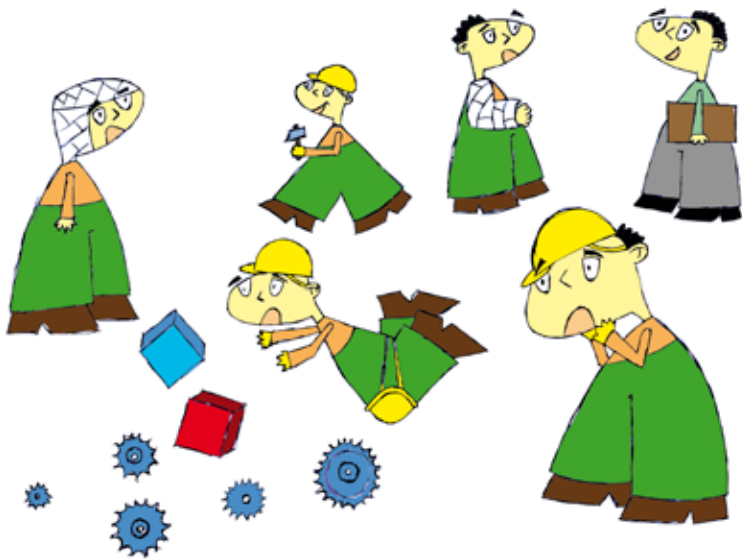




**OCENA RYZYKA  
ZAWODOWEGO  
W PIĘCIU KROKACH**





# Ocena ryzyka zawodowego może być prosta – wystarczy tylko pięć kroków, by wykonać ją właściwie!

## Co to jest ryzyko zawodowe?

Mówiąc najprościej, ryzyko zawodowe oznacza prawdopodobieństwo, z jakim ktoś może zostać poszkodowany w związku z istniejącym zagrożeniem. Przedstawiona tabelka może pomóc w określeniu, czy ryzyko jest małe, średnie, czy też duże.

W zależności od wielkości prawdopodobieństwa i stopnia utraty zdrowia przez osobę poszkodowaną ryzyko zawodowe może być:

**małe lub średnie** – takie ryzyko można uznać za **dopuszczalne**  
**duże** – takie ryzyko jest **niedopuszczalne**.

Przedstawiona tabelka może pomóc w określeniu, czy ryzyko jest małe, średnie, czy też duże

	Ciężkość następstw		
Prawdopodobieństwo	małe	średnie	duże
Małe prawdopodobne	małe	małe	średnie
Prawdopodobne	małe	średnie	duże
Wysoce prawdopodobne	średnie	duże	duże

Źródło: PN-N-18002:2000 „Systemy zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy. Ogólne wytyczne do oceny ryzyka zawodowego”

- **Mało prawdopodobne** następstwa zagrożeń to takie, które nie powinny wystąpić podczas całego okresu aktywności zawodowej pracownika.
- **Prawdopodobne** następstwa zagrożeń to takie, które mogą wystąpić nie częściej niż kilkakrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.
- **Wysoce prawdopodobne** następstwa zagrożeń to takie, które mogą wystąpić wielokrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.
- Ciężkość następstw jest **mała**, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby nie powodują długotrwałych dolegliwości i absencji w pracy (np. bóle głowy, niewielkie stłuczenia i zranienia, podrażnienia oczu itp.)
- Ciężkość następstw jest **średnia**, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby powodują niewielkie, ale długotrwałe lub nawracające okresowo dolegliwości i są związane z krótkimi okresami absencji (np. zranienia, alergie skórne, nieskomplikowane złamania itp.)
- Ciężkość następstw jest **duża**, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby powodują ciężkie i stałe dolegliwości i/lub śmierć (np. oparzenia III stopnia, amputacje, zawodowe uszkodzenie słuchu itp.)

## Co to jest ocena ryzyka zawodowego?

Ocena ryzyka zawodowego nie jest niczym innym jak:

- uważnym przyjrzeniem się wykonywanej pracy oraz miejscu, w którym jest ona wykonywana i ustaleniem, jakie czynniki (np. substancje chemiczne, hałas, nieprawidłowe oświetlenie) mogą mieć niekorzystny wpływ na zdrowie pracowników
- stwierdzeniem, czy ryzyko związane z oddziaływaniem tych czynników jest:
- **dopuszczalne** – jest tak wówczas, jeżeli zastosowano wystarczające środki chroniące pracowników przed oddziaływaniem tych czynników,
- **niedopuszczalne** – należy wówczas podjąć dalsze działania i zastosować dodatkowe środki ochrony.

