

Áætlun um öryggi og heilbrigði á vinnustað

Leiðbeiningar



Inngangur

Leiðbeiningar þessar er ætlað að styðja stjórnendur, öryggistrúnaðarmenn og aðra á vinnustöðum til að koma á skipulegu vinnuverndarstarfi innan vinnustaða. Þær eru byggðar vinnuverndarlögunum - lög nr. 46/1980 um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum og reglugerð um skipulag og framkvæmd vinnuverndarstarfs á vinnustöðum.

Mikilvægt er að vinnuverndarstarfið verði hluti af daglegri starfsemi vinnustaða þannig að það verði sýnilegt öllum sem þar starfa en markmið þess er meðal annars að:

- ✓ Vernda starfsfólk gegn hvers konar heilsutjóni sem stafa kann af vinnu þess eða vinnuskilyrðum.
- ✓ Skipuleggja vinnu starfsfólks með það fyrir augum að verkefni séu við hæfi.
- ✓ Auka öryggi og draga þannig úr líkum á slysum og heilsutjóni.
- ✓ Stuðla að andlegri og líkamlegri vellíðan starfsfólks.

Áætlun um öryggi og heilbrigði á vinnustað

Atvinnurekandi og aðrir stjórnendur bera ábyrgð á að gera og innleiða skriflega áætlun um öryggi og heilbrigði á vinnustað, sem felur meðal annars í sér að greina og meta áhættuþætti í vinnuumhverfi vinnustaðarins og skilgreina tímasetta úrbótaáætlun sem byggir á niðurstöðum áhættumatsins.

Áætlunin á að gefa gott yfirlit yfir áhættu- og álagsþætti og forvarnir til að koma í veg fyrir eða draga úr hættu á heilsutjóni og slysum vegna vinnuaðstæðna og stuðla að öryggi, heilbrigði og vellíðan starfsmanna.

Tilgangur með gerð áætlunar um öryggi og heilbrigði fyrst og fremst að fyrirbyggja og draga úr slysum, óhöppum, álagi, vanlíðan og heilsutjóni sem starfsmenn geta orðið fyrir við störf sín hvort sem er líkamlegu eða andlegu.

Skrifleg áætlun um öryggi og heilbrigði á vinnustað skal m.a. fela í sér:

- ✓ áhættumat fyrir starfsemi í heild, sérstök svið, deildir og verkefni.
- ✓ áætlun um heilsuvernd og forvarnir, það er tímasett úrbótaáætlun sem er byggð á niðurstöðum áhættumatsins
- ✓ eftirfylgni með úrbótum þar sem árangur aðgerða er metinn að ákveðnum tíma liðnum

Allir vinnustaðir þurfa að gera skriflega áætlun um öryggi og heilbrigði og uppfæra hana eftir þörfum. Gerð áætlunarinnar er samvinnuverkefni stjórnenda og starfsfólks á vinnustaðnum. Áætlunin skal kynna fyrir starfsfólki og vera aðgengileg fyrir stjórnendur og starfsmenn vinnustaðarins og einnig fulltrúa Vinnueftirlitsins.

Skilgreiningar

Hætta: er eiginleiki sem getur valdið tjóni eða skaða.

Það getur verið auðvelt að sjá og greina sumar hættur t.d. þær sem tengjast vélbúnaði, en aðrar eru kannski síður sýnilegar s.s. sálfélagslegar hættur.

Það er mikilvægt að skoða allar alvarlegar hættur sem stafa af vinnu og vinnuaðstæðum bæði með tilliti til skammtímaáhrifa og lengri tíma áhrifa.

Áhætta: er hugtak sem lýsir alvarleika mögulegrar hættu og líkum á því að einhver verði fyrir hættunni.

Áhættumat: Kerfisbundin greining og flokkun áhættuþátta, með tilliti til alvarleika, á vinnustaðnum.

