

Spis treści

I. Wiadomości podstawowe	7
1. Ochrona pracy w Polsce	7
2. Rola przedmiotu bhp	8
3. Podstawowe pojęcia z dziedziny bhp. Wypadek, zagrożenie, choroba zawodowa, uciążliwe warunki pracy	9
4. Znaczenie zapobiegawczej ochrony zdrowia w pracy zawodowej	13
5. Prawa i obowiązki pracowników oraz zadania kierownictwa zakładu pracy w zakresie bhp	14
6. System kontroli i nadzoru nad prawną ochroną i bhp w zakładach pracy	19
II. Elementy wiedzy o człowieku i jego pracy	26
1. Wiadomości wstępne	26
2. Uwagi o pracy i pozycji przy pracy	27
3. Zanieczyszczenia powietrza atmosferycznego	31
4. Substancje szkodliwe dla zdrowia	34
5. Znaczenie racjonalnego żywienia	38
6. Funkcje skóry	40
7. Działanie na organizm niskich i wysokich temperatur	42
8. Zagrożenia narządu wzroku	43
9. Hałas jako czynnik szkodliwy dla zdrowia	45
10. Szkodliwe oddziaływanie drgań i wibracji	46
11. Rola układu nerwowego	47
12. Zmęczenie i wypoczynek	49
III. Wymagania w budownictwie przemysłowym z punktu widzenia bhp	53
1. Ważniejsze zasady lokalizacji obiektów przemysłowych oraz problemy ochrony środowiska i krajobrazu	53
2. Wymagania bezpieczeństwa pożarowego	57
3. Przepisy dotyczące budowy i wyposażenia pomieszczeń produkcyjnych	58

4. Wyposażenie i organizacja stanowiska roboczego	61
5. Wymagania dotyczące pomieszczeń higieniczno-sanitarnych	64
6. Estetyka pomieszczeń produkcyjnych i jej wpływ na samopoczucie pracownika	66
7. Estetyka w przedsiębiorstwach rolnych i jej wpływ na samopoczucie pracownika	70
IV. Wentylacja i ogrzewanie przemysłowe	73
1. Ogólne wiadomości o wentylacji i klimatyzacji pomieszczeń pracy . .	73
2. Obliczanie krotności wymiany powietrza	80
3. Urządzenia do wentylacji mechanicznej	82
4. Typowe błędy w działaniu urządzeń wentylacyjnych i ich użytkowaniu	84
5. Ogrzewanie i jego wpływ na warunki pracy	86
V. Oświetlenie przemysłowe	90
1. Znaczenie właściwego oświetlenia	90
2. Oświetlenie naturalne (dienne)	91
3. Oświetlenie sztuczne	92
4. Zasady i sposoby doboru oświetlenia pomieszczeń i miejsc pracy . . .	95
5. Wady i zalety oświetlenia sztucznego	99
6. Zasady pomiaru natężenia oświetlenia i jego obliczanie	100
VI. Urządzenia ochronne maszyn i urządzeń produkcyjnych	102
1. Główne zagrożenia ze strony urządzeń mechanicznych	102
2. Zasady bezpieczeństwa przy posługiwaniu się narzędziami ręcznymi .	105
3. Osłony i zabezpieczenia maszyn	108
4. Urządzenia ochronne przy obrabiarkach do drewna	111
5. Urządzenia ochronne przy obrabiarkach do metali	114
6. Zabezpieczenia urządzeń napędowych	121
7. Bezpieczeństwo pracy przy eksploatacji maszyn i urządzeń mecha- nicznych	124
8. Dogodna i bezpieczna konstrukcja urządzeń technicznych elementem ergonomicznego przystosowania tej konstrukcji do człowieka	126
9. Bhp przy obsłudze maszyn rolniczych	128
VII. Zasady bezpiecznej pracy przy urządzeniach elektrycznych	133
1. Działanie prądu elektrycznego na organizm człowieka	133
2. Warunki uniknięcia porażenia prądem elektrycznym	136
3. Zagrożenie pożarowe ze strony elektryczności, a szczególnie elektrycz- ności statycznej	142
4. Ochrona przed działaniem na organizm ludzki szkodliwego promie- niowania	144
5. Ogólne zasady i warunki bezpiecznej pracy przy eksploatacji urządzeń elektrycznych	146