## Kto powinien oceniać ryzyko zawodowe?

Zgodnie z prawem ocena ryzyka zawodowego jest obowiązkowa.

Jeżeli przedsiębiorstwo jest małe i pracodawca dobrze zna wykonywaną tam pracę, może ocenić ryzyko sam. W większym przedsiębiorstwie ocenę ryzyka zawodowego mogą przeprowadzić kompetentni pracownicy, najlepiej wraz ze specjalistą ds. BHP. Można również poprosić o pomoc zewnętrznych ekspertów, ale trzeba pamiętać, że **zawsze pracodawca jest odpowiedzialny za to, czy ocena ryzyka zawodowego została przeprowadzona właściwie.**



## Jak oceniać ryzyko zawodowe na stanowiskach pracy?

Ocenę ryzyka zaleca się przeprowadzić w możliwie najprostszy sposób.

W wielu przedsiębiorstwach (np. handlowych, usługowych oraz w małych przedsiębiorstwach produkcyjnych) zagrożeń jest niewiele i są one łatwe do zidentyfikowania.

Ich identyfikacja i ocena związanego z nimi ryzyka zawodowego powinny opierać się na zasadach zdrowego rozsądku.



## Ocenę ryzyka zawodowego można przeprowadzić w pięciu następujących krokach:

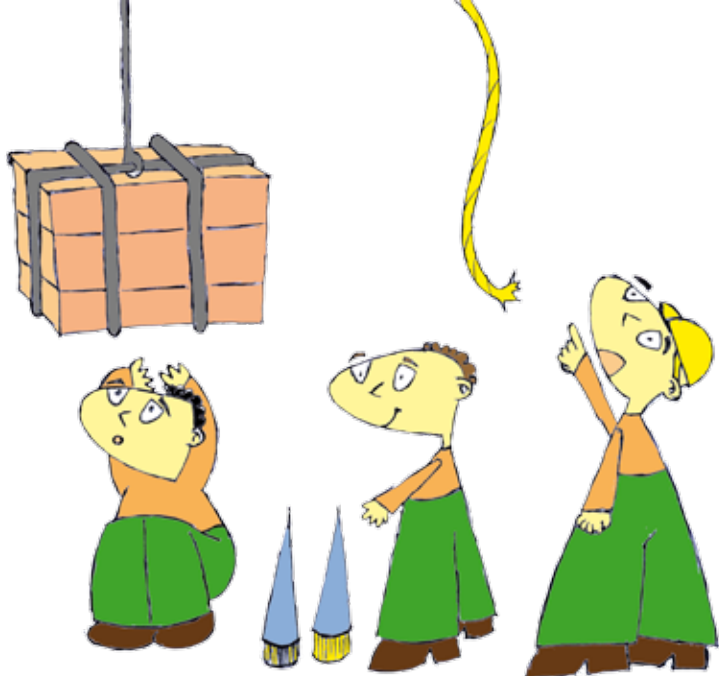
**Krok 1:** Zidentyfikuj zagrożenia.

**Krok 2:** Ustal, kto może ulec wypadkowi lub zachorować.

**Krok 3:** Oszacuj ryzyko zawodowe wynikające z zagrożeń i oceń, czy zastosowane środki ochrony są właściwe oraz czy należy podjąć jeszcze jakieś działania w celu dalszego ograniczenia tego ryzyka.

**Krok 4:** Udokumentuj wyniki.

**Krok 5:** Okresowo dokonuj przeglądu oceny ryzyka zawodowego i weryfikuj ją, jeśli zaistnieje taka konieczność.



## Krok 2

### Ustal, kto mógłby ulec wypadkowi lub zachorować

Pamiętaj, że ocena ryzyka zawodowego dotyczy wszystkich pracowników.

Podczas jej przeprowadzania zwróć szczególną uwagę na tych pracowników, dla których następstwa występujących zagrożeń mogą być szczególnie ciężkie, np. na kobiety w ciąży, młodocianych lub osoby niepełnosprawne.

Nie zapomnij o tych, których stanowiska pracy nie mają stałej lokalizacji (np. sprzątaczkę, pracownicy utrzymania ruchu).

