności: stoliki zabiegowe, wózki funkcyjne, podnośniki, pionizatory, rolki, maty ślizgowe, itp.,
- ograniczać lub eliminować konieczność podnoszenia Mieszkańców leżących,
- jeżeli Mieszkaniec korzysta z łóżka specjalistycznego wykorzystać jego możliwości i dostosować wysokość do swojego wzrostu,
- podnoszenie ciężkich przedmiotów z podłoża powinno odbywać się na zgiętych nogach,
- nie podnosić niczego z podłoża mając nogi wyprostowane i zgięte plecy. Ciężar, który się przenosi rozkładać równomiernie na obie strony ciała,

- pamiętać o wykorzystaniu całej powierzchni siedziska, podparciu okolicy lędźwiowej kręgosłupa i przedramion na podłokietnikach,
- unikać skrętów tułowia i utrzymywania przez dłuższy czas nieruchomej pozycji ciała,
- nosić wygodne obuwie na grubej antypoślizgowej podeszwie,
- regularnie korzystać z przerw na odpoczynek, podczas których można wykonać kilka prostych ćwiczeń rozciągających i rozluźniających.

SPECJALISTA D/S BHP
mgr Ewa Boryła

DYREKTOR
Domu Pomocy Społecznej
w Lubuczewie
mgr Monika Bill

Marta Felskowska