NN 73/2021 (30.6.2021.), Pravilnik o zaštiti na radu radnika izloženih statodinamičkim, psihofiziološkim i drugim naporima na radu

MINISTARSTVO ZDRAVSTVA

1375

Na temelju članka 17. stavka 7. Zakona o zaštiti na radu (»Narodne novine«, br. 71/14, 118/14, 94/18 i 96/18) i članka 38. stavka 3. Zakona o sustavu državne uprave (»Narodne novine«, broj 66/19) uz suglasnost ministra rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike, te uz prethodnu suglasnost ministra vanjskih i europskih poslova, ministar zdravstva donosi

PRAVILNIK

O ZAŠTITI NA RADU RADNIKA IZLOŽENIH STATODINAMIČKIM, PSIHOFIZIOLOŠKIM I DRUGIM NAPORIMA NA RADU

I. OPĆE ODREDBE

Članak 1.

Ovim Pravilnikom se propisuju mjere, pravila, postupci i aktivnosti zaštite na radu radnika koji su izloženi statodinamičkim, psihofiziološkim i drugim naporima.

Članak 2.

Ovim Pravilnikom u hrvatsko zakonodavstvo preuzimaju se sljedeće direktive:

– Direktiva Vijeća 1990/269/EEZ od 29. svibnja 1990. o minimumu zdravstvenih i sigurnosnih uvjeta pri ručnom prenošenju tereta u slučajevima kad postoji opasnost osobito od ozljeda leđa radnika (četvrta pojedinačna direktiva u smislu članka 16. stavka 1. Direktive 89/391/EEZ) (SL L 156, 21. 6. 1990.)

– Direktiva Vijeća 1990/270/EEZ od 29. svibnja 1990. o minimalnim zahtjevima u pogledu sigurnosti i zaštite zdravlja pri radu sa zaslonima (peta pojedinačna direktiva u smislu članka 16. stavka 1. Direktive 89/391/EEZ) (SL L 156, 21. 6. 1990.).

Članak 3.

Pojedini pojmovi u smislu ovoga Pravilnika imaju sljedeće značenje:

– *statodinamički napori* su opterećenja pri kojima su radnici izloženi riziku razvoja bolesti sustava za kretanje. Statodinamički napori obuhvaćaju statičke i dinamičke napore, a pojavljuju se pri ručnom rukovanju teretima, obavljanju ponavljajućih zadataka i statičkom naporu

– *statički napori* su opterećenja kojima su radnici izloženi zbog rada u ergonomski neodgovarajućem položaju tijela i zbog dugotrajnog zadržavanja tijela u istom položaju

– *dinamički napori* su opterećenja kojima su radnici izloženi zbog ručnog rukovanja teretima i pri ponavljajućim radnim zadacima

– *ručno rukovanje teretima* jest fizički rad koji uključuje dizanje, spuštanje, guranje, povlačenje, prenošenje, pomicanje, podupiranje ili držanje tereta ljudskom snagom, odnosno snagom ruku ili tijela

– *ponavljajući zadaci (radni zadaci koji se često ponavljaju)* su oni zadaci pri kojima se određeni radni zadatak više puta ponavlja i uključuju učestale ponavljajuće pokrete pojedinih dijelova sustava za kretanje, prvenstveno ruku

– *ergonomski neodgovarajući položaj tijela* je neprirodan i prisilan položaj tijela, koji se pojavljuje pri radu, npr. u čučećem, klečećem, izvijenom ili sagnutom položaju tijela

– *dugotrajno zadržavanje istog položaja tijela* je zadržavanje tijela ili dijela tijela u istom položaju kroz duže vrijeme i bez odmora, kao npr. dugotrajno sjedenje ili stajanje

– *psihofiziološki napori* su opterećenja koja se pojavljuju uslijed izloženosti psihosocijalnim rizicima na mjestu rada

– *stres na radu* su zdravstvene i psihičke promjene koje su posljedica akumulirajućeg utjecaja stresora na radu kroz dulje vrijeme, a očituju se kao fiziološke, emocionalne i kognitivne reakcije te kao promjene ponašanja radnika

– *drugi napori* obuhvaćaju napor pri radu s računalom, napor vida i govora te napor pri uporabi osobne zaštitne opreme

– *napori pri radu s računalom* obuhvaćaju statički napor zbog dugotrajnog sjedenja, dinamički napor zbog ponavljajućih pokreta, napor vida zbog dugotrajnog rada sa zaslonom i psihofiziološki napor u slučaju povećanih organizacijskih zahtjeva posla

– *zaslon* je svaki računalni alfanumerički ili grafički zaslon bez obzira na način prikazivanja