Samhliða þessu er lagt mat á núverandi aðgerðir til að bregðast við áhættunni og eftir atvikum ákvarðaðar frekari aðgerðir til að áhættan verði innan ásættanlegra marka.

Áætlun um heilsuvernd og forvarnir: er úrbótaáætlun sem byggir á niðurstöðum áhættumatsins auk annarra forvarnaaðgerða á vinnustaðnum.

Áætlunin inniheldur allar þær aðgerðir sem grípa þarf til til þess að fjarlægja eða halda áhættu við starfsemina innan ásættanlegra marka. Sú áhætta sem er flokkuð alvarlegust skal meðhöndluð fyrst og síðan koll af kalli. Hluti af áætluninni getur verið að halda núverandi stöðu, t.d. góðum árangri af heilsuvernd. Áætlunin er „lifandi skjal“, þ.e. er endurskoðað oft og reglulega t.d. vegna þess að aðgerðir til meðhöndlunar tiltekinnar áhættu virðast ekki vera að skila tilætluðum árangri.

Neyðaráætlun: er liður í forvarnaáætlun vinnustaða og fjallar um nauðsynlegar aðgerðir vegna skyndihjálpar, slökkvistarfs og brottflutnings starfsmanna. Þar þarf m.a. að taka tillit til krafna um brunavarnir og eftirlit með þeim.

Áætlun um aðgerðir gegn einelti, kynferðislegri áreitni, kynbundinni áreitni og ofbeldi á vinnustöðum: er einnig liður í forvarnaáætlun vinnustaða. Gott áhættumat og forvarnaáætlun á að fela í sér skilvirkar aðgerðir til að fyrirbyggja og bregðast við ef eineltismál, áreitni og ofbeldi koma upp eða grunur um slík mál á vinnustað.

Eftirfylgni með úrbótum

Meta skal árangur aðgerða að ákveðnum tíma liðnum og gera endurbætur ef þörf krefur. Tilgreina skal hvenær áætlað er að eftirfylgni með úrbótum fari fram.

Skrifleg áætlun um öryggi og heilbrigði á vinnustað

Undirbúningur að gerð áhættumats

Atvinnurekandi þarf að ákveða hvernig hann ætlar að fara að því að vinna áhættumatið og tilheyrandi áætlun um heilsuvernd og forvarnir. Mismunandi aðferðir eru notaðar við gerð áhættumatsins en mikilvægt er að sú leið sem valin er henti starfseminni og nái að greina þau vandamál sem hugsanlega eru eða geta komið upp á vinnustaðnum.

Áhættumatið er samstarfsverkefni stjórnenda og starfsfólks á vinnustaðnum. Hópurinn sem valinn er til að vinna áhættumatið þarf að afla sér ýmissa upplýsinga áður en hafist er handa og meðan á verkinu stendur.

Við undirbúninginn er hjálplegt að hafa eftirfarandi í huga

- Fela einhverjum einum aðila að skipuleggja, samstillta og stjórna hópnum sem vinnur verkið.
- Tryggja þarf aðgengi hópsins að nauðsynlegum upplýsingum, þjálfun, stuðningi, tíma og öllu öðru sem hugsanlega þarf til að verkið geti gengið vel.
- Fá stjórnendur til þátttöku við verkið ekki síður en annað starfsfólk.
- Tryggja að starfsfólk hafi tíma til samvinnu við hópinn þegar á þarf að halda.
- Tryggja að upplýsingar berist til starfsfólks um niðurstöður áhættumatsins og aðgerðir sem fylgja í kjölfarið, ef einhverjar eru.
- Skilgreina tíma og leiðir til að meta árangur aðgerðanna, gera endurbætur og uppfæra áætlunina ef þörf krefur.