Pomyśl również o ludziach, którzy odwiedzają firmę, i podwykonawcach, a także o osobach postronnych, jeżeli mogą być one zagrożone.



## Krok 1

### Zidentyfikuj zagrożenia

Jeżeli sam dokonujesz oceny ryzyka zawodowego, przyjrzyj się dokładnie swojemu miejscu pracy i temu, co mogłoby powodować wypadek lub niekorzystnie wpływać na zdrowie przebywających i pracujących tam osób. W pierwszej kolejności skoncentruj się na tych zagrożeniach, które mogłyby powodować poważne urazy albo zagrażać kilku osobom.

Zapytaj o zdanie pracowników lub ich przedstawicieli. Mogą oni zauważyć rzeczy, które na pierwszy rzut oka nie wydają się oczywiste. W dostrzeżeniu zagrożeń mogą również pomóc instrukcje producentów, a także rejestry wypadków przy pracy i chorób zawodowych.





### Krok 3

Oszacuj ryzyko zawodowe wynikające z zagrożeń oraz oceń, czy podjęte środki zapobiegawcze są właściwe i czy należy podjąć jeszcze jakieś działania w celu ograniczenia tego ryzyka

Zastanów się, jakie jest prawdopodobieństwo wystąpienia niekorzystnych następstw każdego z występujących zagrożeń i jak ciężkie mogą być te następstwa. **Oszacuj, czy ryzyko zawodowe związane z każdym ze zidentyfikowanych zagrożeń jest duże, średnie czy małe.** Weź pod uwagę stosowane środki ochrony przed zagrożeniami, ale pamiętaj, że nie eliminują one całkowicie ryzyka zawodowego.

### Kiedy ryzyko zawodowe jest duże i nie można go zaakceptować?

Przede wszystkim wówczas, **gdy nie zrobiono tego, czego wymaga prawo** dla zapewnienia ochrony pracowników, na przykład nie są spełnione wymagania prawne dotyczące ograniczenia dostępu do niebezpiecznych części maszyn.

Jeśli konieczne jest podjęcie dodatkowych działań w celu ograniczenia ryzyka zawodowego, zadać sobie należy pytania:

- czy można całkowicie wyeliminować zagrożenie?
- jeśli nie, to w jaki sposób można ograniczyć ryzyko zawodowe, aby wypadek lub choroba w wyniku zagrożenia były mało prawdopodobne?

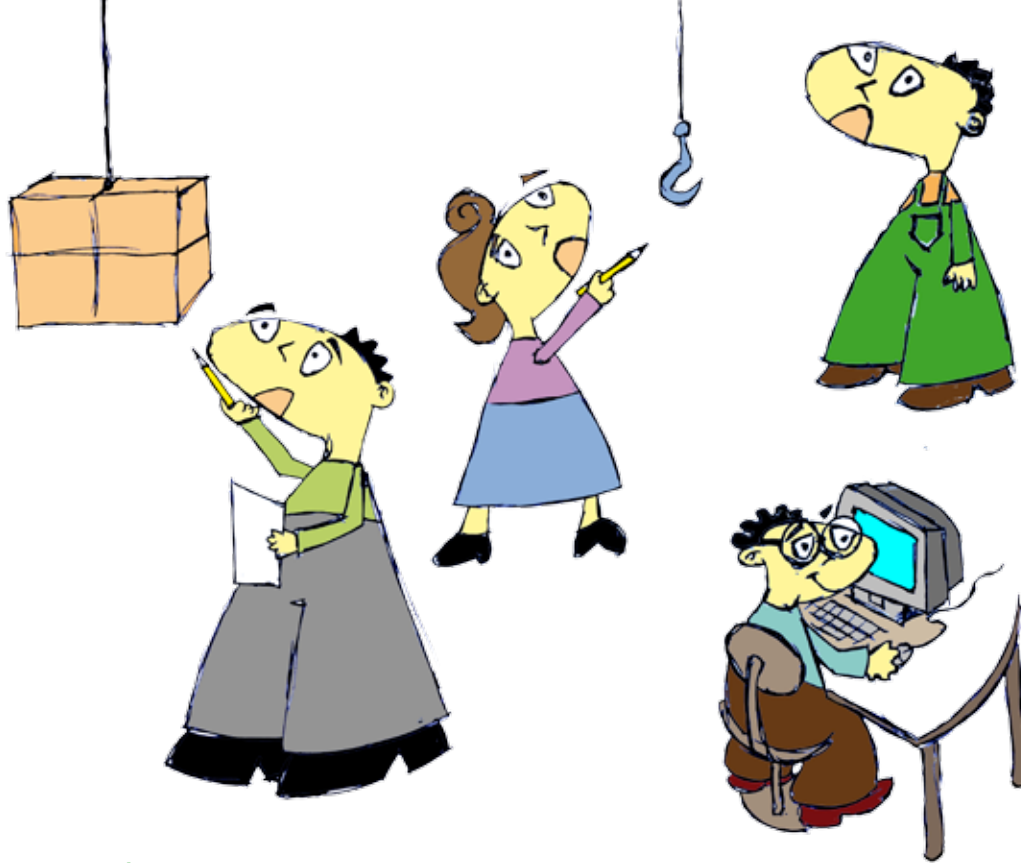
Planując działania mające na celu ograniczenie ryzyka, rozważ kolejno:

- czy możliwe jest zastosowanie innych technologii i metod pracy, z którymi związane jest mniejsze ryzyko zawodowe?
- czy możliwe jest zastosowanie środków technicznych (np. osłon ruchomych części maszyn, wentylacji itp.)?
- czy możliwe jest zorganizowanie pracy w taki sposób, aby ograniczyć narażenie pracowników?
- czy konieczne jest zastosowanie środków ochrony indywidualnej?

Poprawa stanu bezpieczeństwa i higieny pracy nie musi wiązać się z dużymi nakładami. Niedrogim środkiem zapobiegawczym, zmniejszającym ryzyko, może być na przykład oznakowanie dróg transportowych albo wprowadzenie zakazu wchodzenia do strefy zagrożenia bez środków ochrony indywidualnej. Czasami ryzyko można ograniczyć przez zmianę organizacji pracy.

Środki ochrony indywidualnej stosuje się tylko wtedy, gdy ryzyko zawodowego nie można ograniczyć w inny sposób.





## Krok 4

### Udokumentuj wyniki

Konieczne jest udokumentowanie wyników oceny ryzyka zawodowego. Oznacza to, że trzeba:

- zarejestrować zidentyfikowane zagrożenia
- zapisać najważniejsze wnioski

Ocena ryzyka zawodowego musi być przeprowadzona właściwie, niekoniecznie perfekcyjnie! Istotne jest, czy można wykazać, że ocena ryzyka zawodowego została przeprowadzona właściwie, czyli że:

- uwzględniono podczas oceny wszystkie osoby, które mogą być narażone
- rozważono wszystkie istotne zagrożenia
- podjęte środki zapobiegawcze są właściwe, a ryzyko po ich zastosowaniu można ocenić jako akceptowalne (średnie lub małe).

Sporządzone zapisy są dowodem, że spełnione zostały wymagania prawa. Proponujemy tu wzór formularza, który można wykorzystać do dokumentowania wyników oceny ryzyka; zawsze jednak możesz stworzyć swój własny formularz, lepiej dostosowany do twoich potrzeb.

Aby uprościć dokumentowanie, można odwołać się do innych dokumentów, takich jak np. zarządzenia, instrukcje obsługi maszyn i urządzeń lub wewnętrzne procedury BHP, opisujące stosowane środki zapobiegawcze.

**Wszystkich pracowników** należy poinformować o ryzyku zawodowym wynikającym z zagrożeń związanych z wykonywaną przez nich pracą oraz o zasadach ochrony przed zagrożeniami.

**Jeżeli dzielisz miejsce pracy z innymi** pracodawcami lub osobami samozatrudniającymi się, poinformuj ich o ryzyku związanym z twoją działalnością oraz o stosowanych przez ciebie środkach zapobiegawczych.

**Zastanów się również nad ryzykiem**, jakie stwarzają dla ciebie i twoich pracowników działania tych osób.

## Krok 5

### Od czasu do czasu dokonuj przeglądu oceny ryzyka zawodowego i weryfikuj ją, jeżeli zaistnieje takakonieczność

Wcześniej czy później zakupisz nowe maszyny, substancje czy technologie, które mogą być źródłem nowych zagrożeń. Jeżeli zostaną wprowadzoneznaczące zmiany, należy ocenić ryzyko zawodowe związane z nowymi zagrożeniami.