– *mjesto rada s računalnom i drugom opremom* obuhvaća: računalo sa zaslonom, tipkovnicu ili napravu za unošenje i programsku opremu, koja predstavlja vezu između uređaja i radnika; dodatnu opremu; vanjske jedinice za pohranu podataka, telefon, modem, pisač itd.; držač za predloške; radni stolac; radni stol ili radnu površinu; okruženje koje ima neposredni utjecaj na mjesto rada i radne zadatke radnika

– *radnik na računalu* je osoba koja pri obavljanju poslova koristi računalo sa zaslonom ukupno četiri ili više sati tijekom radnog dana

– *napor vida* je opterećenje osjetila vida kojem su radnici izloženi zbog dugotrajnog pažljivog i usredotočenog gledanja u predmet ili sredstvo rada, kao npr. pri radu sa zaslonom, mikroskopom, ururarskim poslovima, nekim poslovima kontrole kvalitete i sl.

– *napor govora* je opterećenje govornog aparata kojem su radnici izloženi zbog glasnog i jasnog govora veći dio radnog vremena, kao što su npr. odgajatelji, prosvjetni radnici, glumci, spikeri, pjevači i sl.

Članak 4.

Izrazi koji se koriste u ovome Pravilniku, a imaju rodno značenje, odnose se jednako na muški i ženski rod.

II. STATODINAMIČKI NAPORI

Članak 5.

(1) Kako bi izbjegao ručno rukovanje teretima, poslodavac je obvezan koristiti odgovarajuću radnu opremu, sredstva za prijenos i prijevoz tereta.

(2) Poslodavac je obvezan, kad god je to moguće, posao organizirati na takav način da se izbjegnu ponavljajući zadaci i statički napor.

Članak 6.

(1) U slučajevima kada se ne može izbjeći ručno rukovanje teretima, poslodavac je obvezan radnicima osigurati odgovarajuća tehnička pomagala i poduzeti odgovarajuće organizacijske mjere kako bi se smanjio rizik od oštećenja sustava za kretanje.

(2) U slučajevima kada se ne može izbjeći ručno rukovanje teretima, ponavljajući zadaci ili statički napor, poslodavac je obvezan:

– procijeniti rizike za sigurnost i zdravlje radnika

– poduzeti mjere kako bi se izbjegao ili smanjio rizik od oštećenja sustava za kretanje.

Članak 7.

(1) Poslodavac je obvezan u sklopu procjene rizika procijeniti i rizike pri ručnom rukovanju teretima, obavljanju ponavljajućih zadataka i statičkom naporu.

(2) Čimbenici koje treba uzeti u obzir pri procjenjivanju rizika za sigurnost i zdravlje radnika pri ručnom rukovanju teretima su:

– osobine tereta: pretežak ili prevelik teret, nespretan ili teret težak za obuhvatiti, nestabilan teret ili teret čiji se sadržaj može lako pomaknuti, teret koji zahtijeva da se njime rukuje na određenoj udaljenosti od tijela ili koji zahtijeva savijanje ili iskrivljenje tijela, teret kod čijeg rukovanja postoji vjerojatnost ozljede radnika, pogotovo u slučaju sudara

– fizički napor potreban za rukovanje teretom: prenaporan rad, rad koji zahtijeva često okretanje tijela ili se izvodi u nestabilnom položaju tijela, rad pri kojem postoji vjerojatnost naglog pomicanja tereta

– osobine radnog okoliša: nema dovoljno prostora za obavljanje posla, nemogućnost rukovanja teretom na sigurnoj visini ili uz primjereni položaj tijela radnika, neravan pod, opasnost od spoticanja ili pokliznuća, razlike u visini poda ili radne površine zbog čega se teret mora premještati s različitih visina, nestabilna uporišta za noge, neprimjerena temperatura, vlaga ili ventilacija i prenošenje tereta stepenicama ili ljestvama

– zahtjevi posla: suviše čest ili suviše dug fizički napor, nedovoljan odmor ili vrijeme za oporavak, prevelike udaljenosti kod podizanja, spuštanja ili prenošenja tereta, brzina rada određena postupkom na koju radnik ne može utjecati.