Það er yfirleitt hlutverk öryggistrúnaðarmanna sem eru fulltrúar starfsfólks og öryggisvarða sem eru fulltrúar stjórnenda, að annast áhættumatið, enda þurfa þeir að fara á sérstakt námskeið vegna starfa sinna. Hver svo sem framkvæmir matið er það alltaf á ábyrgð æstu stjórnenda fyrirtækisins. Allt starfsfólk á að fá tækifæri til að koma með ábendingar um áhættuþætti og mögulegar forvarnaaðgerðir auk þess að greina frá reynslu sinni úr starfi sem nýtist við gerð góðs áhættumats.

Hópurinn sem vinnur áhættumatið þarf að afla sér ýmissa upplýsinga og verða sér úti um gögn áður en hafist er handa og meðan á verkinu stendur. Vinnuumhverfisvísar Vinnueftirlitsins geta komið að miklu gagni, en þar eru m.a. upplýsingar um helstu áhættuþætti mismunandi starfsgreina og uppgefin númer á reglugerðum sem eiga við í hverju tilviki. Hægt er að finna vinnuumhverfisvísana og reglugerðir á heimasíðu Vinnueftirlitsins og þannig er hægt að lesa sér til um viðmið og þær kröfur sem þarf að uppfylla í hverju tilviki.

Nokkrar leiðir sem hægt er að nota við undirbúninginn

- Skoða skrá yfir slys og óhöpp sem orðið hafa á vinnustaðnum.
- Skoða og ræða atvik þar sem legið hefur við óhappi til að fyrirbyggja að slíkt endurtaki sig.
- Samtöl við starfsfólk og stjórnendur.
- Lesa leiðbeiningar sem fylgja með verkfærum og tækjum þegar þau eru keypt. Þetta hentar vel til að meta hvort búnaður og tæki séu notuð í samræmi við leiðbeiningar framleiðanda eða hvort starfsfólk hafi fengið nauðsynlega þjálfun í notkun hans.
- Afla upplýsinga um slys og frávik í sambærilegum rekstri.
- Skoða gögn sem til eru um eftirlit og viðhald á vélum, tækjum og húsnæði.
- Skoða niðurstöður kannana og mælinga sem gerðar hafa verið.
- Skoða niðurstöður, leiðbeiningar eða fyrirmæli Vinnueftirlitsins eða þjónustuaðila ef við á.
- Það er til mikið af góðu efni á netinu, en það þarf að meta hversu vel það hentar og einnig hversu áreiðanlegt það er. Á netsíðu Vinnueftirlitsins er listi yfir vefköng systurstofnana nágrannalöndunum sem vert er að skoða.

Áhættumat

Aðferð við gerð er áhættumats er valfrjál. Það þarf þó að vera tryggt að aðferðin nái að greina öll þau vandamál sem hugsanlega eru á vinnustaðnum.

Atvinnurekandi velur í samráði við öryggistrúnaðarmann og öryggisvörð eða félagslegan trúnaðarmann á minni vinnustöðum þá aðferð sem henta þykir við gerð áhættumatsins. Það þarf að vera tryggt að aðferðin nái að greina þau vandamál sem hugsanlega eru á vinnustaðnum, bæði sýnilegar eða áþreifanlegar hættur og huglæga vinnuumhverfisþætti, sem fangast upp með spurningakönnun og samtölum.

Áhættumat er kerfisbundin greining og flokkun áhættuþátta, með tilliti til alvarleika, á vinnustaðnum. Með öðrum orðum er um að ræða kerfisbundna athugun á vinnuaðstæðum til þess að finna hvort eitthvað í vinnuumhverfinu, vinnuskipulaginu eða við framkvæmd vinnunnar geti hugsanlega valdið slysum, óhöppum, vanlíðan, meiðslum, álagi eða öðru sem leitt getur til andlegs eða líkamlegs heilsutjóns.

