

Individuālie aizsardzības līdzekļi

- Individuālie aizsardzības līdzekļi ir izstrādājumi, ierīces un iekārtas, kuras nodarbinātais izmanto, lai aizsargātu savu drošību un veselību pret bīstamu vai kaitīgu darba vides riska faktoru iedarbību.
- Izvēloties individuālos aizsardzības līdzekļus, ir jāizvērtē visi darba vietā sastopamie riska faktori.
- Darba devējam ir pienākums bez maksas nodrošināt nodarbinātos ar viņiem nepieciešamajiem aizsardzības līdzekļiem

- **Galvas aizsardzībai** - [aizsargķiveres](#) galvaskausa aizsardzībai, cepures, kapuces, tīkliņi matiem un galvas aizsargsegas, piemēram, ūdensnecaurlaidīgas aizsargcepures. Lieto, ja darbā ir iespēja saskarties ar krītošiem priekšmetiem (būvniecībā, noliktavās u.c.), kā arī strādājot ar mehānismiem, kuros var ieraut garus un vaļējus matus u.c. gadījumos.
- **Sejas un acu aizsardzībai** - [brilles](#), [aizsargbrilles](#), [aizsargekrāni](#), [sejas aizsegi](#), metināšanas vairogi. Tie aizsargā no putekļiem, gāzēm, spilgtas gaismas, infrasarkanā, lāzera un atsevišķos gadījumos arī jonizējošā starojuma un elektromagnētisko lauku ietekmes.
- **Dzirdes aizsardzībai** - austiņas, ausu ieliktni, akustiskās ķiveres. Jālieto, ja troksnis darba vietā pārsniedz pieļaujamās ekspozīcijas robežvērtības:





- ja trokšņa līmenis pārsniedz 85 decibelus (dBA), darba devējam jārūpējas, lai darbinieki lietotu individuālos dzirdes aizsardzības līdzekļus;
- ja troksnis sasniedz 80 decibelu (dBA) līmeni, darba devēja uzdevums ir nodrošināt to, ka nodarbinātajiem ir pieejami dzirdes aizsardzības līdzekļi.



- **Elpošanas un gremošanas sistēmas aizsardzībai** - respiratora tipa ierīces, maskas ar atbilstošiem putekļu un/vai gāzu filtriem, ierīces ar gaisa piegādi. Lieto, ja darba vietā ir iespēja saskarties ar putekļiem, dūmiem, tvaikiem, gāzēm, radioaktīvām daļiņām, vīrusiem, baktērijām, kā arī citiem riska faktoriem, kas saistīti ar apkārtējās vides un apstākļu ietekmi - karstumu, aukstumu, gaisa mitrumu.
- **Roku un plaukstu aizsardzībai** - aizsargcimdi pret mehānisku iedarbību (aizsardzībai pret durtām, grieztām brūcēm, vibrāciju), ķīmisku iedarbību (skābēm, sārmiem, organiskajiem šķīdinātājiem), jonizējošu starojumu un radioaktīvo piesārņojumu, aukstumu, karstumu, plaukstu locītavu aizsargi smagiem darbiem, dielektriskie cimdi.



- **Kāju un pēdu aizsardzībai** - [aizsargapavi](#), apavi ar papildu aizsardzību pirkstgaliem, apavi un virsapavi ar karstumizturīgu zoli, vibrāciju slāpējoši apavi, elektroizolācijas kurpes, aizsargzābaki darbam ar motorzāģi, ceļu aizsargi u.c. Lieto, ja darba vietā nākas saskarties ar augstu temperatūru, dzirkstelēm, skābju un sārmu šļakatām u.c.
- **Vēdera un citu ķermeņa daļu aizsardzībai** - aizsargvestes, žaketes, priekšauti aizsardzībai pret kustīgām mašīnu daļām, piemēram, griežot, urbjot, frēzējot, kausējot metālus, uzsvārči (virsvalki, apmetņi), priekšauti aizsardzībai pret ķīmiskām vielām, rentgena starojumu, glābšanas vestes, aizsargpriekšauti darbam ar nažiem, jostas u.c.

- **Aizsardzībai pret kritieniem** - drošības sistēmas un iekārtas aizsardzībai [pret kritieniem no augstuma](#), piemēram, ierīces ķermeņa noturēšanai (drošības siksnas), pretkritienu sistēmas, drošības jostas, troses, sakabes āķi. Lieto gadījumos, kad iespējama nokrišana no augstuma, kā arī glābšanas, remonta, izpētes u.c. darbos.
- **Visa ķermeņa aizsardzībai pret kaitīgu darba vides faktoru iedarbību jeb aizsargapģērbs** - dažāda veida [apģērbs aizsardzībai](#) pret mehāniskām traumām, ķīmiskām vielām, kausētiem metāliem, infrasarkano un elektromagnētisko starojumu, putekļiem, gāzēm, karstumu, kā arī aizsargapģērbs darbam ar motorzāģi, fluorescējošs vai atstarojošs aizsargapģērbs vai piederumi (ceļu remontdarbos, glābšanas dienestu darbiniekiem).
- **Darba apģērbs** - kombinezoni, jakas, puscombinezoni, bikses.



- **Darba apģērbs** - kombinezoni, jakas, puskombinezoni, bikses, lietus jakas, mēteļi, uzvalki.
- **Ādas aizsardzībai** - aizsargkrēmi, aizsargziedes. Lieto darbos, kuros rokas pakļautas liela ūdens daudzumam, agresīvām vielām, šķīdumiem, piemēram, organiskiem šķīdinātājiem, eļļām, smērvielām, kā arī darbos, kuros valkāti darba cimdi. Jāatceras, ka šie līdzekļi nedrīkst kairināt ādu, tiem jābūt viegli notīrāmiem un nomazgājamiem.

- **Daži fakti, kas jāzina par individuālajiem aizsardzības līdzekļiem:**
- jānodrošina atbilstoša aizsardzība pret riska faktoriem, kuriem nodarbinātais tiek pakļauts;
- jāaizsargā acis, deguns, mute, āda u.c. cilvēka organisma daļas;
- jābūt maksimāli ērtiem;
- jālieto atbilstoši pieejamām ražotāja instrukcijām un noteikumiem;
- drīkst lietot tikai tiem paredzētiem mērķiem;
- jāuztur tīri un pilnīgā kārtībā;
- jābūt sertificētiem attiecībā uz risku, no kura darbinieks vēlas aizsargāties („CE” marķējums);
- nedrīkst zaudēt nevienu no galvenajiem raksturlielumiem;
- paredzēti individuālai lietošanai (gadījumos, ja tos nepieciešams izmantot vairākiem cilvēkiem, tie iepriekš jāiztīra un jādezinficē);
- tas nedrīkst radīt vēl lielāku risku;
- ja vienlaikus lieto vairākus aizsardzības līdzekļus, tiem jābūt savstarpēji savietojamiem.

- Gadījumos, ja darbiniekam piešķirtie aizsardzības līdzekļi ir neērti un nepiemēroti, piemēram, spiež, jo ir par mazu vai arī ir radušās citas grūtības to izmantošanā, par to jāinformē savu darba devēju, lai viņš tos varētu samainīt pret darbiniekam atbilstošākiem!
- **Strādājot lietojiet darba devēja izsniegtos aizsardzības līdzekļus!**