(3) Čimbenici koje treba uzeti u obzir pri procjenjivanju rizika za sigurnost i zdravlje radnika pri obavljanju ponavljajućih zadataka su:

– trajanje opterećenja: broj zadataka s ponavljajućim radnim operacijama u radnoj smjeni, trajanje pojedinog zadatka, ukupan broj pokreta

– uporaba fizičke snage tijekom obavljanja radne operacije: intenzitet snage koju zahtijeva zadatak, mišićni napor pojedinog dijela tijela ili tijela u cijelosti

– položaj tijela ili dijela tijela koji je aktivan (dinamički opterećen) pri obavljanju ponavljajućih zadataka ili koji je opterećen dužim zadržavanjem u ergonomski neodgovarajućem položaju: ergonomski neprihvatljiv položaj, trajanje zadržavanja položaja.

(4) Čimbenici koje treba uzeti u obzir pri procjenjivanju rizika za sigurnost i zdravlje radnika kod izloženosti statičkom naporu su:

– trajanje opterećenja: vrijeme u kojem je tijelo ili dio tijela statički opterećen održavanjem ergonomski neodgovarajućeg položaja tijekom obavljanja radnog zadatka

– uporaba fizičke snage kada je tijelo u ergonomski neodgovarajućem položaju – položaj tijela ili dijela tijela koji je opterećen zadržavanjem u ergonomski neodgovarajućem položaju pri obavljanju zadataka.

(5) Pri procjenjivanju rizika kod statodinamičkih napora treba uzeti u obzir mogućnost smanjenja štetnog utjecaja pomoću organizacijskih mjera.

(6) Pri procjenjivanju rizika kod statodinamičkih napora treba uzeti u obzir i pojedinačne rizične čimbenike:

– fizički nedostatak zbog kojeg radnik ne može obaviti određeni zadatak

– nošenje neprikladne odjeće, obuće ili drugih neprikladnih osobnih stvari

– nedostatak prikladnog ili dostatnog znanja ili osposobljenosti.

Članak 8.

(1) Stupanj opterećenosti i procjena rizika za sigurnost i zdravlje radnika pri ručnom rukovanju teretima izračunava se uzimanjem u obzir čimbenika iz članka 7. ovoga Pravilnika na način utvrđen u Prilogu I. i Prilogu II. koji se nalaze u prilogu ovoga Pravilnika i čine njegov sastavni dio.

(2) Ako su pri ručnom rukovanju teretom prekoračene vrijednosti utvrđene u Prilogu I. ovoga Pravilnika, nužno je provesti detaljniju procjenu sukladno metodi iz Priloga II. ovoga Pravilnika.

(3) Ako teret koji se prenosi nije teži od pet kilograma, a zadatak se često ponavlja, za procjenu rizika koristi se metoda iz Priloga III. koji se nalazi u prilogu ovoga Pravilnika i čini njegov sastavni dio.

(4) Razina rizika zbog statičkog napora procjenjuje se s obzirom na trajanje napora i mogućnost smanjenja njegovog štetnog utjecaja pomoću organizacijskih mjera.

Članak 9.

(1) Pri određivanju radnih zadaća za ručno rukovanje teretima, poslodavac je obvezan uzeti u obzir radnikovu tjelesnu građu, izdržljivost, dob i spol.

(2) Poslodavac je obvezan organizirati mjesta rada i poslove gdje se ručno rukuje teretima tako da vrijednost opterećenja radnika izračunata primjenom metode iz Priloga II. ovoga Pravilnika nije veća od 50 bodova.

(3) Ako je vrijednost iz stavka 2. ovoga članka prekoračena, nužno je ponovno provjeriti vrijednosti pojedinih čimbenika te smanjiti one koji nose najviše bodova, a moguće je na njih utjecati organizacijskim i drugim mjerama.

(4) Iznimno, radnici mogu obavljati poslove za koje su primjenom metode iz Priloga II. ovoga Pravilnika utvrđene vrijednosti veće od 50 bodova, kad je hitno potrebno prenošenje ljudi u prostorima gdje ugradnja mehaničkih pomagala nije moguća zbog specifičnih zahtjeva, i kad nije moguć istovremeni rad dovoljnog broja radnika.

(5) Ako je stupanj opterećenosti izračunat primjenom metode iz Priloga II. ovoga Pravilnika veći od 25 bodova, a drugim mjerama nije moguće smanjiti rizik, poslodavac je obvezan osigurati radnicima na svakih 55 minuta neprekidnog rada najmanje 5 minuta odmora.

(6) Za vrijeme odmora radnik je obvezan napustiti svoje mjesto rada, odmarati se u primjerenom položaju ili obavljati vježbe rasterećivanja opterećenih skupina mišića.

(7) Način provedbe odmora i vježbi iz stavka 6. ovoga članka mora biti primjeren stručnim doktrinama sukladno preporukama specijaliste medicine rada/medicine rada i sporta.