Gott er að byrja á góðri lýsingu á verkinu sem á að greina. Hér getur hjálpað að skrifa niður verkþætti í tímaröð áður en verkefnið er áhættumetið. Stundum hentar að gera flæðirit, sérstaklega ef verkefnið er unnið á mismunandi hátt, þarf að vinnast í ákveðinni tímaröð eða starfsfólk hefur ólíkan bakgrunn eða skilning á tungumálinu

Þegar tiltekið verkefni eða vinnulag er skoðað er mikilvægt að fá sem besta mynd af því hvernig það er raunverulega unnið, ekki bara hvernig á að vinna verkið, heldur fylgjast með hvernig starfsfólk vinnur verkið og meta áhættuna út frá því. Þessi skoðun er ekki aðeins til að finna hættu, heldur ekki síður til að finna tækifæri til framfara. Gagnlegt getur verið að byrja á því að fylgjast með verkinu, án inngrips, og skrifa niður athugasemdir. Þegar verkið hefur verið greint er ráðlagt að fara yfir matið með starfsmanninum og spyrja um tiltekin atriði eða jafnvel biðja starfsmanninn að prófa nýja aðferð sem gæti verið öruggari.

Þegar áhættumat er framkvæmt er mikilvægt að allir noti tilskildar persónuhlífar á réttan hátt. Stundum er starfsfólk tregt til að nota persónuhlífar t.d. vegna þess að þeim finnast þær óþægilegar eða jafnvel óaðgengilegar. Persónuhlífar veita oft takmarkaða vörn eða jafnvel kalla fram nýja hættu ef þær eru ranglega notaðar. Það er því mjög mikilvægt að starfsfólk sé haft með í ráðum um val og notkun á persónuhlífum. Komi í ljós vandkvæði við notkun persónuhlífa við áhættumat er nauðsynlegt að fylgjast sérstaklega með notkun þeirra við almenna skoðun á vinnustaðnum sem og við eftirfylgni með sérstökum úrbótaáðgerðum.

Áhættumat þarf að gera fyrir alla atvinnustarfsemi

Vinnuvernd er margþætt. Þegar áhættumat er framkvæmt þarf að tryggja að það taki á öllum mikilvægum áhættuþáttum í tengslum við starfsemina. Suma hættuflokka er oft auðvelt að greina t.d. vöntun á öryggishlíf á vél, fallhætta eða alvarleg eituráhrif tiltekinna efna. Aðrir hættuflokkar eru síður greinilegir s.s. líkamlegir álagspættir, sálfélagslegir áhættuflokkar eða aðrir þar sem áhrifin eru lengi að koma í ljós.

Helstu flokka vinnuverndar

Til að tryggja heildstætt áhættumat vinnustaða þarf að skoða áhættuþætti sem geta fallið undir eftirfarandi flokka sem teljast vera fimm stoðir vinnuverndar. Meta þarf bæði skammtímaáhrif hvers þáttar og langtímaáhrif, sem geta verið mjög alvarleg og jafnvel leitt til óafturkræfra vandamála á heilsu fólks.

- Efni og notkun hættulegra efna á vinnustað
- Álag á hreyfi- og stoðkerfi
- Félagslegir vinnuverndarþættir, s.s. samskipti, upplýsingaflæði, vinnutími, tímaþröng, sálrænt öryggi á vinnustað, einelti o.s.frv.
- Vélar og tæki, hönnun, uppsetning og öryggisþættir
- Umhverfisþættir, lýsing og birtuskilyrði, hávaði, hiti, kuldi, titringur, dragsúgur, smitleiðir o.fl.



Áhættumat þarf að gera fyrir alla atvinnustarfsemi hvort sem um er að ræða staðbundna eða flytjanlega starfsemi, verktaka eða leigt starfsfólk og hvort sem starfsmannafjöldinn er einn eða fleiri.

Atvinnustarfsemi má flokka í þrjá megin flokka:

- Staðbundin atvinnustarfsemi s.s. skrifstofur, skólar, iðnfyrirtæki, geymsla og dreifing vöru, heilbrigðisstofnanir, verslanir o.s.frv.
- Óstaðbundin starfsemi, þar sem unnið er tímabundið á hverjum stað eða í tilfallandi verkefnum s.s. viðgerðarvinna, þjónusta af ýmsu tagi eða eftirlit þar sem farið er á milli staða eða starfsfólk er leigt inn eftir þörfum.
- Tímabundin mannvirkjagerð s.s. virkjunarframkvæmdir, hafnarframkvæmdir, vega- og brúargerð og aðrar byggingaframkvæmdir og mannvirkjagerð.

