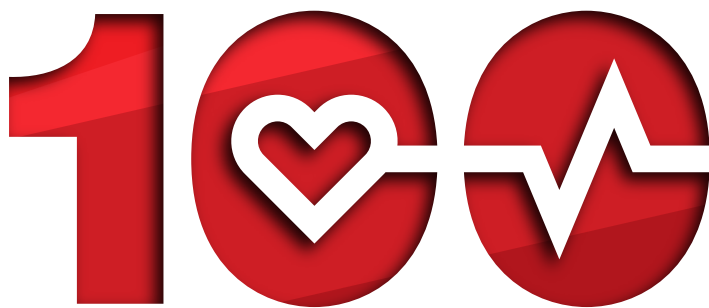


Szerkesztette:

Dr. Nemeskéri Zsolt

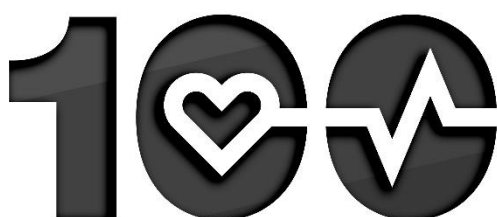


**foglalkozás
egészségi tényezői
a megváltozott
munkaképességű
személyek
foglalkoztatásában**

100 foglalkozás egészségi tényezői
a megváltozott munkaképességű személyek foglalkoztatásában

Szerkesztette:

Dr. Nemeskéri Zsolt



**foglalkozás
egészségi tényezői
a megváltozott
munkaképességű
személyek
foglalkoztatásában**

100 foglalkozás egészségi tényezői a megváltozott munkaképességű személyek foglalkoztatásában

Szerkesztette:

Dr. Nemeskéri Zsolt

Szerzők:

Dévényiné Rózsa Erika

Dr. Fehér Gergely

Kurnianto, Arie Arizandi

Dr. Nemeskéri Klára

Dr. Nemeskéri Zsolt

Szellő János

Dr. Zádori Iván

Szakmai lektorok:

Dr. Klein Sándor

Dr. Tibold Antal

Készült az Emberi Erőforrások Minisztériuma megbízásából

Budapest, 2021.

Nyomdai munkák:

DePress Nyomdaipari Kft.

ISBN 978-615-01-1118-6

Minden jog fenntartva! A munka egyetlen része sem használható fel és a szerzők előzetes írásbeli engedélye nélkül nem reprodukálható.

Kereskedelmi forgalomba nem hozható, ingyenes, zártkörű terjesztésű.

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés.....	9
2. Foglalkozások leírása	11
Adatrögzítő, kódoló - FEOR-08 4114	12
Adó- és illetékhivatali ügyintéző – FEOR-08 3652	14
Alkalmazásprogramozó – FEOR-08 2144.....	16
Általános irodai adminisztrátor – FEOR-08 4112	18
Bérelszámoló – FEOR-08 4122.....	20
Bolti eladó – FEOR-08 5113	22
Bolti pénztáros, jegypénztáros – FEOR-08 5117	24
Bőrdíszműves, bőröndös, bőrtermék készítő, -javító – FEOR-08 7216.....	26
Burkoló – FEOR-08 7534.....	28
Bútorasztalos – FEOR-08 7223	30
Cipész, cipőkészítő, -javító – FEOR-08 7217	32
Cukrász – FEOR-08 5135.....	34
Dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő – FEOR-08 6115.....	36
Egészségügyi dokumentátor – FEOR-08 3322.....	38
Egyéb egyszerű építőipari foglalkozású – FEOR-08 9329.....	40
Egyszerű erdészeti, vadászati és halászati foglalkozások – FEOR-08 9332	42
Egyszerű ipari foglalkozású – FEOR-08 9310	44
Egyszerű mezőgazdasági foglalkozású – FEOR-08 9331	46
Elemző közgazdász – FEOR-08 2624	48
Építésmérnök – FEOR-08 2115.....	50
Erdészeti foglalkozású – FEOR-08 6211	52
Faesztergályos – FEOR-08 7222	54
Fa- és könnyűipari technikus – FEOR-08 3114	56
Fakitermelő (favágó) – FEOR-08 6212	58
Famegmunkáló – FEOR-08 7221	60
Festékszóró, fénnyező – FEOR-08 7327	62
Festő és mázoló – FEOR-08 7535	64
Finommechanikai műszerész – FEOR-08 7420	66
Fizioterápiás asszisztens, masszőr – FEOR-08 3332	68

Forgácsoló – FEOR-08 7323	70
Gépészmérnök – FEOR-08 2118.....	72
Gépésztechnikus – FEOR-08 3116.....	74
Gipszkartonozó, stukkózó – FEOR-08 7512	76
Gyógynövénytermesztő – FEOR-08 6116	78
Gyógyszergyártó gép kezelője – FEOR-08 8133	80
Halászati foglalkozású – FEOR-08 6230	82
Hivatalsegéd, kézbesítő – FEOR-08 9233.....	84
Hulladékosztályozó – FEOR-08 9212	86
Humánpolitikai adminisztrátor – FEOR-08 4134	88
Informatikai és kommunikációs rendszereket kezelő technikus – FEOR-08 3141.....	90
Informatikai és telekom. berendezések műszerésze, javítója – FEOR-08 7342	92
Intézményi takarító és kisegítő – FEOR-08 9112	94
Iratkezelő, irattáros – FEOR-08 4136.....	96
Járműtakarító – FEOR-08 9114.....	98
Jelnyelvi tolmács – FEOR-08 3514.....	100
Jogász, jogtanácsos – FEOR-08 2611	102
Jogi asszisztens – FEOR-08 3642	104
Kalapos, kesztyűs – FEOR-08 7213.....	106
Kályha- és kandallóépítő – FEOR-08 7537.....	108
Kárpitos – FEOR-08 7224.....	110
Keramikus – FEOR-08 7413	112
Kerékpár-karbantartó, -javító – FEOR-08 7335.....	114
Készlet- és anyagnyilvántartó – FEOR-08 4131	116
Kézi csomagoló – FEOR-08 9225.....	118
Konyhai kisegítő – FEOR-08 9236	120
Kőfaragó, műköves – FEOR-08 7536	122
Kőműves – FEOR-08 7511	124
Könyvelő (analitikus) – FEOR-08 4121.....	126
Könyvkötő – FEOR-08 7233.....	128
Könyvtáros, informatikus könyvtáros – FEOR-08 2711.....	130
Könyvvizsgáló, könyvelő, könyvszakértő – FEOR-08 2513	132
Levéltáros – FEOR-08 2712.....	134

Manikűrös, pedikűrös – FEOR-08 5213.....	136
Mechanikaigép-összeszerelő – FEOR-08 8211.....	138
Minőségbiztosítási technikus – FEOR-08 3135	140
Műanyagtermék-gyártó gép kezelője – FEOR-08 8135.....	142
Műsorszóró és audiovizuális technikus – FEOR-08 3145.....	144
Műszaki rajzoló, szerkesztő – FEOR-08 3136	146
Nád- és fűzfeldolgozó, seprű-, kefégyártó – FEOR-08 7417	148
Nyomdai előkészítő – FEOR-08 7231.....	150
Ortopédiai eszközkészítő – FEOR-08 3334	152
Pék, édesiparitermék-gyártó – FEOR-08 7114.....	154
Pénzügyi ügyintéző (a pénzügyintézői ügyintéző kivételével) – FEOR-08 3611	156
Pénzügyi, statisztikai, biztosítási adminisztrátor – FEOR-08 4123	158
Pincér – FEOR-08 5132.....	160
Portás, telepőr, egyszerű őr – FEOR-08 9231	162
Postai szolgáltató (kézbesítő, válogató) – FEOR-08 4135	164
Pultfeltöltő, árufeltöltő – FEOR-08 9224	166
Rakodómunkás – FEOR-08 9223.....	168
Rendszerelemző (informatikai) – FEOR-08 2141	170
Rendszergazda – FEOR-08 2152.....	172
Szabó, varró – FEOR-08 7212.....	174
Szakács – FEOR-08 5134.....	176
Számítógép-hálózati elemző, üzemeltető – FEOR-08 2153.....	178
Számviteli ügyintéző – FEOR-08 3614.....	180
Szántóföldi-növénytermesztő – FEOR-08 6111.....	182
Szemétygyűjtő, utcaseprő – FEOR-08 9211	184
Szociális munkás és tanácsadó – FEOR-08 2312.....	186
Szociális segítő – FEOR-08 3511.....	188
Szőlő-, gyümölcsstermesztő – FEOR-08 6114	190
Szűcs, szőrmefestő – FEOR-08 7214	192
Tejfeldolgozó, tejtermékgyártó – FEOR-08 7113	194
Telefonos (multimédiás) értékesítési ügynök – FEOR-08 5123	196
Textilműves, hímző, csipkeverő – FEOR-08 7418	198
Ügyvéd – FEOR-08 2615	200

Vegyes profilú gazdálkodó – FEOR-08 6130	202
Vendéglős – FEOR-08 5131.....	204
Villamos gépek és készülékek műszerésze, javítója – FEOR-08 7341	206
Villamosipari technikus (elektronikai technikus) – FEOR-08 3122	208
Webrendszer- (hálózati) technikus – FEOR-08 3144.....	210
3. Fizikai képességek mérése ErgoScope rendszerrel	213
4. Felhasznált forrásmunkák jegyzéke	217
5. Foglalkozások mutatója FEOR szerinti sorrendben.....	219

1. Bevezetés

Magyarországon az elmúlt tíz évben megváltoztak a munkaerőpiaci körülmények, mivel a kínálatvezérelt munkaerőpiacot felváltotta a keresletorientált munkaerőpiac, melynek okai között megtalálható a globalizáció, a mobilitás folyamata, a gazdaság fejlődése és a tudás felértékelése. A keresletorientált munkaerőpiac szempontjából fontos, hogy a meglévő támogatási és szolgáltatási rendszer a rendelkezésre álló kockázati csoportokhoz tartozó állás-keresők, munkavállalók foglalkoztathatóságát, munkára kész állapotát elősegítse, illetve megőrizze. A fogyatékos és megváltozott munkaképességű emberek jelentős munkaerőpiaci tartalékot képeznek.