(8) Poslovi pri kojima je stupanj opterećenosti izračunat primjenom metode iz Priloga II. ovoga Pravilnika veći od 40 bodova, a provode se svakodnevno ili većinu radnih dana, smatraju se poslovima s posebnim uvjetima rada.

Članak 10.

(1) Poslodavac je obvezan organizirati mjesta rada i poslove gdje postoje ponavljajući zadaci tako da vrijednost opterećenja radnika izračunata primjenom metode iz Priloga III. ovoga Pravilnika nije veća 65 bodova.

(2) Ako je vrijednost iz stavka 1. ovoga članka prekoračena, nužno je ponovno provjeriti vrijednosti pojedinih čimbenika te smanjiti one koji nose najviše bodova, a moguće je na njih utjecati organizacijskim i drugim mjerama.

(3) Ako je stupanj opterećenosti izračunat na način iz Priloga III. ovoga Pravilnika veći od 44 boda, a nije moguće drugim mjerama smanjiti rizik, poslodavac je obvezan osigurati radnicima na svakih 55 minuta neprekidnog rada najmanje pet minuta odmora.

(4) Za vrijeme odmora radnik je obvezan napustiti svoje mjesto rada, odmarati se u primjerenom položaju ili obavljati vježbe rasterećivanja opterećenih skupina mišića.

(5) Način provedbe odmora i vježbi iz stavka 4. ovoga članka mora biti primjeren stručnim doktrinama sukladno preporukama specijaliste medicine rada/medicine rada i sporta.

(6) Ako je stupanj opterećenosti izračunat na način iz Priloga III. ovoga Pravilnika veći od 60 bodova, a provode se svakodnevno ili većinu radnih dana, smatraju se poslovima s posebnim uvjetima rada.

Članak 11.

(1) Za prevenciju štetnog utjecaja statičkog napora potrebno je osigurati radnicima na svakih 55 minuta neprekidnog rada najmanje pet minuta odmora.

(2) Za vrijeme odmora radnik je obvezan napustiti svoje mjesto rada, odmarati se u primjerenom položaju ili obavljati vježbe rasterećivanja opterećenih skupina mišića.

(3) Način provedbe odmora i vježbi iz stavka 2. ovoga članka mora biti primjeren stručnim doktrinama sukladno preporukama specijaliste medicine rada/medicine rada i sporta.

Članak 12.

(1) Poslodavac je obvezan radnike koji ručno rukuju teretima, obavljaju ponavljajuće zadatke ili su izloženi statičkim naporima:

– upoznati sa svim čimbenicima koji utječu na razinu rizika za sigurnost i zdravlje

– upoznati s utvrđenom razinom rizika za zdravlje i poduzetim mjerama za smanjenje rizika

– osposobiti radnika za rad na siguran način pri poslovima rukovanja teretima, prilikom obavljanja ponavljajućih zadataka ili izloženosti statičkim naporima

– upoznati s težinom tereta

– upoznati s težištem najteže strane kad je paket utovaren na neuobičajen način.

(2) Poslodavac je obvezan putem nadležnog specijaliste medicine rada/medicine rada i sporta osigurati:

– obavješćivanje radnika o rizicima za zdravlje pri statodinamičkim naporima, važnosti pravilnog rukovanja teretima, provođenja vježbi i korištenja odmora

– izradu programa vježbi za rasterećivanje opterećenih skupina mišića.

III. PSIHOFIZIOLOŠKI NAPORI

Članak 13.

(1) Poslodavac je obvezan u sklopu procjene rizika, procijeniti i psihosocijalne rizike.

(2) Prilikom procjene psihosocijalnih rizika potrebno je uzeti u obzir rizike iz Priloga V. ovoga Pravilnika koji se nalazi u prilogu ovoga Pravilnika i čini njegov sastavni dio, prilagođene iz *Okvirnog sporazuma koji se odnosi na stres prouzročen na mjestu rada.*

(3) Kada se procjenom rizika utvrdi da je pojedini psihosocijalni rizik procijenjen velikim psihosocijalnim rizikom, u izradi i provođenju mjera prevencije sudjeluju specijalisti medicine rada/medicine rada i sporta, i po potrebi psiholozi kada to odredi specijalist medicine rada/medicine rada i sporta.

(4) Specijalisti medicine rada/medicine rada i sporta i psiholozi sudjeluju u edukaciji radnika o prevenciji psihosocijalnih rizika u skladu s propisima kojima je uređen način provođenja specifične zdravstvene zaštite radnika.

(5) Specijalist medicine rada/medicine rada i sporta je obvezan poduzeti odgovarajuće preventivne mjere kada primijeti da radnik pokazuje znakove i simptome bolesti koje mogu biti uzrokovane psihosocijalnim rizicima na mjestu rada.