Á vinnustöðum sem eru í föstum skorðum s.s. skrifstofur, iðnfyrirtæki eða bankar, er hægt að gera áhættumat þannig að verkið nýtist fyrir margar verkstöðvar í senn ef þær eru með svipuðu sniði og aðstæður sambærilegar. Hægt að gera áhættumat á skrifstofum á störfum hópsins í einu lagi þ.e. allir sem vinna sambærileg störf við sambærilegar aðstæður. Þetta getur einfaldað áhættumatið til muna, en engu að síður þarf að meta hversu vel það á við um hverja starfsstöð.

Við breytilegar aðstæður, s.s. á byggingarvinnustöðum, þarf að hafa í huga að vinnuumhverfið er sífellt að taka breytingum. Þá er hægt að útbúa almenn viðmið t.d. vegna verkpalla og fylgja svo þeim viðmiðum þrátt fyrir að pallarnir séu settir upp á nýjum stað. Einnig þarf að hafa í huga að á sumum vinnustöðum eru störfin mjög mismunandi á milli árstíða t.d. á bændabýlum og í ferðaiðnaði. Við störf utanhúss getur verið töluverður munur á áhættunni í starfi eftir veðri og árstíðum.

Hjálpargögn við áhættumat

Töflur til að meta áhættu

Við mat á áhættu er gagnlegt að nota töflur með litamerkingum þar sem litirnir merkja forgangsröðun áhættunnar það er rauður, gulur og grænn.

Töflurnar eru til stuðnings við flokkun og mat á áhættu og forgangsröðun úrbóta. Með töflunum er verið að vega saman líkur á að eitthvað gerist og afleiðingar af hættunni. Þær geta verið misstórar og því þarf að ákveða í hversu marga flokka á að greina líkur á fráviki og mögulegar afleiðingar. Það er misjafnt hversu nákvæmt þarf að flokka líkur og afleiðingar. Almennt er ráðlagt að nota fáa flokka fyrir einfalda og hættulitla starfsemi og fleiri fyrir hættumeiri og flóknari starfsemi.

- Minnsta flokkun sem virkar er 2x2 þ.e. líkur og afleiðingar flokkaðar í mikið – lítið.
- Oft eru notaðir 3x3 flokkar við einfalt mat
- 5x5 flokkun á líkum og afleiðingum er einnig algeng

Ástæðan fyrir því að flóknari starfsemi þarf ítarlegri flokkun er sú að þar er oft fjöldi atriða sem þarfnast úrbóta. Þegar starfsemin er hins vegar einföld og hættulítill eru oft tiltölulega fá atriði á áhættumati, þar af mjög fá í forgangi og því minni þörf á forgangsröðun aðgerða en ella. Áhersla getur þá verið á að viðhalda fyrirbyggjandi aðstöðu eða vinnuskipulagi.

Mikilvægt er að skrifa niður í upphafi áhættumatsins hver skilningur hópsins er á léttvægum afleiðingum hættunnar og hvað þurfa afleiðingarnar að vera alvarlegar til að teljast „alvarlegar“. Þetta eru þá viðmið sem unnið er út frá og þarf að gera fyrir alla flokka áhættu (s.s. hættu á líkamstjóni og sálfélagslegri áhættu). Einnig þarf að ákveða hvað telst litlar líkur og hvað miklar. Mat á líkum getur vafist fyrir fólki þegar meta á langtímaáhrif. Þannig getur verið næstum öruggt að starfsfólk fái einkenni frá hreyfi og stoðkerfi innan tveggja ára, ef ákveðið verklag verður óbreytt, þó mönnum finnist líkurnar á því að einkennin komi fram núna séu ekki mjög miklar. Það getur því verið hentugt að skipta sömu áhættunni í tvennt, þar sem annar vegar er greint og brugðist við skammtímaáhrifum og langtímaáhrifum hins vegar.

