

Załącznik nr 1  
do Zarządzenia Nr 12/2022  
Dyrektora Domu Pomocy  
Społecznej w Lubuczewie  
z dnia 20 maja 2022 r.

**PROCEDURA POSTĘPOWANIA  
PRZENOSZENIE OSÓB**

Opiekunowie, rehabilitanci, pielęgniarki, którzy wykonują przede wszystkim świadczenia pielęgnacyjne, 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 powodować 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 mogą skutkować uczuleniami, zatruciami, a nawet zapaleniami skóry i śluzówek. Czynniki biologiczne w postaci mikroorganizmów chorobotwórczych t m.in. 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.

### **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 mogą powodować choroby układu mięśniowo-szkieletowego po dłuższym okresie aktywności zawodowej. 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

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

Ciężkie przedmioty podnosi się z podłoża z przysiadu. Plecy powinny pozostać proste, należy pracować na zgiętych kolanach, a czynność wykonywać powoli.

Aby zapobiegać schorzeniom, a także zmniejszyć codzienne zmęczenie po pracy związanej z takimi czynnościami, 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 tj.: 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.

## **5. Sprzęt pomocniczy wykorzystywany podczas pracy opiekunów, pielęgniarek, fizjoterapeutów**

Dom jest dostosowany dla osób z niepełnosprawnościami, w tym poruszającymi się na wózkach inwalidzkich. Do budynku można się dostać dzięki podjazdom, które są przystosowane także do transportu osób na noszach. Obiekt jest trzykondygnacyjny, wyposażony w windę osobową oraz platformę schodową. Budynek pozbawiony jest barier architektonicznych. W ciągach komunikacyjnych, łazienkach, łazienkach, jadalni zamontowane są uchwyty dla osób niepełnosprawnych.

Podczas czynności pielęgnacyjnych pracownicy wykorzystują między innymi:

- podnośniki sufitowe (do podnoszenia i opuszczania Mieszkańca),
- wózki kąpielowe,
- wanny z drzwiczkami ułatwiającymi wchodzenie i wychodzenie,
- łóżka kąpielowe,
- łóżka rehabilitacyjne sterowane elektrycznie, ułatwiające dostosowanie wysokości łóżka i kąta podparcia.

W sytuacjach nietypowych (np. przejazd Mieszkańca do miejsca zamieszkania) Dom może zlecić transport osoby poruszającej się na wózku inwalidzkim firmie zewnętrznej, świadczącej usługi przewozu osób niepełnosprawnych.

**DYREKTOR**  
Domu Pomocy Społecznej  
w Lubczewie  
*mgr Monika Bill*