Az *Országos Fogyatékosügyi Program* (2015-2025), az uniós koncepcióval összhangban kiemeli, hogy a fogyatékos és megváltozott munkaképességű személyek foglalkoztatása területén minden esetben elsődleges cél a minél nagyobb arányú nyílt munkaerő-piaci elhelyezkedés. Ebben kulcsfontosságú a foglalkoztatók és a munkavállalók közötti kapcsolat megteremtése, mindkét oldal megfelelő felkészítése, ösztönzése az ilyen típusú foglalkoztatásra, illetve munkavállalásra. E rendszer összefügg az egészséggel, a munkaképességgel és a foglalkoztathatósággal.

A munka világa, a munkakörnyezet olyan egészséget és biztonságot veszélyeztető kockázatokkal jár, amely lényegesen meghaladja az ember egyéb környezetének hatásait, különösen a foglalkozási egészség szempontjából. A WHO (World Health Organization – Egészségügyi Világszervezet) az egészséget a munkával kapcsolatban nemcsak a betegség vagy gyengeség hiányaként értelmezi, hanem számba veszi az egészséget befolyásoló összes fizikai és szellemi elemet, amely közvetlen kapcsolatban van a biztonságos és egészséges munkavégzéssel. Az ILO (International Labor Organization – Nemzetközi Munkaügyi Szervezet) alapvető emberi jogként határozza meg minden munkavállaló számára biztosítandó legmagasabb szintű egészségvédelmet.

A munkaképesség a munkahelyi követelmények és az egyéni erőforrások mérlege, amely a munkahelyen kívüli tényezőket, így például a családot és a társadalmat is figyelembe veszi. Míg a munka jellege, mennyisége és szervezése, valamint a munkakörnyezet és munkahelyi közösség a munkahelyi követelményeket befolyásolja, addig az egyéni erőforrások az egészségtől, a kompetenciától, az értékektől, a hozzáállástól és a motivációtól függenek. A munkaképesség összetett, többdimenziós természetének köszönhetően a munkaképesség meghatározása kizárólag objektív mérések vagy szakértői értékelés alapján komoly kihívást jelent.

A foglalkoztathatóság tartalmazza az „egyéni tényezőket,” az alapvető tulajdonságokat, általános készségeket, a munkával kapcsolatos tudásanyagot. A „személyes körülményeket”, amelyhez egy sor társadalmi-gazdasági tényező tartozik, melyek az egyén társadalmi és háztartási helyzetére vonatkoznak. Ezek hatással lehetnek az egyén munkavállalási képességére és akaratára, vagy arra a környezeti nyomásra, amely rákényszerítheti a munkalehetőség elfogadására. A személy foglalkoztathatóságára ható „külső tényezőket”, ilyenek például a munkaerőpiaci kereslet feltételei és a foglalkoztatással kapcsolatos állami szolgáltatások képessé tevő támogatása.

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma megbízásából és támogatásából készült kiadványunk célja, hogy hozzájáruljunk a foglalkozási rehabilitáció koncepciójához, a fogyatékos és megváltozott munkaképességű emberek munkaerőpiaci integrációját elősegítő minimumfel-

tételek megteremtéséhez, ezáltal az érintett emberek alkalmasak legyenek a minél teljesebb értékű foglalkoztatásra; érdekeltnek legyenek a munkavállalásban, a munkáltatók pedig befo-
gadóvá váljanak a fogyatékosokkal élő emberek iránt. Másik fontos célunk a rehabilitációs
szervezetek foglalkozási, orvosi, szociális szakembereinek, valamint munkaerő-
közvetítőknél, HR munkatársaknál nyújtunk olyan segítséget, amelyek megalapozottabbá
teszik tanácsadói munkájukat.

Munkánkhoz módszertanként a logikai lánc analízist (a foglalkozás leírásától az egészségre
gyakorolt hatáson át a munkahelyi adaptációig) és a dokumentumelemzést vettük alapul,
vizsgálatunk tartalmazta az összehasonlítást és a foglalkozások gyakoriságának elemzését a
célcsoportok körében. A feldolgozás a FEOR (Foglalkozások Egységes Osztályozási Rend-
szere) és a jelentős számú irodalom alapján történt. Szerkezetét tekintve a 100 foglalkozást
tíz szempont alapján mutatjuk be:

1. *A foglalkozások rövid, tömör leírása*, a FEOR mellett több dokumentum és gyakorlati útmutató alapján történik.
2. *Betölthető munkakörök* tartalmazzák a foglalkozáshoz a FEOR által hozzárendelt mun-
kaköröket (pl.: adatrögzítő foglalkozás esetében gépi kódoló, pénzügyi adatrögzítő,
számítógépes adatrögzítő munkakörök).
3. *A készségek, kompetenciák megfogalmazása*. A készségeket a cselekvés konkrét formája
(pl.: kommunikációs készség), a tevékenység típusa (manuális, szenzomotorikus, intel-
lektuális), és összetettségük (több elemi készség) alapján határoztuk meg. A kompeten-
ciák hozzárendelésekor generikus módon egyrészt a kognitív, másrészt a társas és a spe-
ciális kompetenciák meghatározását tartottuk fontosnak.
4. *A foglalkozás jellege* a foglalkozások általános leírását tartalmazza (pl.: ülő, álló).
5. *A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása* felsorolja az általános és speciális foglalko-
zási és foglalkozással összefüggő kórállapotokat, és azokat a népességben gyakran elő-
forduló megbetegedéseket, amelyek súlyossága fokozódhat.
6. *Lehetséges kórokok* között felsoroljuk a fizikai, kémiai, biológiai, ergonómia és pszicho-
szociális kóroki tényezőket.
7. *Kizáró, korlátozó okok és tényezők* olyan betegségek, illetve állapotok, amelyek a befo-
lyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kom-
munikációt.
8. *Prevenációs előírások és javaslatok* tartalmazzák a megelőző és időszakos orvosi vizsgá-
latokat, az egészségmegővést, védőeszközöket vagy például a kötelező oltásokat.
9. *Fogyatékosági és képességbeli megfelelés* szerint meghatározzuk a célcsoporton belül
mely fogyatékos és megváltozott munkaképességű személy számára ajánljuk a foglalko-
zást, esetenként kiegészítve a jellemző munkakörökkel.
10. *Munkahelyi adaptáció* közé tartoznak az építészeti-, közlekedési-, térbeli-, ergonómiai-,
antropometriai-, érzékelési és kommunikációs akadályok elhárítása, a munkafeladatok
átadása.

A fogyatékos csoportok kijelölésekor a klasszikus, jogszabályban is megjelent típusokat
(értelmi fogyatékosok, hallássérültek, mozgáskorlátozottak, látássérültek, autisták) vettük
alapul, azzal a szemlélettel, hogy a fogyatékos és megváltozott munkaképességű emberek
foglalkoztatása kiszélesedhet, ha a megfelelő segítséget (eszközökben, tudástranszferben,
szemléletben, mentori munkában stb.) megkapják hozzá. Új elemként a későbbi prevencióra
figyelemmel, esetenként beépítettünk olyan elemeket, mint például a modern ergonómia
vagy az exoskeletonok (mesterséges külső vázak) használata, illetve az ErgoScope vizsgálá-
ti rendszer alkalmazási lehetőségeit is bemutatjuk.

2. Foglalkozások leírása

Adatrögzítő, kódoló - FEOR-08 4114

A foglalkozás rövid leírása: az adatrögzítő, kódoló szövegeket, számokat és egyéb adatokat visz be információs rendszerekbe, elektronikus berendezésekbe feldolgozás és továbbítás céljából.

Betölthető munkakörök: adatrögzítő, adatrögzítő adminisztrátor, gépi kódoló, pénzügyi adatrögzítő, számítógépes adatrögzítő, számítógépkód-rögzítő

Készségek és kompetenciák: az adatrögzítő, kódoló tevékenységének alapja a jó látás és rendszerezés. A munka jellegéből adódóan fontos a monotóniatűrési képessége.

A foglalkozás jellege: ülő, épületen belül végzett szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy egyoldalú, ismétlődő, monoton munka vagy képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós ülőmunka végzése nem javasolt.

A jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok *baleseti kockázattal* járnak.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek, esetenként autista (Asperger-szindrómás) munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. A munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől. Az autista munkavállalók olyan feladatok végrehajtásában teljesítenek jól, amelyek kiszámíthatóak és nem változnak.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett, gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.); az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.); és a speciálisan kialakított IT eszközökről (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.). Szükség szerint mentor biztosítása.

Adó- és illetékhivatali ügyintéző – FEOR-08 3652

A foglalkozás rövid leírása: az adó- és illetékhivatali ügyintéző feladata az adó-, illeték- és más kötelező befizetés, költségvetési támogatás megállapítása, kiszabása, beszedése, nyilvántartása végrehajtása, visszatérítése, kiutalása és ellenőrzése. Hatósági nyilvántartásokat vezet, (adóalany-nyilvántartás és adófolyószámla vezetése, a munkáltatók és kifizetők által foglalkoztatott biztosítottak adatainak nyilvántartása), ellátja a szerencsejátékok felügyeletével összefüggő hatósági feladatokat.

Betölthető munkakörök: adóügyi adminisztrátor, adóügyi előadó, adóügyi ügyintéző, adóügyi ügyintéző, adóhatósági ügyintéző, adóigazgatási előadó, adóigazgatási szakügyintéző, adókönyvelési ügyintéző (önkormányzati), adókönyvelő

Készségek és kompetenciák: az adó- és illetékhivatali ügyintéző munkájában a kognitív kompetenciák mellett fontos a megfelelő kommunikációs készség. A társas kompetenciák közül lényeges a felelősségérzet és a döntésképeség. A tevékenység monotónia- és stressztűrő képességet igényel.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavar, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás. Kiegész. Baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) kockázata minimális.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. A pszichoszociális kóroki tényezők számos lelki és szomatikus egészségkárosodást okozhatnak (szív- és érrendszeri betegségek, magas vérnyomás betegség, gyomor-bélrendszer egyes kórállapotai, váz- és izomrendszeri, idegrendszeri és érzékszervi megbetegedések kockázatának növekedése). Nő a depresszió, a pánik szindróma, a generalizált szorongás és a poszttraumás stressz szindróma előfordulásának gyakorisága.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek az ép hallást és a fokozott figyelmet igénylő munka végzését akadályozzák.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek tartós ülőmunkát, tartós állást, fokozott érzelmi megterhelés viselését vagy a jó látást befolyásolják.

Szabadban végzett munka akadályozottsága vagy jó egyensúly hiánya fokozott baleseti kockázattal járhat.