VIII. Zasady bezpiecznej pracy przy urządzeniach zawierających gazy pod ciśnieniem	149
1. Zagrożenie ze strony urządzeń pod ciśnieniem	149
2. Butle z gazami sprężonymi	150
3. Wytwornica acetylenowa	152
4. Sprężarki	154
5. Kotły parowe i wodne	154
IX. Substancje chemiczne i zasady bezpiecznego posługiwania się nimi	155
X. Bezpieczeństwo pracy w transporcie	160
1. Ogólne zasady bezpiecznego transportu	160
2. Transport ręczny	162
3. Transport mechaniczny	169
4. Wymagania bezpieczeństwa dotyczące konstrukcji urządzeń transportowych	175
5. Kontrola i dozór urządzeń transportu wewnętrznego	177
6. Magazynowanie materiałów i wyrobów metalowych	178
XI. Podstawowe zagrożenia zawodowe w rolnictwie	180
1. Zagrożenia występujące przy stosowaniu środków chemicznych oraz zasady bezpiecznej pracy	180
2. Zagrożenia występujące przy obsłudze zwierząt gospodarskich. Zasady bezpiecznej pracy	183
3. Choroby zwierząt i choroby odzwierzęce. Profilaktyka	185
XII. Środki ochrony przed hałasem	188
1. Szkodliwy wpływ hałasu i dopuszczalny jego poziom	188
2. Zapobieganie powstawaniu hałasu przez właściwą konstrukcję urządzeń technicznych	189
3. Zmniejszanie intensywności hałasu w pomieszczeniach	190
XIII. Kształtowanie higienicznych warunków życia osobistego pracownika	192
1. Wpływ stosunków międzyludzkich na psychikę pracownika i wyniki jego pracy	192
2. Racjonalny tryb życia warunkiem sprawności fizycznej i psychicznej	194
3. Sport i turystyka. Rozrywki	195
4. Alkoholizm i nałóg palenia tytoniu oraz ich ujemne następstwa	198
5. Choroby weneryczne	200
6. Aids	202
7. Narkomania	203
8. Postęp techniczny a zdrowie	205
9. Postępy w zakresie ochrony zdrowia	206
10. Problemy modernizacji środowiska	207

XIV. Ochrony osobiste	209
1. Ochrony osobiste jako uzupełnienie podstawowego zabezpieczenia warunków pracy	209
2. Odzież ochronna	210
3. Sprzęt ochrony osobistej	213
4. Odzież robocza	216
XV. Ochrona przeciwpożarowa	217
1. Przyczyny powstawania pożarów	217
2. Podstawowe pojęcia dotyczące palenia się ciał	219
3. Zapobieganie pożarom	221
4. Typowy sprzęt gaśniczy i jego konserwacja	223
5. Organizacja ochrony przeciwpożarowej w zakładzie pracy	228
6. Podstawowe zasady przeciwpożarowego zabezpieczenia prac spawalniczych	229
XVI. Wypadki przy pracy	232
1. Czynniki decydujące o stanie bezpieczeństwa pracy	232
2. Wykrywanie zagrożeń wypadkowych w zakładzie pracy	234
3. Ustalanie przyczyn wypadków, ich analiza i postępowanie zapobiegawcze	235
4. Tryb postępowania przy ustalaniu okoliczności wypadków	239
5. Odpowiedzialność prawna za wypadki przy pracy	242
6. Organizacja pierwszej pomocy w wypadkach przy pracy i nagłych zachorowaniach	243
Wykaz literatury	252