Dæmi um litla töflu

Áhættuflokkun í lit

		Líkur		
		Meðal	Hátt	Hátt
3 miklar		Meðal	Hátt	Hátt
2 meðal		Meðal	Meðal	Hátt
1 litlar		Lágt	Meðal	Meðal
		1 minni- háttar	2 nokkuð alvarlegar	3 mjög alvarlegar
		Afleiðingar		

Dæmi um það sem lagt er til grundvallar:

Afleiðingar:

- 1 minniháttar (smámeiðsl, minniháttar heilsutjón eða vanlíðan)
- 2 nokkuð alvarlegar (álagseinkenni, heilsutjón sem veldur veikindafjarvistum)
- 3 mjög alvarlegar (alvarleg slys, verulegt heilsutjón, dauði)

Líkur:

- 1 litlar (litlar líkur á heilsutjóni eða óhappi)
- 2 meðal (gæti orðið heilsutjón eða óhapp)
- 3 miklar (miklar líkur á heilsutjóni eða óhappi)

Við forgangsröðun verkefna eða viðbragða er svo útbúin önnur tafla sem er oft kölluð „matrixa“ eða „fylki“ þar er skilgreint hvað telst óásættanleg áhætta og hvað lítil áhætta. Þessi tafla er notuð til að forgangsráða viðbrögðum við greindri áhættu og er oft litamerkt til að leggja áherslu á áhættuflokkana. Þetta er eitt mikilvægasta skrefið í áhættumatinu því þarna er athyglinni fyrst beint að þeim áhættuþáttum sem mest er þörf á að hafa stjórn á.

		Afleiðingar				
		1 Léttvægt	2 Minniháttar	3 Milli- alvarlegar	4 Alvarlegar	5 Mjög alvarlegar
Líkur á atviki	5 Mjög algengt	1,5 Meðal	2,5 Há	3,5 Óásættanleg	4,5 Óásættanleg	5,5 Óásættanleg
	4 Algengt	1,4 Meðal	2,4 Há	3,4 Há	4,4 Óásættanleg	5,4 Óásættanleg
	3 Nokkuð algengt	1,3 Lítill	2,3 Meðal	3,3 Há	4,3 Há	5,3 Óásættanleg
	2 Sjaldgæft	1,2 Lítill	2,2 Meðal	3,2 Meðal	4,2 Há	5,2 Há
	1 Ólíklegt	1,1 Lítill	2,1 Lítill	3,1 Lítill	4,1 Meðal	5,1 Meðal

x,y er tilvísun á reit og litur merkir áhættuflokk

Gátlistar - Vinnuumhverfisvísar og OiRA

Það getur verið snúið að sjá fyrir hvar leynast hættur og stundum koma þær ekki í ljós fyrr en við vissar aðstæður. Stigi á milli hæða þarf t.d. ekki að skapa alvarlega hættu nema verið sé að bera byrðar upp og niður, sem er kannski gert sjaldan.

Vinnueftirlitið hefur útbúið vinnuumhverfisvísa fyrir margvíslega starfsemi. Þetta eru ítarlegir tékklistar sem geta komið að góðum notum við áhættumatið. Þar eru taldir upp áhættuþættir sem búast má við í viðkomandi atvinnugrein og skoðað hvaða lög og reglur gætu átt við um viðkomandi atriði.