Jelentősen befolyásolják olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kommunikációt zavarják.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, háskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és hallássérültek által is végezhető tevékenységek, munkafolyamatok. A munkaköröket és a feladatokat a munkavállaló akadályozottságának (hallás, mozgás) figyelembevételével, funkcionális képességüknek megfelelően kell kijelölni. Például a hallássérültek esetében az ügyfélszolgálati munkák helyett, célszerű háttér irodai munkákat (adóügyi adminisztrátor, nyilvántartó, adókönyvelő) kijelölni.

Munkahelyi adaptáció: a munkakörülményeket és a munkafeltételeket a szükségletekhez igazítva kell kialakítani, ezért a munkavégzéshez használatos eszközök a mozgás- és hallássérültek számára legyenek megfelelőek. A tevékenységek nagyobb része ülőmunkával jár, ezért a bútorzat (asztal, szék) ergonómiai kialakítása szükséges. Biztosítani kell a könnyen elérhető szekrényeket, polcokat, tárolókat, a mozgásukban korlátozottak számára a fizikai akadálymentesítés funkcionális kialakítását. Hallássérültek esetében szükség szerinti indukciós hurok és speciális számítógép biztosítása. Estenként szükséges mentor biztosítása.

A foglalkozás rövid leírása: az alkalmazásprogramozó szoftveralkalmazásokhoz és operációs rendszerekhez tartozó műszaki utasításokban és leírásokban meghatározott programozható kód írását és karbantartását végzi, valamint különböző programnyelveken forrásprogramokat ír. Összehasonlítja a piacon megtalálható termékeket, a tervezett fejlesztés szempontjából fontos jellemzők alapján. Meghatározza a forrásanyagok előállításához szükséges hardver eszközök és műszaki berendezések paramétereit, képességeit, a vonatkozó szabványokat. Kijelöli a forrásanyagok (szöveg, hang, mozgó- és állókép, grafika) előállításához és szerkesztéséhez szükséges szoftver eszközök paramétereit és szolgáltatásait.

Betölthető munkakörök: alkalmazásfejlesztő informatikus, alkalmazási rendszergondozó, alkalmazás-programozó, infokommunikációs alkalmazásfejlesztő, informatikai alkalmazásfejlesztő, internetes alkalmazásfejlesztő, programfejlesztő, számítógépes programozó, szoftverfejlesztő

Készségek és kompetenciák: az alkalmazásprogramozó feladata döntően intellektuális tevékenység, amely magában foglalja a rendszerezés, a rendszerszemlélet, a modellalkotás, osztályozás, összehasonlítás kompetenciáit. Lényeges képességek a türelem és a megfontoltság.

A foglalkozás jellege: ülő, álló és álló testhelyzetben, épületen belül folytatott szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegségek, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás daganatok és szív-érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. Baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. A pszichoszociális kóroki tényezők számos lelki és szomatikus egészségkárosodást okozhatnak (szív- és érrendszeri betegségek, magas vérnyomás betegség, gyomor-bélrendszer egyes kórállapotai, váz- és izomrendszeri, idegrendszeri és érzékszervi megbetegedések kockázatának növekedése). Nő a depresszió, a pánik szindróma, a generalizált szorongás és a poszttraumás stressz szindróma előfordulásának gyakorisága. Nem ionizáló sugárzás hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós ülőmunka vagy képernyő előtti munka nem végezhető vagy a jó látás vagy fokozott figyelem akadályozott.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy kórállapotok, melyek jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképeséget, az érzékszervek működését és a kommunikációt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok

előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, webkamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

Általános irodai adminisztrátor – FEOR-08 4112

A foglalkozás rövid leírása: az általános irodai adminisztrátor különféle szakterületeken irodai, adminisztratív és dokumentációs jellegű feladatokat lát el. Részt vesz a szervezeten belüli ügyviteli, ügyintézési folyamatokban. Adatokat, információkat gyűjt, tárol, rögzít, nyilvántart. Szükség szerint iktat.

Betölthető munkakörök: adminisztrációs ügyintéző, alapítványi ügyintéző, bírósági adminisztrátor, bírósági írnok, dokumentációs ügyintéző, gépíró-szövegszerkesztő, hirdetési adminisztrátor, írnok, közösségi segéd asszisztens, műhelyírnok, sajtófigyelő adminisztrátor, szállodai adminisztrátor, tanfolyami adminisztrátor, tanszéki adminisztrátor, tanulmányi adminisztrátor, törzskönyvező (állatnyilvántartás), ügyészségi adminisztrátor, üzemírnok

Készségek és kompetenciák: az általános irodai adminisztrátor munkájának alapja a jó kommunikációs- és szervezőkészség. Fontos a felelősségtudat, a figyelemkoncentráció, az együttműködő készség, az információkezelés és -rendszerzés képessége. Meghatározó lehet a türelem és a problémamegoldó készség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegség, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. A pszichoszociális kóroki tényezők számos lelki és szomatikus egészségkárosodást okozhatnak (szív- és érrendszeri betegségek, magas vérnyomás betegség, gyomor-bélrendszer egyes kórállapotai, váz- és izomrendszeri, idegrendszeri és érzékszervi megbetegedések kockázatának növekedése). Nő a depresszió, a pánik szindróma, a generalizált szorongás és a poszttraumás stressz szindróma előfordulásának gyakorisága. Munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek tartós ülőmunka végzését vagy fokozott figyelmet igénylő munkát vagy képernyő előtti munka végzését nem teszik lehetővé.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás vagy az egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nehezített.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek az ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: az általános irodai adminisztrátor mozgás- látás- és hallássérültek által is végezhető tevékenység, a funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amely a munka jellegéből adódnak (például a sok mozgással járó titkárnői feladatok és a helyhez kötött gépiró, szövegszerkesztő között).

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) tényezőkből adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bútortat ergonómiája. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését és más, speciálisan kezelhető irodagépeket kell biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a bérelszámoló alapfeladataiból adódóan bérekkel kapcsolatos információk összegyűjtésével, ellenőrzésével és feldolgozásával, a munkavállalóknak járó bérek és juttatások kiszámításával foglalkozik. Biztosítja a számfejtést, a gazdasági szervezetet terhelő járulékok összegének megállapítását. Döntően számítógépes, illetve esetenként kézi nyilvántartásokat vezet. Gondoskodik a bérek és járulékok utalásáról.

Betölthető munkakörök: bérelleőr, bérelőkészítő, bérelszámolási ellenőr, bérszámfejtő, bérszámfejtő és kalkulátor, bérügyi adminisztrátor, bérügyi asszisztens, bérügyi előadó, bérügyi ügyintéző, bérügyintéző, társadalombiztosítási ügyintéző (vállalati)

Készségek és kompetenciák: a bérelszámoló tevékenységének ellátásához jó látásra, hallásra és kommunikációs készségre van szükség. Fontos jellemzői a megbízhatóság, a türelem, a rendszerezés és az osztályozás képessége, illetve a monotónia-tűrés.

A foglalkozás jellege: ülő, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: a baleseti egészségkárosodás kockázata (esés, közlekedés) minimális. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegség, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. A pszichoszociális kóroki tényezők számos lelki és szomatikus egészségkárosodást okozhatnak (szív- és érrendszeri betegségek, magas vérnyomás betegség, gyomor-bélrendszer egyes kórállapotai, váz- és izomrendszeri, idegrendszeri és érzékszervi megbetegedések kockázatának növekedése). Nő a depresszió, a pánik szindróma, a generalizált szorongás és a poszttraumás stressz szindróma előfordulásának gyakorisága. Munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek tartós ülőmunkát vagy képernyő előtt végzett munkát vagy fokozott figyelmet igénylő munkát nem teszik lehetővé.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy kórállapotok, melyek a jó látást vagy az egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzését nehezítik.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképeséget, az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: bérelszámolóként a mozgásukban és hallásukban korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve a munkakörök esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis iroda berendezés kialakítása, ergonómikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

A foglalkozások rövid leírása: a bolti eladó a kereskedelmi vállalkozásokban kiszolgálja és tájékoztatja a vásárlókat. Feladata a vásárlók köszöntése, fogadása, útbaigazítása, felvilágosítás, tanácsadás az áru kiválasztásához, a vevők kiszolgálása, az áru csomagolása, a pultok feltöltése, árazás, raktárakban szakosított rend kialakítása. Fontos feladata a pénztár kezelése. Közreműködik a leltározásban, áruátvételben, rakodásban, raktározásban.

Betölthető munkakörök: alkatrész-értékesítő, áruházi eladó, bútor- és lakástextil-eladó, élelmiszer- és vegyiáru-eladó, gépjárműértékesítési eladó, gyógyászati segédeszköz eladó, használtcikkbolti eladó, hús- és hentesáru-eladó, kertészeti gazdabolti eladó, könyvesbolti eladó, műszakcikk eladó, nagykereskedelmi eladó, óra-ékszer és díszműáru eladó, porcelán- és edényáru-eladó, ruha-, textil eladó, totó-lottóértékesítő és hírlapárus, trafikos, újságárus, virágbolti eladó, zöldség-gyümölcs eladó

Készségek és kompetenciák: a bolti eladó számára a szükséges érzékelési funkciókon (látás, hallás, szaglás) túlmenően fontos a jó kommunikációs készség, a határozottság, a felelősségvállalás és a szervezőkészség. A pénzkezeléshez szükségesek matematikai készségek. A feladatok elvégzéséhez jelentős az információkezelés és a stressz tűrésének képessége.

A foglalkozás jellege: gyakran álló, helyváltoztatással járó, épületen belül és kívül, időnként kényszertesthelyzetben végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt káros hatása: alkalmanként kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Kézi tehermozgatás esetén a váz- izomrendszer megbetegedéseinek kockázata fokozódik. Lopás gátló berendezések okozta elektromágneses sugárzás. Számla nyomtatás során ultrafinom részecskék inhalációja. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A hosszú, irreguláris munkaidő és az éjszakai munkavégzés egészségkárosító hatása (nő a szív- érrendszeri és daganatos betegségek kialakulásának kockázata, IARC 2A valószínűleg rákkeltő besorolás). Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórok: kedvezőtlen klimatikus viszonyok. Baleseti egészségkárosodás. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása. Munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Korlátozzák a munkavégzést olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a jó látás vagy ép hallás nehezített.