Od czasu do czasu konieczne jest dokonanie przegląduoceny ryzyka zawodowego.

Nie jest konieczne powtarzanie oceny z powodu każdejniewielkiej zmiany. Jeżeli jednak po wprowadzeniu zmiany mogą pojawić się nowe zagrożenia, to należy we własnym interesie ocenić związane z nimi ryzyko zawodowe i zrobić wszystko, aby utrzymać jena niskim poziomie.

Wzór formularza do dokumentowania  
wyników oceny ryzyka zawodowego

Przedsiębiorstwo (Wydział)		<b>KARTA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO NA STANOWISKU PRACY</b>	Data	Numer karty
			Sporządził	
Stanowisko pracy			Imię i nazwisko pracownika/pracowników	
Lp.	Zagrożenia	Środki ograniczające ryzyko zawodowe	Oszacowanie/ocena ryzyka zawodowego	Zalecenia dotyczące wprowadzenia dodatkowych środków ochrony
	<p>Wpisać tu należy wszystkie zidentyfikowane zagrożenia, które mogą powodować występowanie urazów lub chorób pracowników. np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- czynniki chemiczne (np. kwas siarkowy)</li> <li>- pyły (np. pyły drewna, pyły zawierające wolną krystaliczną krzemionkę)</li> <li>- hałas</li> <li>- hałas infradźwiękowy, ultradźwiękowy</li> <li>- drgania (miejscowe lub oólne)</li> <li>- mikroklimat (zimny lub gorący)</li> <li>- promieniowanie (podczerwone, nadfioletowe, laserowe)</li> <li>- pole elektromagnetyczne</li> <li>- przemieszczające się maszyny</li> <li>- ruchome elementy</li> <li>- ostre, wystające, chropowate elementy</li> <li>- płyny pod ciśnieniem</li> <li>- śliskie, nierówne powierzchnie</li> <li>- ograniczone przestrzenie (dojścia, przejścia, dostępny)</li> <li>- zagrożenia wybuchem i pożarem</li> <li>- niskie napięcie</li> <li>- wysokie napięcie</li> <li>- czynniki biologiczne (wirusy, bakterie i inne)</li> <li>- obciążenie statyczne</li> <li>- monotopia</li> <li>- wysiłek fizyczny</li> <li>- obciążenie psychiczne</li> <li>- mikroklimat umiarkowany</li> <li>- oświetlenie (natężenie, olśnienie, równomierność, tętnienie)</li> </ul>	<p>Wymienić tu należy środki, jakie są stosowane w celu ograniczenia ryzyka zawodowego związanego z każdym zidentyfikowanym zagrożeniem - środki ochrony zbiorowej (np. wentylacja). Środki ochrony indywidualnej (np. ochronniki słuchu). Instrukcje bezpiecznej pracy, szkolenie itp.</p>	<p>Wpisuje się tu - dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia - wynik oszacowania ryzyka zawodowego i jego oceny po zastosowaniu wymienionych środków ochrony (np. "ryzyko średnie/dopuszczalne" lub ryzyko duże/niedopuszczalne")</p>	<p>Wpisać tu należy działania planowane w celu ograniczenia ryzyka zawodowego. Działania te muszą być zrealizowane w jak najkrótszym terminie, jeżeli ryzyko zawodowe jest niedopuszczalne.</p>
Potwierdzenie przyjęcia do wiadomości przez pracownika/pracowników		Podpisy (y)		Data





Gdzie znaleźć dalsze informacje?

Więcej informacji o sposobie przeprowadzania oceny ryzyka zawodowego na stanowiskach pracy można znaleźć w polskiej normie **PN-N-18002:2000** "Systemy zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy. Ogólne wytyczne do oceny ryzyka zawodowego".

W celu uzyskania dalszych informacji i pomocy można również zwrócić się do Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego.



Na podstawie publikacji  
"Five steps to risk assessment"  
Health and Safety Executive, 1999

Ilustracje: Piotr Fałkowski

Ulotka opracowana i wydrukowana w wyniku realizacji zadań służb państwowych II etapu programu wieloletniego pn. "Dostosowywanie warunków pracy w Polsce do standardów Unii Europejskiej" realizowanego w latach 2005-2007, dofinansowanego ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej.

Ulotka przeznaczona do bezpłatnej dystrybucji