Vinnueftirlitið er í nánu samstarfi við EU OSHA sem vistar OiRA (<https://oiraproject.eu/is>), sem er rafrænt áhættumat á netinu. OiRA verkfærin eru sérsniðin fyrir hverja atvinnugrein, en bjóða notandanum uppá að bæta við atriðum sem varða sérstaklega hans/hennar vinnustað. OiRA er þægilegt í notkun og heldur utan um öll gögn sem þarf til að standast kröfur um áhættumat. Gerð úrbótaáætlunar er einnig mjög einföld og því getur það sparað mikla vinnu að nota þessi verkfæri. Þegar hafa nokkur verkfæri verið gefin út á íslensku og má nálgast þau á [netsíðum Vinnueftirlitsins](#).

Áætlun um heilsuvernd og forvarnir

Áætlun um heilsuvernd og forvarnir byggir að miklu leiti á áhættumatinu og niðurstöðum þess. Þegar áhættumatið liggur fyrir þarf að útbúa áætlun um heilsuvernd og forvarnir, það er tímasetta úrbótaáætlun. Eins og áður sagði er það hluti af áhættumatinu að ákveða viðbrögð við greindri áhættu, þannig að hverjum áhættuþætti sé stýrt innan ásættanlegra marka. Mat á áhættuþáttum gefur einnig forgangsröð aðgerða. Almenn er forgangsröðin þannig að fyrst koma áhættuliðir sem enga bið þolir að leysa. Síðan kemur áhætta sem nauðsynlegt er að lækka eins og hægt er og þá með forgangi í samræmi við mat á líkum og alvarleika. Þó áhættumatið sýni atriði sem valda ekki áhyggjum er gott að fylgjast vel með þeim, ef áhættustigið breytist óvænt.

Þegar áætlun um heilsuvernd og forvarnir er gerð er nauðsynlegt að setja hverjum lið tímamörk og fara reglulega yfir stöðu úrbóta, þar með talið hvort þær hafi skilað tilætluðum árangri. Einnig er mikilvægt að hafa áætlunina skriflega og gera einhvern einstakling ábyrgan fyrir hverjum lið fyrir sig til að auka líkur á góðri framkvæmd forvarna á vinnustaðnum. Athugið að þó tiltekinn starfsmaður sé gerður ábyrgur fyrir ákveðinni aðgerð breytir það engu um ábyrgð yfirstjórnenda á framkvæmd áætlunar um heilsuvernd og forvarnir.

Í áætlun um heilsuvernd og forvarnir þarf einnig að gera neyðaráætlun sem inniheldur m.a. ráðstafanir til að tryggja **nauðsynlega skyndihjálp**, og örugg viðbrögð við neyðartilvikum. Auk þess þarf að liggja fyrir **stefna og viðbragðaáætlun við einelti, áreitni og ofbeldi**, er það liður í forvarnaáætlun vinnustaðarins.

Almenn viðmið um forvarnir

Forvarnir skulu tryggja að gripið sé til raunhæfra aðgerða til að áhætta við störf verði eins lítil og mögulegt er.

Almenn forgangsröð forvarna skal vera:

- Að koma í veg fyrir áhættu t.d. með því að endurskipuleggja verkið þannig að hættulegur hluti þess er ekki lengur til staðar eða nauðsynlegur.
- Skipta út hættulegum efnum eða hættulegum tækjum fyrir hættuminni t.d. með því að nota lítinn verkpall fyrir vinnu í hæð í stað tröppu.
- Tæknilegar lausnir eru mikið notaðar. Hlífar á vélum, girðingar um hættusvæði og afsog hættulegra lofttegunda eru dæmi um tæknilegar lausnir.
- Stjórnunarlausnir t.d. reglur um öruggt verklag og aðrar öryggisreglur. Undir þennan flokk falla m.a. aðgerðir að færa fólk á milli starfa reglulega til að minnka álagið.
- Persónuhlífar geta verið mjög mikilvægar, en eru engu að síður neðst á þessum lista. Oft er ákveðið að nota persónuhlífar með öðrum áhrifaríkari aðgerðum til að draga úr áhættu, t.d. á byggingarvinnustöðum.