Baleseti kockázattal járnak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós állómunka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállaló

lőkat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Élelmiszerboltokban történő munkavégzés esetén, közfogyasztásra szánt élelmiszerek forgalmazásával járó munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj hatásának csökkentésére, minőségbiztosítás HACCP.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően, védőruha /munkaruha/, védőkesztyű, védőlábbeli szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás a látás-, hallás- és értelmi sérültek, esetenként autisták, valamint egyes munkakörökben mozgáskorlátozott munkavállalók (például, trafikos, szerencsejáték bolti eladó stb.) által is betölthető. A munkaköröket úgy kell módosítani, hogy az hasznosan megfeleljen fizikai, szellemi kompetenciáiknak. Az értelmi sérültek, autisták esetében célszerű az egyértelmű, tömör, egyszerű szavakkal leírt munkaköri elvárás leírása, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítása.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközökön túl, a munkahely méretétől függően, illetve több érintett munkavállaló esetében komplex akadálymentesítés szükséges. Szintkülönbség akadálymentes áthidalására rámpa vagy egyéb gépészeti megoldás (felvonó, emelőlap, korlátfelvonó) alkalmazása. A közlekedést a jól hallható eligazítás, vagy könnyen látható feliratozás, információs táblák, térképek megfelelő elhelyezése segítik. Hallásvesztés mértékének megfelelő eszközök (audiovizuális akadálymentesítés, piktogramok, egyéb jelzések, FM vezeték nélküli kommunikációs technológia).

Bolti pénztáros, jegypénztáros – FEOR-08 5117

A foglalkozás rövid leírása: a bolti pénztáros, jegypénztáros feladata a készpénzes, utalványos, hitel- vagy bankkártyás fizetések lebonyolítása és ellenőrzése az áruházakban, jegyirodákban vagy hasonló egységekben. Pénztárgépet, optikai árleolvasót, számítógépet és egyéb berendezéseket működtet az áruk, szolgáltatások ellenértékének rögzítése és átvétele céljából.

Betölthető munkakörök: áruházi gyűjtőpénztáros, árukiadó pénztáros, árupénztáros, bérletpénztáros, bolti főpénztáros, bolti pénztárgép-kezelő, jegyértékesítő, közfürdő-pénztáros, menetjegykiadó, mozijegy-pénztáros, önkiszolgáló bolti pénztáros színházi pénztáros, vasúti pénztáros, vendéglátóipari pénztáros

Készségek és kompetenciák: a bolti pénztáros, jegypénztáros számára elengedhetetlen a jó látás és hallás, a megfelelő kommunikációs készség, a fejlett számolási (numerikus) készség. Fontos továbbá a felelősségérzet, a rendszerezés és osztályozás, valamint az információkezelés képessége, a jó stressztűrő képesség.

A foglalkozás jellege: ülő, időnként kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége. Alkalmanként kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Kézi tehermozgatás esetén a felső végtagi váz- izomrendszer megbetegedéseinek kockázata fokozódik. A lopásgátló rendszerek következtében elektromágneses sugárzás okozta expozíció egészségkárosodást okozó hatása. A számlagépek működése, a számlák nyomtatása ultrafinom részecskék keletkezésével jár, légúti és bőrön keresztüli expozíció révén fokozódhat a légzőszervi és bőrbetegségek kialakulásának kockázata. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegség, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A hosszú, irreguláris munkaidő és az éjszakai műszak egészségkárosító hatása (nő a kardiovaszkuláris és daganatos betegségek kialakulásának kockázata, IARC 2A lehetséges rákkeltő besorolás).

Lehetséges kórokok: kedvezőtlen klimatikus viszonyok. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. A pszichoszociális kóroki tényezők számos lelki és szomatikus egészségkárosodást okozhatnak (szív- és érrendszeri betegségek, magas vérnyomás betegség, gyomor-bélrendszer egyes kórállapotai, váz- és izomrendszeri, idegrendszeri és érzékszervi megbetegedések kockázatának növekedése). Nő a depresszió, a pánik szindróma, a generalizált szorongás és a poszttraumás stressz szindróma előfordulásának gyakorisága. Munkahelyi stressz, munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy a fokozott figyelmet befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozóak az olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek az ép hallást, a tartós ülőmunka végzését vagy az érzelmi megterheléssel járó munka végzését nehezítik.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Képernyő előtti munkavégzés esetén a munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Élelmiszer boltokban történő munkavégzés közfogyasztásra szánt élelmiszerek forgalmazása esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő- „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok könyv” szükséges.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj, valamint kémiai, fizikai, ergonómiai és pszichoszociális kockázatok hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően: védőruha /munkaruha/, védőkesztyű, védőlábbeli szükséges. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a megváltozott munkaképességű fogyatékos munkavállalók esetében e foglalkozás, a mozgásukban korlátozottak, estenként látássérültek alkalmazását teszi lehetővé. Tevékenységüket az egészségkárosodás típusához, a meglévő funkcióképességüknek, és a munkarendnek, (lehetőleg egy műszakban, gyakoribb szünetekkel) megfelelően kell kialakítani.

Munkahelyi adaptáció: a mozgássérülteknél és látássérülteknél elsődleges szempont a környezeti adaptáció, a közvetlen munkatér ergonomikus, specifikus berendezése (pénztárfülke, szék, asztal, megvilágítás) és az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása. Sérüléstípusnak megfelelő pénztárgép, áruleolvasó, könnyen kezelhető segítségkérő telefon, vagy más berendezés szükségeszerű beállítása.

Bőrdíszműves, bőrröndös, bőrtermék készítő, -javító – FEOR-08 7216

A foglalkozás rövid leírása: e foglalkozás betöltője meghatározott technológia, szabás- és dolgozóminta alapján bőrből és műbőrből, textilanyagból használati tárgyakat, ruházati kiegészítőket, lovas felszereléseket, és egyéb bőrtermékeket készít, illetve javít. Elvégzi a termékgyártás általános és speciális műveleteit. Különböző alaptechnológiákat (vágott, behajtott, ellentétesen behajtott, varrásvédős, kanalas, formaalakító) alkalmaz.

Betölthető munkakörök: bőr ajándéktárgy készítő, bőr hátizsák készítő, bőr kulcstartó-készítő, bőrárújavító, bőrdíszmű-összeállító, bőrdíszműszabász, bőrdíszműtűző, bőrlabda-varró, bőrtáskavarró, bőrtermékkészítő, bőrtokkészítő, kézműves (bőr), köténykészítő (bőrből), lószerszámkészítő, óraszíjkészítő, ostorszíjkészítő, pórázkészítő, szíjgyártó, táskajavító és -készítő (bőrből), tímár

Készségek és kompetenciák: a bőrdíszműves jellegű munkakörökben jó látás és jó manuális készségek szükségesek a foglalkozás gyakorlásához. Személyes kompetenciáiban fontos lehet az esztétikai érzék, a harmónia, türelem, esetenként (főként tömeggyártás-jellegű termelési folyamatok esetében) a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben, védőeszközök alkalmazásával végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kézkar vibráció és elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. Egyes, a munkavégzés során alkalmazott kémiai anyagok daganatok és szív- érrendszeri, légúti, idegrendszeri, érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, immun, endokrin, vese- és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. A kényszerszertesthelyzetben végzett munkavégzés fokozza váz- izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegség, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció és egészségkárosodás lehetséges (*Aspergillus niger*, *Penicillium glaucum* (*Rhodotorula*, *Cladosporium*, *Torulopsis* fajok). Ergonómiai, pszichés és pszichoszociális egészséget érintő kockázatok. A foglalkozást az IARC 3. kategóriába, azaz nem klasszifikálható rákkeltők közé sorolta. Jellemző kontakt és szisztémás allergiás kórállapotok előfordulása. A bőripari ágazatban gyakoribb az orrmelléküreg, tüdő-, here-, lágyszív-, hasnyálmirigy-, hólyagrák előfordulása.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Korlátozóak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek a jó látást vagy az ép színlátást befolyásolják, melyekben nem végezhető tartós ülőmunka vagy gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése vagy melyekben nem javasolt vegyi anyagokkal végzett munka.

Baleseti kockázattal jár a jó egyensúlyérzés hiánya.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, szem, arc védelme, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, értelmi- hallássérült, esetenként autista személyek által végezhető tevékenység, amely a fogyatékoság típusának és meglévő kompetenciáinak figyelembevételével, megfelelő módosításával segíthető elő. Különösen fontos, hogy hosszabb időt kell biztosítani az értelmi sérültek és az autisták számára a munkafolyamatok betanítása során, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok betanulásának biztosítására.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak, szociális helységek fizikai akadálymentesítése során figyelembe kell venni a fogyatékoság típusát. Általánosságban is fontos, hogy a szöveges feliratok kellő betűnagysággal, jól értelmezhetők, egyértelműek legyenek. A tevékenységhez szükséges a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás. Lényeges, hogy a munkafolyamatok betanítására hosszabb időt kell szánni, különösen a használtban lévő gépek és szerszámok (harangkéses vékonyító gép, karos varrógépek, lyukasztók, vékonyító kések, varró árák) miatt. Az értelmi fogyatékos és az autista munkavállaló mellé célszerű mentort biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a burkoló különböző épületek, építmények függőleges és vízszintes felületeinek hideg, illetve meleg tapintású burkolatát készíti, javítja vagy bontja. Feladata hideg tapintású burkoló lapok, parketta, szőnyegpadló, műanyag padló elhelyezése, a szükséges anyagmennyiség meghatározása, a burkolandó felület előkészítése, letisztítása, a burkolatok letisztítása, méretre vágása, elhelyezése, ragasztása, fugázás, illetve parketta-csiszolás és lakkozás.

Betölthető munkakörök: burkoló kőműves, csempéző és műkövező, díszburkoló, díszítő-mozaik-burkoló, épületburkoló, fapadló- és műanyagburkoló, hidegburkoló, homlokzatburkoló, járdakövező, járdaszegély kövező, járólapozó, kőlapburkoló, melegburkoló, műanyagpadló burkoló, padló- és parkettarakó, padlócsiszoló, padlószőnyeg-fektető, parkettacsiszoló, parkettás, térburkoló

Készségek és kompetenciák: a burkoló munkájában meghatározó a jó fizikai állóképesség, a jó látás/térlátás. Kompetenciái közé tartozhat a szervezőkészség, a pontosság, az esztétikai érzék, a monotonia jó tűrése. Fejlett matematikai (numerikus) képességek.

