

Na temelju članka 12. stavka 1. Zakona o zaštiti na radu (»Narodne novine« br. 59/96, 94/96 i 114/03) ministar za gospodarstvo, rad i poduzetništvo donosi

PRAVILNIK O ZAŠTITI NA RADU PRI RUČNOM PRENOŠENJU TERETA

(»Narodne novine«, broj 42/05)

I. OPĆE ODREDBE

Članak 1.

Ovim se Pravilnikom utvrđuju mjere za osiguranje sigurnosti i zdravlja pri ručnom prenošenju tereta, pri kojem su radnici zbog težine tereta, učestalosti pokreta ili ergonomske neodgovarajućeg položaja tijela izloženi opasnosti oštećenja leđa.

Članak 2.

U smislu odredaba ovog Pravilnika ručno prenošenje tereta znači svaki fizički rad koji uključuje dizanje, prenošenje, spuštanje, guranje, vučenje ili nošenje tereta ljudskom snagom i druge slične radnje (npr. podupiranje, držanje).

Članak 3.

Izraz »leđa« znači kralježnica sa svim mišićima, ligamentima, živcima i drugim dijelovima tijela koji su opterećeni pri ručnom prenošenju tereta.

II. DUŽNOSTI POSLODAVCA

Članak 4.

Poslodavac mora, kad god je to moguće, ručno prenošenje tereta zamijeniti s primjerenom radnom napravom, pomagalima i primjerenim mehaničkim pomagalima. Poslodavac mora utvrditi te provoditi organizacijske i tehničke mjere te pravilan način rada i tako smanjiti opterećenost leđa i s tim povezanu opasnost od njezinih oštećenja u slučajevima kada nije moguće izbjeći ručno prenošenje tereta.

Članak 5.

Poslodavac je dužan savjetovati se s radnicima i njihovim predstavnicima o mjerama za osiguranje sigurnosti i zdravlja pri radu i o poduzetim mjerama pravovremeno izvještavati na način i po postupku utvrđenom zakonu.

Članak 6.

Poslodavac mora radnike upoznati sa značajkama tereta i o drugim čimbenicima koji utječu na siguran rad te ih osposobiti za takav način rada pri ručnom prenošenju tereta da se izbjegnju oštećenja leđa.

Pri osposobljavanju za rad o pravilnom načinu ručnog prenošenja tereta mora poslodavac osim tjelesne izdržljivosti radnika uzeti u obzir i odredbe utvrđene u prilogima ovog Pravilnika koji su njegov sastavni dio.

Članak 7.

Pri određivanju radnih zadaća za ručno prenošenje tereta mora poslodavac uzeti u obzir radnikovu tjelesnu izdržljivost, dob i spol. Tjelesnu sposobnost ocjenjuje ovlašten liječnik.

III. OPTEREĆENJE RADNIKA

Članak 8.

Radnik pojedine kategorije smije povremeno samo u primjerenim uvjetima ručno prenositi teret najveće mase koja je utvrđena u Prilogu I. Ukupno smije radnik najkraće u dva sata premjestiti samo 1000 kg najtežeg tereta s time da istog dana ne smije biti opterećen dodatnim radom na prenošenju.

Ukoliko su tereti lakši od najtežih tereta dozvoljenih u Prilogu I, prenose ponavljajuće ili dugotrajno, opterećenost radnika se računa po metodi iz Priloga II.

Članak 9.

Čimbenici koje treba uzeti u obzir pri ocjenjivanju rizika za sigurnost i zdravlje radnika pri ručnom prenošenju tereta, posebice za oštećenja leđa su:

1. Značajke tereta:

- njegova težina, oblik i dimenzije,
- položaj hvatišta,
- položaj težišta,
- mogućnost nehotičnog i nepredviđenog pomicanja.

2. Opterećenja radnika:

- potrebno držanje ili pomicanje (gibanje) tijela, posebice zakretanje trupa u predjelu kralježnice te držanje tijela u pretklonu,
- udaljenost tereta od tijela radnika,
- vodoravna i/ili okomita udaljenost, na koju je potrebno prenijeti teret,
- intenzitet, učestalost i trajanje potrebne tjelesne sile,
- uporaba odgovarajuće osobne zaštitne opreme,
- nametnuti ritam rada, na kojeg radnik ne može utjecati,
- raspoloživo vrijeme za odmor i mirovanje.

3. Značajke radnog okoliša:

- prostor, koji je na raspolaganju radniku, posebice u vertikalnom smjeru,
- visinska razlika između pojedinih razina hoda, prihvaćanja i odlaganja tereta i – temperatura, vlažnost i brzina strujanja zraka u prostoru,
- osvijetljenost radnog mjesta,
- vrsta površine po kojoj se prenosi teret,
- svojstva radne odjeće i obuće.

Članak 10.

Stupanj opterećenosti radnika pri ručnom prenošenju tereta se izračunava uzimanjem u obzir čimbenika iz članka 9. ovoga Pravilnika na način utvrđen u Prilogu II Pravilnika.

Poslodavac mora tako oblikovati radna mjesta da izračunata opterećenost ne prelazi 50 bodova. Ukoliko je ta vrijednost prekoračena, potrebno je ponovno provjeriti vrijednosti pojedinih čimbenika te smanjiti one na koje je moguće utjecati organizacijskim i drugim mjerama.

Ukoliko stupanj opterećenosti iz stavka 1. prelazi 40 bodova na radnom mjestu, na kojem radnik pri ručnom prenošenju tereta mora obavljati ponavljajuće pokrete s nametnutim ritmom rada a nije moguć istovremeni rad više radnika, poslodavac mora osigurati radnicima na svakih 55 minuta neprekidnog rada najmanje 5 minuta odmora. Za vrijeme odmora radnik mora napustiti svoje radno mjesto, odmarati se u primjerenom položaju ili obavljati korektivne vježbe rastezanja i rasterećivanja određenih skupina mišića. Način korištenja odmora preporučuje specijalist medicine rada s time da radnici o tome moraju biti upoznati.

Poslovi pri kojima je stupanj opterećenosti veći od 40 bodova spadaju u poslove s posebnim uvjetima rada.

Članak 11.

Radnici iznimno smiju prenositi terete teže od vrijednosti navedenih u Prilogu I, kad je hitno potrebno prenošenje ljudi i kada je prenošenje potrebno obaviti u prostorima, gdje ugradnja mehaničkih pomagala nije moguća zbog specifičnih zahtjeva kao ni mogući istovremeni rad dovoljnog broja radnika, čime bi se težina tereta jednakomjerno raspodijelila.

Članak 12.

Radnici smiju ručno prenositi terete utvrđene u članku 11. ovoga Pravilnika samo na temelju stručne ocjene ovlaštenog liječnika te ako su prethodno bili osposobljeni za takve radove.

IV. PRIJELAZNE I ZAVRŠNE ODREDBE

Članak 13.

Poslodavac mora rad na ručnom prenošenju tereta prilagoditi odredbama ovoga Pravilnika u roku od tri godine od dana njegovog stupanja na snagu.

Članak 14.

Ovaj Pravilnik stupa na snagu osmog dana od dana objave u »Narodnim novinama«.

Prilog u [WORD](#) formatu