Góð fræðsla og þjálfun getur stutt við allar ofantaldar nálganir við forvarnir. Góð þjálfun er nánast forsenda fyrir skilvirkum stjórnunarlausnum, og á við flesta þætti s.s. til að stuðla að réttri notkun persónuhlífa, góðri líkamsbeitingu við vinnu, samskiptum og almennt menningu vinnustaða.

Skrifleg samantekt

Þegar áhættumat er umfangsmikið er nauðsynlegt að taka saman helstu niðurstöður með stuttri samantekt. Þegar áhættumatið er stutt og einfalt sem og tilheyrandi áætlun um heilsuvernd og forvarnir er alla jafnan ekki þörf á sérstakri samantekt.

Atvinnurekandi þarf að meta þörf á skriflegri samantekt, en hlutverk hennar er að tryggja skilvirk samskipti innan fyrirtækisins um áhættumatið, helstu niðurstöður þess og mikilvægustu atriði áætlunar um heilsuvernd og forvarnir.

Ráðlagt er að halda til haga gögnum sem notuð eru við matið. Gott aðgengi að þessum gögnum getur einfaldað mjög endurskoðun á áhættumatinu, auk þess sem þau geta nýst við eftirfylgni með úrbótaáðgerðum.

Utanaðkomandi ráðgjöf

Niðurstöður áhættumatsins geta leitt í ljós vandamál þar sem ekki er nauðsynleg sérþekking innan vinnustaðarins til að leysa úr þeim. Einnig getur Vinnueftirlitið gert kröfu um að leita þurfi til viðurkenndra þjónustuaðila um aðstoð. Fyrir þessu geta verið ýmsar ástæður s.s. að sérhæfður mælibúnaður eða þá sérstök þekking/hæfni sé nauðsynleg til að greina áhættuna og leysa úr mögulegum vandamálum. Stundum er fyrirtækjum ráðlagt að leita til utanaðkomandi sérfræðinga þegar um sálfélagsleg vandamál er að ræða. Slík vandamál geta verið flókin og erfitt að finna óháðan aðila innanhúss sem getur greint þau og lagt til lausnir og forvarnaáætlun á vinnustaðnum.

Það er mikilvægt að hafa í huga að óháð því hver framkvæmir áhættumatið er það alltaf á ábyrgð atvinnurekandans. Það er því mikilvægt að velja viðurkennda þjónustuaðila sem hafa þekkingu og reynslu til að leysa verkið vel af hendi, en jafnframt þarf að fylgjast vel að áhættumatið sé vel unnið. Utanaðkomandi ráðgjafi kemur ekki í stað öryggistrúnaðarmanna- og öryggisvarða og einnig er gert ráð fyrir að ráðgjafinn vinni í góðu samstarfi við starfsfólkið.

Endurskoðun áætlunar um öryggi og heilbrigði á vinnustað

Þegar úrbætur hafa verið gerðar þarf atvinnurekandi að sjá til þess að úrbótunum sé fylgt eftir með því að meta þær að ákveðnum tíma liðnum og gera endurbætur ef þörf krefur.

Áætlun um öryggi og heilbrigði skal fela í sér ferli stöðugra umbóta. Áhættumatið sjálft þarf að yfirfara í hvert sinn sem breytingar verða á vinnuumhverfinu eins og breytt verklag eða skipulag, sameining deilda, fjölgun deilda, nýjar vélar eða verkfæri eru tekin í notkun á vinnustaðnum. Einnig ef ný þekking kemur fram t.d. um hættuleg efni eða ef fram kemur ný tækni. Ef vinnuslys verður skal alltaf endurskoða áhættumatið.

Vandað áhættumat og forvarnaáætlun sem er uppfærð reglulega er eitt af lykilverkefnum í rekstri hvers fyrirtækis. Vinnuverndarstarfið þarf að vera liður í daglegri starfsemi vinnustaða þannig eru auknar líkur á vinnustaðir geti boðið uppá öruggt og heilsusamlegt vinnuumhverfi með áherslu á forvarnir og góða öryggismenningu.