A foglalkozás jellege: térdelő, guggoló, gyakran kényszertesthelyzetben, főleg beltéren, védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, áramütés, közlekedés) veszélye. Porexpozíció (szervetlen ultrafinom porok, kvarc és kerámia, terméskövek, gipsz) miatt szilikózis és egyéb porbelégzési betegségek, vegyi anyagok, fémek-berillium antimon oxid, bárium, borax, kadmium, szelén, kobalt, kolemanit, réz, króm, mangán, nikkel, kálium dikromát, vanádium, cink és dioxinok, szerves oldószerek egészségkárosító hatása miatt gyakoriak a légúti kórképek /krónikus bronchitis, COPD, tüdő granulomás és heges elváltozásai/, bőr allergiás megbetegedései, kontakt bőrgyulladás. Gyakoribb a kerámia rostok, kvarcpor okozta tüdőrák (refrakter kerámia rostok IARC 2B lehetséges rákkeltő csoportba soroltak). Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A burkolók között előfordulhat zajexpozíció okozta halláskárosodás, kéz-kar vibrációs betegség.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a tartós kényszertesthelyzettel járó (görnyedés, térdelés, guggolás, előrehajolás) munka nem végezhető.

Korlátozóak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek a jó látást, ép színlátást vagy gyakori hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését nehezítik.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek a jó egyensúly érzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy amelyekben fokozottan balesetveszélyes munka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsá-

gi követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiség, berendezések, gépek, eszközök, vezetékek tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, leesés elleni védelem, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem, és fej védelem, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: elsősorban hallássérült munkavállalók és enyhén értelmi fogyatékosok számára ajánlott foglalkozás, esetenként olyan látássérült személy is alkalmazható, akinek a térlátása ép. A munkafolyamatban elfoglalt helyük és szerepük függ a meglévő kompetenciáiktól, akadályozottságuk minőségétől. Fontos lehet, hogy csapatban dolgozzanak, folyamatos kontrollal.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközök mellett speciális eszközök, berendezések beszerzésével biztosítható munkavégzésük. A hallássérült munkavállaló esetében, ha gépet használ (asztali vizes vágó, elektromos csempe- és kővágó gépek) legyenek olyan jelzések (fény), amely a meghibásodást közvetíti számára. Prevenációs jelleggel „szék nélküli szék” exoskeleton biztosítás, amely munkanadrágra húzható, kimerevíthető, könnyűsúlyú váz. Ez a sok állást vagy guggolást igénylő folyamatokban segíti a póz megtartását.

A foglalkozás rövid leírása: a bútorasztalos bútoripari vállalkozásokban bútorokat készít, javít és újít fel. Feladatai többek között a fa alapanyag előkészítése és válogatása, a műhelyrajz alapján lapalkatrészek kialakítása (vágása, gyalulása). Bútorlapok csapjainak, összeillesztési felületeinek kidolgozása, sík és görbe felületek furnérozása, felületek csiszolása, pácolása, festése, fényezése. Bútorok összeállítása, fa-, csont- és gyöngyház díszítőelemek berakása és beépítése, valamint stílus- és anyagismeret alapján régi bútorok felújítása, javítása.

Betölthető munkakörök: általános asztalos, asztalosipari felületkezelő, beépített bútor helyszíni szerelője, beépítettbútor-készítő, bútorfelület-kezelő, bútorfényező, bútorfestő, bútorgyártó, bútorjavító, bútorműves és intarziakészítő, bútorpácoló, bútorrestaurátor, díszlet-asztalos, egyedibútor-készítő, intarziakészítő és -berakó, kárpitozott bútor gyártó, lakkozó (fa), mintakészítő asztalos, műbútorasztalos és restaurátor, TMK asztalos

Készségek és kompetenciák: a bútorasztalos munkájában a szem-kéz koordináció, a figyelemkoncentráció, a jó fizikum és a kez ügyesség meghatározó. Lényeges a modellalkotás, az esztétikai érzék, a képi információk feldolgozásának képessége és a környezettudatosság.

A foglalkozás jellege: álló, kényszertesthelyzetben, épületen belül műhelyben, néha szabadban, védőeszközök alkalmazásával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) kockázata. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás, zaj, egésztest és kéz-kar vibráció egészségkárosító hatásai. Fapor belélegzése okozta légzőszervi károsodás (a keményfa por IARC 1 kategóriájú, biztosan rákkeltő, orrgarat, melléküregek, tüdőrák előfordulása emelkedik, határérték 5 mg/m³). A tevékenység során fizikai, kémiai (lakkok, festékek, fakonzerváló anyagok), biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, légúti, immun, idegrendszeri, gyomorbélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi tehermozgatás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Típusos foglalkozási betegség a kéz-kar vibrációs megbetegedés. A famegmunkáló tevékenységet és a bútorgyártást az IARC 1 bizonyosan rákkeltő csoportba sorolja.

Lehetséges kórokok: fapor expozíció, fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás, jó egyensúlyérzés vagy a tartós kényszertesthelyzetben végzett munka akadályozott, melyeknél fokozott balesetveszélyben vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen nem dolgozhat a munkavállaló.

Korlátozóak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek ép hallást, tartós állómunka végzését nehezítik, melyekben zajos munkahelyen vagy vegyi anyagokkal vagy fokozott figyelmet igénylő vagy gyakori hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését igénylő munka nem végezhető.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, a szem, az arc és a fej védelme, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérült munkavállalók és egyes munkafolyamatokban (bútorfelület-kezelő, bútorfényező, bútorfestő) értelmi fogyatékosok is alkalmazhatók. A meglévő funkciók és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amely a munka jellegéből adódnak. A foglalkozás sokrétűségéből adódóan a betanításra több időt kell fordítani az átlagosnál.

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítés a vonatkozó eljárások szerint történhet. A hallássérült munkavállalók esetében szükségszerű a jó szájról olvasási képesség, a vizuális szemléltetés, a jelnyelv egyes elemeinek ismerete, képek, kép-, hang- és írásalapú, vezetéknélküli kommunikációs eszközök, rendszerek alkalmazása. Az értelmi fogyatékosok számára a figyelemfelhívó szöveges feliratoknak jól értelmezhetőnek kell lenniük. Esetenként egészségmegőrző jelleggel háttámaszos exoskeleton használata szükséges lehet: ez a mesterséges külső váz segíti a hát megfelelő tartását, csökkenti a gerincre és hátizmokra eső terhelést hajolgtatás közben.

Cipész, cipőkészítő, -javító – FEOR-08 7217

A foglalkozás rövid leírása: a cipész, cipőkészítő, -javító nagyüzemi keretek között vagy egyedi méret után, a vevő kívánsága szerint bőrből vagy műbőrből cipőket, szandálokat, csizmákat készít, valamint javítást, felújítást, átalakítást, lábra-igazítást végez. Feladata a termelés technológiai irányítása az anyagok beszerzésétől – a minta- és a késztermék előállításán keresztül – a termék tárolásáig, értékesítéséig.

Betölthető munkakörök: cipész, cipőkészítő, -javító; cipőfelsőrész varró; cipőfelsőrész-készítő, cipőjavító; csizmadia; ortopédiai cipész; ortopédlábbeli-készítő; papucskészítő; színházi cipész

Készségek és kompetenciák: a foglalkozás szempontjából meghatározó a jó látás (a fejlett szemmérték és arányérzék), a kézügyesség, az esztétikai- és formaérzék. Fontos a figyelemkoncentráció és a felelősségérzet.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kézkar vibráció (cipész vibrációs betegség) és elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. (nagyüzemi termelés esetén). Egyes, a munkavégzés során alkalmazott kémiai anyagok daganatok és kardiovaszkuláris, légúti, idegrendszeri (cipész- n-hexán neuropátia), érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, endokrin, immun, vese- és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. A cipőkészítők között fokozottan előforduló daganatos betegségek: orrmelléküregek, tüdő, hólyag daganatok és vérképzőrendszeri, nyirokrendszeri daganatok, így akut mieloid leukémia (ultrafinom bőr por, festékek, oldószerek inhalációs expozíciója és együttes daganatkeltő hatásai). Biológiai kóroki tényezők okozta megbetegedések lehetsége. A kényszertesthelyzetben végzett munkavégzés fokozza váz- izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya és ülő munkavégzés esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A foglalkozást az IARC 1 biztosan emberi rákkeltő csoportba sorolja (a bőripari tevékenységek közül itt a legnagyobb a daganatos betegségek előfordulási kockázata). Jellemző a kontakt és szisztémás allergiás kórállapotok előfordulása.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozóak az ép színlátást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a fokozott figyelem kifejtése vagy a jó egyensúlyérzés nehezített.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálko-

zás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, szem, arc védelme, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, hallás- értelmi sérült, esetenként autista személyek által végezhető tevékenység, amely a fogyatékoság típusának és meglévő kompetenciáinak figyelembevételével, megfelelő módosításával segíthető elő. Különösen fontos, hogy nagyobb időt kell biztosítani az értelmi sérültek és az autisták számára a munkafolyamatok betanítása során, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok átadására.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak, szociális helységek fizikai akadálymentesítése során figyelembe kell venni a fogyatékoság típusát. Általánosságban is fontos, hogy szöveges feliratok kellő betűnagysággal, jól értelmezhetők, egyértelműek legyenek. A tevékenységhez szükséges a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás. Az értelmi fogyatékos és az autista munkavállaló mellé célszerű mentort biztosítani. Ügyelni kell a foglalkozáshoz kapcsolódó bútorzatok jó ergonómiai kialakítására.

A foglalkozás rövid leírása: a cukrász süteményeket, tortákat, fagylaltokat és fagylaltszerű készítményeket készít, figyelemmel azok ízbeli változatosságára, esztétikai megjelenítésére, esetenként a vásárlók egyedi megrendelési igényeire.

Betölthető munkakörök: cukrász, fagylaltkészítő, karamell cukrász, lágyfagylaltos, marcipánfigura készítő, süteménykészítő, tortakészítő

Készségek és kompetenciák: a cukrász feladatkörében a jó látás, színlátás mellett fontos a szag- és ízérzékelés képessége. Lényeges a szervezőkészség, az összehasonlítás, a képi információfeldolgozás, az esztétikai érzék kompetenciája. Meghatározó a fizikai állóképesség, a konyhai fizikai környezeti (hőmérsékleti) viszonyok tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: égési, vágási és egyéb baleseti sérülések egészségkárosító veszélye. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort. Nem ionizáló sugárzás egészségkárosító hatása. Aeroszolok, szerves gőzök, gázok, illékony anyagok, füst egészségkárosító hatása légúti, szájon át történő és bőr expozíció révén. Légúti, szív- érrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi, daganatos és bőrbetegségek kialakulásnak kockázata fokozott. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása és közvetítése a vendégekre (élelmiszerek terjesztette megbetegedések). Az ízületeket, váz- és izomrendszert érintő terhelések kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya. Az éjszakai munkavégzés valószínűsíthetően daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza.