Članak 14.

(1) Radnik je obvezan postupati sukladno uputama poslodavca za sprječavanje, uklanjanje ili smanjivanje razine psihosocijalnih rizika i posljedičnog stresa na radu ili u vezi s radom.

(2) Radnici i njihovi predstavnici obvezni su surađivati s poslodavcem radi sprječavanja, uklanjanja ili smanjivanja razine psihosocijalnih rizika i stresa na radu ili u vezi s radom.

IV. NAPORI PRI RADU S RAČUNALOM

Članak 15.

Odredbe članaka 16., 17., 18. i 19. ovoga Pravilnika o naporu pri radu s računalom ne primjenjuju se na:

– vozačke kabine i kabine iz kojih se upravlja vozilima ili strojevima

– računalne sustave u prijevoznim sredstvima

– računalne sustave koji su namijenjeni javnoj uporabi

– prijenosna računala koja nisu predviđena za stalni rad na mjestu rada

– računske strojeve, blagajne i opremu s malim zaslonom, koji prikazuju podatke ili rezultate mjerenja i koji su pomoćno sredstvo za određene radne operacije

– pisaće strojeve tradicionalnog dizajna s malim zaslonom.

Članak 16.

(1) Poslodavac je obavezan procjenjivati razinu rizika za sve poslove koji se obavljaju s računalnom i drugom opremom, uzimajući u obzir rizik od narušavanja zdravlja radnika zbog vidnog, statodinamičkog i psihofiziološkog napora u skladu s Pravilnikom o izradi procjene rizika.

(2) Poslodavac nema obvezu dokumentiranja procjene rizika za poslove iz stavka 1. ovoga članka koje radnik povremeno obavlja na izdvojenom mjestu rada, za koje je u skladu s odredbama Pravilnika o izradi procjene rizika prethodno procijenjen i dokumentiran mali rizik i koje radnik redovito obavlja u prostoru poslodavca.

(3) Poslodavac je obavezan osigurati da su ispunjeni minimalni zahtjev iz Priloga IV. koji se nalazi u prilogu ovoga Pravilnika i čini njegov sastavni dio.

Članak 17.

(1) Kako bi se smanjilo opterećenje pri radu sa zaslonom, poslodavac je obvezan planirati aktivnosti radnika na takav način da se rad sa zaslonom periodički izmjenjuje s drugim aktivnostima.

(2) Ako ne postoji mogućnost promjene aktivnosti radnika, odnosno radnik nema spontanih prekida tijekom rada, poslodavac mu je, ovisno o težini radnih zadataka i posljedičnog vidnog i statodinamičnog napora, tijekom svakog sata rada mora osigurati odmore u trajanju od najmanje pet minuta i organizirati vježbe rasterećenja.

(3) Način provedbe odmora i vježbi iz stavka 2. ovoga članka mora biti primjeren stručnim doktrinama sukladno preporukama specijalista medicine rada/medicine rada i sporta.

Članak 18.

(1) Poslodavac je obvezan kroz osposobljavanje radnika za rad na siguran način upoznati radnike sa svim okolnostima i zahtjevima u pogledu sigurnosti i zaštite zdravlja pri radu s računalom.

(2) Poslodavac je obvezan radnicima ili njihovim predstavnicima osigurati sve potrebne informacije o sigurnosti i zdravlju pri radu s računalom, uključujući i važnost promjene aktivnosti odnosno korištenja odmora tijekom radnog vremena.

(3) Poslodavac je obvezan putem nadležnog specijaliste medicine rada/medicine rada i sporta osigurati:

– obavješćivanje radnika o rizicima za zdravlje pri radu s računalom, važnosti provođenja vježbi i korištenja odmora

– izradu programa vježbi za rasterećivanje opterećenih skupina mišića.

Članak 19.

(1) Poslodavac je obvezan osigurati pregled vida radnika kod specijaliste medicine rada/ medicine rada i sporta:

– prije početka zapošljavanja na poslovima koji se obavljaju s računalom

– svakih pet godina do 45. godine života i svake tri godine nakon 45. godine života radnika

– na zahtjev radnika, zbog tegoba koje bi mogle biti posljedica rada s računalom, odnosno sa zaslonom.

(2) Radnici imaju pravo na pregled vida kod specijaliste oftalmologije/oftalmologije i optometrije ako se pri pregledu iz stavka 1. ovoga članka utvrdi da je specijalistički pregled potreban.

(3) Potrebna financijska sredstva za provedbu mjera iz ovoga članka ne smiju ići na teret radnika.