Lehetséges kórokok: aeroszolok, gőzök, gázok, füst, légúti orális és bőrön keresztüli expozíciója. Biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben fokozott figyelmet igénylő munka vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozók olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek a jó látást, ép színlátást, jó egyensúlyérzést nehezítik, melyekben nem végezhető gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése vagy egyoldalú, ismétlődő, monoton munka vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen nem dolgozhat a munkavállaló.

Baleseti kockázattal járnak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyeknél a munkavállaló változó hőmérsékletű munkahelyen vagy zárttéri, meleg munkahelyen vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen történő munkavégzése nehezített.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakör, emiatt személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, háskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti egészségkárosodás, légúti, bőrön keresztüli expozíció, biológiai kóroki tényezők ellen (világítás, szellőzés, megfelelő élelmiszer tárolás, minőségbiztosítás (HACCP).

Védőeszközök: védőruha /munkaruha/, védőlábbeli használata szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás hallássérültek által, a funkcióképességüknek megfelelően is végezhető. Figyelemmel a munkavállaló végzettségének, képességeinek, egészségi állapotának leginkább megfelelő cukrászati feladatokra, valamint a fejlesztési, képzési lehetőségekre.

Munkahelyi adaptáció: legfontosabb a hallássérült személyek információhoz való hozzáférése, illetve a halló személyekkel való kommunikációjuk biztosítása. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, orális tolmács, vagy jelnyelvi tolmács igénybevételére van szükségük a kommunikáció során. E mellett célszerű a vezetékek nélküli kommunikációs eszközök, rendszerek alkalmazása. Ha gépet használ, (dagasztógép, tésztanyújtó, univerzális kenyérgép, hengergép, fondantgép, habfúvó,) legyenek olyan vizuális jelzések (fény), amely a kezelést, illetve a meghibásodást közvetíti számára.

Dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő – FEOR-08 6115

A foglalkozás rövid leírása: a foglalkozás körében meghatározásra kerülnek a dísznövények termesztésének paraméterei (fajták, mennyiségek). A dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő megszervezi, irányítja és elvégzi az értékesítésre történő előkészítéssel, a faiskolai és csemetekerti szaporítóanyagok előállításával és beszerzésével, kertekben, parkokban történő kiültetésével, gondozásával kapcsolatos munkákat.

Betölthető munkakörök: csemetekerti erdőművelő, díszfaiskolai kertész, dísznövény- és virágtermesztő, dísznövény- és zöldségtermesztő, dísznövényt szaporító, erdészeti csemeté-ápoló, erdészeti mag- és csemetegondozó, facsemete válogató, facsemete-gondozó, faiskolai és csemetekerti kertész, faiskolai lerakatvezető, faiskolai munkás, faiskolai szaporítóanyag-előállító, gyümölcsoltvány előállító, kertépítő és -fenntartó, kertépítő munkás, kertgondnok, növényházi dísznövénytermesztő, parkápoló, parképítő, parkosító, szabadföldi dísznövénytermesztő, sziklakertépítő, szőlőoltvány-előkészítő, -szedő, -osztályozó; üvegházi dísznövény-termesztő, virágkertész, virágtermesztő, virágzöld termelő

Készségek és kompetenciák: a dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő foglalkozás folytatásához a jó látás mellett kielégítő fizikai kondíció szükséges. Fontos a szem-kéz koordináció, a térlátás, a képi információk feldolgozásának képessége és a környezettudatosság.

A foglalkozás jellege: gyakran álló, kényszertesthelyzetben, növénytermesztésre használt épületen belül és azon kívül végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatása. Rovarcsipés és egyéb állatok által terjesztett betegségek. Elektromechanikus eszközök használata esetén zaj, kéz-kar vibráció, statikus és változó elektromágneses sugárzás hatásai. Aeroszolkok és porok belégzési expozíciója okozta légzőszervi megbetegedések kialakulása fokozódik. Biológiai kóroki tényezők hatása. A tevékenység során alkalmazott kémiai anyagok (növényvédő szerek, peszticidek, rovarölők, gombaölők), fizikai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció légúti, szív-érrendszeri, idegrendszeri, bőr-, immun-, endokrin, gyomor-bélrendszeri, vese- és daganatos betegségek kialakulásának kockázatát fokozzák. A kézi tehermozgatás és a kényszertesthelyzet fokozza a váz-izomrendszer betegségeinek kialakulását.

Egyes növények anyagai daganatkeltők, ültetésük védőeszköz használatát igényli. Ilyenek többek között az *Aristolochia clematitis* (farkasalma), és *Asarum europaeum* (kapotnyak) fajok, arisztolsav tartalmuk miatt húgyúti-, hólyag-, vesedaganatok kialakulását okozhatja. Az *Acorus calamus* (orvosi kálmos) pszichoaktív hatású, a b-azaron fokozhatja a máj és gyomor-bélrendszeri daganatok kialakulását. Az *Euphorbia trigona* (háromélű kutyatej) tejszerű nedvének anyaga, az euforbon gyulladáskeltő (bőr, gyomor-bélrendszer gyulladása). Egyes aggófűfajok, a *Senecio riddellii*, *Senecio jacobaea* (Jakabnap aggófű), *Senecio vulgaris* (közönséges aggófű) ridgelin toxinja rákkeltő leukémiát, májrákot, tüdődaganatot, éréredetű tumorokat okozott egerekben.

Lehetséges kórok: UV és nem ionizáló sugárzás expozíció. Fizikai, kémiai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció. Rovarcsipés. Ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a szabadban végzett munka, tartós kényszerszertelhezlyeztetel járó munka vagy gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást, ép színlátást nehezítő betegségek és/vagy állapotok, valamint amelyekben változó hőmérsékleten vagy hideg munkahelyen vagy zárttéri melegben végzett munka vagy vegyi anyagokkal végzett vagy fokozott figyelmet igénylő munka vagy tartós állómunka vagy poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás helyen végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Bőrdaganatok kialakulásának fokozott kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése szükséges. EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatóak.

Védőoltások: kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz és szezonális influenza ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómia kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, zajvédő eszközök, védőkesztyű, védőszemüveg, fejkvédő eszközök, védőlábbeli szükségesekek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, illetve a jó közeli látásélességgel élő látássérült személyek dísznövénykertész munkakörben alkalmazhatók, autisták, értelmi sérültek által is betölthető foglalkozás. A feladatkörök kijelölésénél fontos a megmaradt fizikai és szellemi képességek vizsgálata.

Munkahelyi adaptáció: lényeges a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

Egészségügyi dokumentátor – FEOR-08 3322

A foglalkozás rövid leírása: az egészségügyi dokumentátor különféle egészségügyi - informatikai - dokumentációs nyilvántartásokat (betegfelvételi, kezelési és elbocsátási stb.) tervez, fejleszt, kezel és tart karban. Meghatározó feladata lehet a kutatás, számlázás, költségellenőrzés és az ápolás javítása céljából történő adatszolgáltatás; a páciensek egészségügyi dokumentációjának összeállítása és karbantartása, állapotuk és kezelésük dokumentálása.

Betölthető munkakörök: betegnyilvántartó, klinikai adminisztrátor, klinikai titkár, orvosírnok, orvosírnok asszisztens

Készségek és kompetenciák: az egészségügyi dokumentátor számára elsődleges fontosságú a pontosság, a precizitás, az osztályozás és a modellalkotás, a rendszerezés és az összehasonlítás képessége. Szükséges a jó látás, esetenként a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő, álló, épületen belül, több műszakban végzett (adminisztratív) szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) lehetséges. A tevékenység során az éjszakai műszak daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Fokozott az allergiás bőrbetegségek, légzőszervi, gyomor-bél, idegrendszeri és érzékszervi kórképek kialakulásának kockázata. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere betegségek, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Gyakori a munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció (légúti, bőrfelszíni, bőrön keresztül/szűrás, szájon át történő) lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Gyakori a munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben nem végezhető tartós ülőmunka, képernyő előtti munka, fokozott figyelmet igénylő vagy érzelmi megterheléssel járó munka. *Korlátozzák* a jó látást, ép hallást vagy egyoldalú, monoton, ismétlődő tevékenység végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázat fokozódik, ha a munkavállaló vegyi anyagokkal nem végezhet munkát.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő- „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános prevenció stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hepatitis B elleni védőoltás kötelező, (egyes területeken munkakörtől és kockázatértékeléstől függően diftéria, bárányhimlő), szezonális influenza elleni védőoltás évente szükséges. Bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha és képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek, esetenként autista munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.), az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). E mellett gondoskodni kell speciálisan kialakított informatikai eszközökről (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.).

Egyéb egyszerű építőipari foglalkozású – FEOR-08 9329

A foglalkozás rövid leírása: az egyéb egyszerű építőipari foglalkozások körében a különböző építkezéseken, út-, vasút- és vízépítésekben földmunkával járó munkaműveleteknél azokat a tevékenységeket kell elvégezni, amelyeket munkagépekkel nem lehet (pl.: lapátolni, csákányozni, gereblyézni, talicskával földet szállítani; a dúcolások, támfalak elkészítésében segíteni). Építőipari bontásoknál általában a törmelékek kézi erővel való szállítása, eltakarítása az elvégzendő munka.

Betölthető munkakörök: sín előrajzoló, útalapkészítő, útburkolatfestő, vályogkészítő

Készségek és kompetenciák: az egyéb egyszerű építőipari foglalkozások betöltőjének megfelelő mozgáskoordinációs képességgel kell rendelkeznie. Fontos a jó látás és a fizikai állóképesség. Egyes esetekben (pl.: bontás, dúcolás, támfalak készítése) lényeges a megfelelő figyelemkoncentráció, a térlátás.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, főleg kültérben, védőeszközök alkalmazásával végzett igen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Rovarsípés. Zaj, UV sugárzás, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye, porexpozíció (cement, szilikát). Az ágazati tevékenység és az alkalmazott anyagok légúti, bőr, és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti kórképek /krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulómás és heges elváltozásai/, a bőr allergiás megbetegedései. Előfordulhat a korábban szigetelő anyagként alkalmazott azbeszt expozíciója (épületek bontásánál) okozta azbesztózis, mezotelióma és tüdőrák kialakulásának kockázata. Aszfalt és bitumen expozíciója (policiklikus aromás szénhidrogének).

Lehetséges kórok: biológiai kóroki tényezők előfordulása lehetséges (bakteriális tüdőgyulladás pneumónia kockázata). Kézi teheremelés, nehéz fizikai munka (megterhelés) és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz- és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Ergonómiai, pszichés és pszichoszociális egészséget érintő kockázatok.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a jó látás befolyásolt vagy amelyekben nem javasolt gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy szabadban végzett vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzése.

Korlátozzák az ép színlátást vagy ép hallást vagy jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy amelyekben nem végezhető tartós kényszerszertesthelyzettel vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy tartós állómunka.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai, biológiai és ergonómiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, szem, arc, fejbédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munka jellegéből adódóan hallás- és értelmi sérültek is elláthatnak részfeladatokat. A munkafolyamatok (például útalapkészítő) kijelölésekor célszerű vizsgálni a fogyatékoság minőségét, különös tekintettel a fizikai kompetenciák meglétére vagy hiányára. Az értelmi sérültek alkalmazásánál fontos vizsgálni, hogy a korlátozott intellektuális funkciójú egyén téri tájékozódása, figyelemkoncentrációja milyen szintű.

Munkahelyi adaptáció: a jogszabályba előírt védőfelszereléseken túl szék nélküli szék exoskeleton alkalmazása, amely munkanadrágra húzható, kimerevíthető, könnyűsúlyú váz, ami a sok állást vagy guggolást igénylő folyamatokban segíti a póz megtartását. Vezeték nélküli hallókészülék. Értelmi fogyatékosok esetében a munkafolyamatok egyszerű érthető bemutatása, gyakorlása szükséges.

Egyszerű erdészeti, vadászati és halászati foglalkozások – FEOR-08 9332

A foglalkozás rövid leírása: az egyszerű erdészeti, vadászati és halászati foglalkozások körébe szakirányú végzettséget nem igénylő erdészeti (erdőtelepítés, erdőfelújítás, kézi talaj-előkészítés, gondozás, gyomtalanítás, bozótirtás), vadászati (vadnevelés, vadetetés, és vadgondozás) és halászati (halak gondozása, etetése, lehalászása, szállítása) munkákat értünk, amelyek megvalósítása rendszerint a szakmunkásokkal együtt, azok útmutatásai alapján történik. A foglalkozás betöltője egyszerű gépeket (pl.: tereprendező-, ültető gépek) és eszközöket (pl.: ivadéknevelő, halfogó, haltároló eszközök) kezelhet.

Betölthető munkakörök: erdei melléktermékgyűjtő és -hasznosító, erdeitermés-gyűjtő, gombaszedő; erdészeti-, vadászati- és halászati kisegítő munkakörök

Készségek és kompetenciák: a betöltendő munkakörökben az érzékelési funkciók közül lényeges a jó látás és hallás. A tevékenységek jellegéből adódóan meghatározó a fizikai állóképesség. Egyszerű gépek kezelésénél fontos a mozgáskoordináció.

A foglalkozás jellege: általában álló, gyakran kényszertesthelyzetben, szabadban végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: fokozott a baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt, lőtt sérülés, fulladás, közlekedés) kockázata. A halászat és a fakitermelés a legnagyobb baleseti kockázattal járó foglalkozások. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Biológiai kóroki tényezők hatása (állatok által terjesztett betegségek). A tevékenység során fizikai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, szív- érrendszeri, légúti, immun, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, endokrin, vese- és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi tehermozgatás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata.

Lehetséges kórokok: fizikai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek szabadban végzett vagy tartós állómunkát vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munkát nem teszik lehetővé.

Korlátozzák a tartós kényszertesthelyzettel járó munkát nehezítő állapotok.

Baleseti kockázatot jelenthet az ép hallás hiánya.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános prevenciós stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltás: veszettség ellen megelőző oltás szükséges lehet munkaköri kockázatelemzéstől függően (vadőr, vadasparki állatgondozók, vadászok, erdészek, vágóhídi dolgozók, állatkötők, barlangászok, barlangkutatók esetében javasolt).

Hastífusz, kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, sérülések ellen.

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, kesztyű, sapka szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi- és hallássérültek számára is biztosítható foglalkozások a megfelelő részfeladatok kijelölésével, figyelemmel a megmaradt funkcióképességekre. Az értelmi sérültek alkalmazásánál fontos vizsgálni, hogy az egyén téri tájékozódása, figyelemkoncentrációja milyen minőségű és mértékű.

Munkahelyi adaptáció: a különböző munkakörökhöz kapcsolódó védőfelszereléseken túl, mindegyik fogyatékos munkavállaló számára biztosítani kell az érthető és többször begyakorolt munkafolyamatokat. Az új ismeretek elsajátításához (pl. gombaszedés, vagy halak etetése) mentor biztosítása szükséges. Hallássérült munkavállaló estében, vezeték nélküli hallókészülék, esetleg jelnyelvi megoldás kell. Különösen fontos a közlekedő útvonalak kijelölése, esetlegesen egyszerű térkép biztosítása.

Egyszerű ipari foglalkozású – FEOR-08 9310

A foglalkozás rövid leírása: az egyszerű ipari foglalkozású személyek általában fizikai természetű tevékenységeket végeznek kézi erővel, mint pl.: gépek, illetve emberek kiszolgálása, anyagok és tárgyak kezelése, kézi anyagmozgatás, rakodás, a munkaterületek tisztítása. Munkájuk egyszerű szerszámok, gépek vagy berendezések használatát is igényelheti. Feladatuk körükbe tartozhat még például a bányászok segítése, bányászati gépek karbantartása, tisztítása, utak és szállítópályák tisztítása.

Betölthető munkakörök: csatornatisztító, rozsdamentesítő

Készségek és kompetenciák: az egyszerű ipari foglalkozásúak esetében meghatározó a jó látás és a fizikai állóképesség, különösen a kézi erő. Egyes esetekben fontos lehet a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, főleg kültérben, védőeszközök alkalmazásával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Zaj, UV sugárzás, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye, porexpozíció (cement, szilikát). Gyakoriak a légúti kórképek (krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulómás és heges elváltozásai), a bőr allergiás megbetegedései. Bontási munkák során előfordulhat a korábban szigetelőanyagként alkalmazott azbeszt expozíciója. Kémiai kóroki tényezők: aszfalt és bitumen expozíciója (policiklikus aromás szénhidrogének), dízel kipufogógázok IARC 1 bizonyosan emberi rákkeltő, az olajok, dízel üzemanyagok IARC 2B lehetséges emberi rákkeltők. Biológiai kóroki tényezők előfordulása lehetséges (bakteriális tüdőgyulladás kockázata). Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz- és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Ergonómiai, pszichés és pszichoszociális egészséget érintő kockázatok.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Munkakörtől függően kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a munkavállaló nem végezhet szabadban munkát.

Korlátozhatják olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós állás vagy gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése vagy kényszertesthelyzetben végzett vagy egyoldalú, ismétlődő, monoton munkavégzés nem javasolt.

Baleseti kockázattal járnak olyan állapotok, melyekben jó egyensúlyérzés csökkent vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy nehéz fizikai munka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálko-

zás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltás: munkakörből függően kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai, biológiai és ergonómiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, védőkesztyű, arc, szem, fejképző, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérültek és értelmi sérültek, esetenként autisták funkcióképességüktől függően, azok megfelelő kiegyenlítésével, fejlesztésével láthatják el ezt a foglalkozást. Az egyes munkaköröknél vizsgálni kell a fizikai kompetenciák minőségét, illetve a monotónia tűrését.

Munkahelyi adaptáció: hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatásakor, a munkaköri betanítás során fontos a feladatok megértetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megisméltése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása megkönnyítheti a munkahelyi adaptációt.

Egyszerű mezőgazdasági foglalkozású – FEOR-08 9331

A foglalkozás rövid leírása: az egyszerű mezőgazdasági foglalkozás betöltőjének feladata valamilyen szakember, megbízó útmutatásai szerint a haszonnövények kapálása, gyomlálása, permetezése, kötözése, termések kézi betakarítása (pl.: kukoricatörés, gyümölcs- és zöldségszedés). Az állattenyésztő telepek környezetének tisztán tartása istállók, termények, földek őrzése.

Betölthető munkakörök: baromfitelepi segédmunkás, csordás, gulyás, pásztor, disznópásztor, kondás, fűz vesszővágó, gyógynövénygyűjtő, juhász, kaszáló, kazalozó, kertészeti kiegészítő (napszámos), ménes legeltető, mezőgazdasági napszámos, mezőgazdasági segédmunkás, nádarató (kézi), nádhúzó, nádkúpoló, nádszedő, nádtisztító, nádvágó, sertészetető, sertéstelepi segédmunkás, szalmabálázó, szarvasmarha-legeltető

Készségek és kompetenciák: az egyszerű mezőgazdasági foglalkozás betöltője számára a tevékenységekből adódó fontos a megfelelő fizikai állóképesség, szükséges a jó látás, esetenként a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, helyzetváltoztatással járó, szabadban, gyakran kényszertesthelyzetben végzett, nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége fokozott. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőmérsékleti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatása, mely miatt nő a bőr daganatos (melanóma, nem festékes bőrdaganatok) megbetegedéseinek kockázata. Mezőgazdasági gépek alkalmazása esetén egésztest és kéz-kar vibráció, váz-izomrendszeri, érrendszeri, idegrendszeri egészségkárosító hatása. A dízel kipufogógáz IARC 1 csoportba sorolt biztosan rákkeltő. Zaj okozta halláskárosodás és hallórendszeren kívüli egészség károsító hatások. Szervetlen és szerves porok és biológiai kóroki tényezők (baktériumok, mérgek, gombák) közös expozíciója okozta légzőszervi megbetegedések gyakoribbak, így szövetközi tüdőgyulladás, külső allergiás hörgőcske gyulladás, asztma bronchiale. Vegyszerek (növényvédő, termésfokozó szerek, gombaölő, rovarölő, peszticid vegyületek) alkalmazása esetén nő a légzőszervi, szív-érrendszeri, bőr, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, érzékszervi, endokrin és daganatos betegségek kialakulásának valószínűsége. Típusos foglalkozási betegség a farmertüdő, *Aspergillus* és termofil *Actinomyces* gomba fajok okozta krónikus allergiás tüdőgyulladás. A mezőgazdaságban dolgozók között gyakoribb daganatok a leukémiák, non-Hodgkin limfómák, mielóma multiplex, lágyszövet daganatok, bőr-, ajak-, gyomor-, agy- és prosztatarák, ritkábban előforduló daganatok pedig a tüdő-, nyelöcső-, hólyag- és vastagbélrákok. Egyes megfigyelések állatokon a génmódosított növények daganatkeltő hatására utaltak.

Lehetséges kórokok: baleseti kockázat, rovarcsípés, UV expozíció. Zaj és vibráció hatása, por expozíció. Kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben szabadban végzett munka vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével végzett munka vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozóak olyanok, melyekben tartós kényszertesthelyzettel járó munka nem végezhető.

Baleseti kockázattal járnak az ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók. Bőrdaganatok kialakulásának kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése szükséges.

Védőoltások: kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz és szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaköri kockázatterteléstől függően, védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem, fejevédelem, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak, estlegesen autisták a foglalkozáson belül egy-egy részfeladat ellátására alkalmasak lehetnek. Különösen a növényvédő szerek, vegyi anyagok használatát nélkülöző biogazdálkodásban, állattartásban. Az értelmi sérültek alkalmazásánál fontos vizsgálni, hogy a korlátozott intellektuális funkciójú egyén téri tájékozódása, figyelemkoncentrációja milyen szintű.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: az elemző közgazdász vállalaton, gazdasági ágazaton vagy nemzetgazdaságon belül tanulmányozza a gazdasági élet jelenségeit és törvényszerűségeit, részt vesz a gazdasági és társadalmi jelenségek elemzésében, értelmezi a gazdasági adatokat és összefüggéseket. Különböző gazdasági trendek alapján beszámolókat, költségvetéseket, prognózisokat (rövid és hosszú távú előrejelzéseket) készít, tudományos kutatói (operáció-kutatás) és tanácsadói feladatot lát el.

Betölthető munkakörök: gazdasági elemző, gazdasági tanácsadó, makroelemző, termelési elemző

Készségek és kompetenciák: a munkakörök tevékenységei minden esetben analitikus gondolkodást, pontosságot és fegyelmezettséget igényelnek. A tevékenység inkább pszichés megterheléssel jár (tipikusan: határidők betartása), ezért fontos a stressztűrő képesség, esetlegesen a monotonia tűrés.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem végezhető képernyő előtti vagy fokozott figyelmet igénylő munka.

Baleseti kockázattal járnak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben jó látás, ép hallás csökkent.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános prevenációs stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskőfog, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásukban korlátozottak, hallássérültek és látássérültek számára is ajánlható foglalkozás egyes, helyhez kötött részfeladatainak (kutató, elemző, prognosztizáló) végzése. A munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől és a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis iroda berendezés kialakítása, ergonomikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, azok nyitási-zárási folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

A foglalkozás rövid leírása: az építészmérnök különböző rendeltetésű épületeket, épületszerkezeteket tervez és méretez, építéstechnológiákat dolgoz ki, a kivitelezést koordinálja, szervezi, ellenőrzi, valamint az épületek műszaki átadásával, fenntartásával, átalakításával, korszerűsítésével kapcsolatos teendőket látja el. Munkájuk során gyakori lehet a terepmunka. Az építészet területén is meghatározóvá vált az informatikán alapuló tervezés.

Betölthető munkakörök: belsőépítész, beruházás-lebonyolító, építész tervezőmérnök, statikus mérnök, úttervező mérnök

Készségek és kompetenciák: a kognitív és szervezési kompetenciák mellett az érzékszervi funkciók közül a látás a meghatározó. Lényeges a figyelemösszpontosítás, az arányérzék. A kivitelezési feladatok ellátásának figyelemmel kísérése során fontos lehet a megfelelő állóképesség.

A foglalkozás jellege: ülő és álló testhelyzetben, épületen belül, a szabadban, végzett szellemi munka, párosulva közepesen nehéz fizikai munkával.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, omlás, közlekedés) lehetséges. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok. Zaj, egésztest és kéz-kar vibráció, UV, statikus és változó elektromágneses terek, porok, kémiai anyagok (gyakori rákkeltők az építőiparban: azbeszt, kvarcpor, fapor, dízel kipufogógázok, aszfalt, hegesztéskor keletkező füst, epoxi gyanták, izocianátok, nikkel, kobalt, króm, réz, arzén, formaldehid, szerves oldószerek, támfá-kezelésre használt peszticidek /lindán, tributil-ón-oxid, pentaklórfenol/, napsugárzás- UV expozíció) egészségkárosító hatásai. Az építőipari tevékenység során számos anyag fokozhatja a daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin, vese és érzékszervi betegségek kialakulásának kockázatát. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere eltérések, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Az éjszakai műszak IARC 2A valószínűsíthetően emberi rákkeltő, daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Az építőipari ágazatban gyakoribb a légutak, tüdő, nyelőcső, gyomor, vérképzőszervi, a melanoma, a vese, a csontok daganatainak előfordulása.

Lehetséges kórok: kedvezőtlen klíma viszonyok. Fizikai (zaj, vibráció), kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Szervetlen porok légúti és bőrön keresztüli expozíciója (az azbeszt kötelező EU határértéke 100 000 rost/m³). UV sugárzás expozíciója. Rovarsípés lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek jó látást, fokozott figyelmet igénylő munka végzését nem teszik lehetővé.

Korlátozza az építészmérnök munkáját, ha nem végezhet képernyő előtti munkát.

Baleseti kockázatot okoznak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem végezhető szabadterén vagy fokozottan balesetveszélyes munkahelyen tevékenység vagy jó egyensúlyérzet nehezített.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, légzésfunkciós, EKG vizsgálat, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőruha, arc-, szem- és fejevédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és hallássérültek által gyakorolható foglalkozás, különösen az irodába történő épületek tervezésére, azok megvalósítására, illetve helyreállítására vonatkozóan részletes leírás és tervek készítése; építészeti elméletek, módszerek kidolgozása és alkalmazása területén. Meghatározó, hogy a mozgás-, illetve hallórendszer mely része, mennyire károsodott, és ez milyen mértékű funkciócsökkenést okoz. Gyakorlatban jelentős lehet a sorstársi akadálymentesítési mérnöki tevékenység.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Hallássérülteknél az akadályozottság mértékének megfelelő jeltolmácsolás, CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, WCAG szabvány szerinti WEB rendszer, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér biztosítása.

Erdészeti foglalkozású – FEOR-08 6211

A foglalkozás rövid leírása: az erdészeti foglalkozású szakmunkás az erdők műveléséhez (telepítése, felújítása, az erdősítés végrehajtása, az élőfa-állomány és a kijelölt erdőterület ápolása, gondozása), védelméhez és a kitermelés előkészítéséhez szükséges munkát végzi.

Betölthető munkakörök: erdészeti növényvédő, erdész-segéd, erdőfelújító, erdőfenntartó, erdőkerülő, erdőtelepítő, segéderdész

Készségek és kompetenciák: a foglalkozás ellátása körében a jó látás és hallás mellett fontos a térbeli tájékozódás, a figyelemmegosztás képessége. Szükséges a szervezőképesség, erdősítésnél a rendszerező képesség, a környezettudatos magatartás és a megfelelő fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: álló, kényszertesthelyzetben, védőfelszerelésben, a szabadban végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, vágott, roncsolt sérülés, közlekedés) kockázata. A fakitermelés a legveszélyesebb foglalkozások egyike. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Zaj egészségkárosító hatásai. Fapor belégzési expozíciója (a keményfa por IARC 1 kategóriájú, bizonyosan emberi rákkeltő, orr- melléküreg, felső légúti karcinóma előfordulása emelkedik, határértéke 5 mg/m^3) okozta légzőszervi károsodás. A tevékenység során fizikai, biológiai kórokozókkal (állatok által terjesztett betegségek) történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, légúti, immun, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi tehermozgatás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Típusos foglalkozási betegség az egésztest és kéz-kar vibrációs megbetegedés. A dízel kipufogógáz IARC 1 bizonyosan, a benzin kipufogógáz IARC 2B csoportba sorolt, lehetséges emberi rákkeltő.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai (állatok által terjesztett betegségek) kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Fapor expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Erdészeti szakmunkás esetén *kizáróak* olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem végezhető gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy szabadtéri munka. *Korlátozzák* olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás vagy poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett vagy tartós állómunka nehezített.

Baleseti kockázatot jelent, ha vegyi anyagokkal végzett vagy fokozottan balesetveszélyes, vagy kényszertesthelyzetben végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Időszakosan hallásvizsgálat, bőrgyógyászati ellenőrzés, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: veszettség, kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómiai kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: védőruha, védőkesztyű, védőszemüveg, fejkendő, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak egyes munkafolyamatok (aljnövényzet tisztítása, erdőgondozás stb.) ellátására alkalmasak lehetnek. Lényeges képesség a térbeli tájékozódás és a figyelemkoncentráció.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, az új ismeretek fokozatos átadása, közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a faesztergályos kezeli és figyeli az automata vagy félautomata famegmunkáló gépeket (pl. precíziós fűrészelő, maró-, gyaluló-, fűrő-, esztergáló- és fafaragó gépek), amelyekkel bútorok, szerelvények és más fatermékek farészeit gyártja vagy javítja.

Betölthető munkakörök: fa szerszámnyélkészítő, faárukészítő, fabetűkészítő, fafaragó, fagombesztergályos, fakerék-esztergályos, faminta-esztergályos, faorsókészítő, fapapucs-gyártó, faszobrász, háztartásifaáru-készítő, kézműves (fa), pipakészítő, seprű- és szerszámnyélkészítő, vasútmodell gyártó (fából)

Készségek és kompetenciák: a faesztergályos foglalkozás gyakorlásához különösen jó látás és figyelemkoncentráció. Fontos a kezűgyesség, bizonyos mértékig a fizikai állóképesség, jellemzően a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, kényszertesthelyzetben, épületen belül és szabadban, védőeszközök használatával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, roncolt-, csonkolásos sérülések, közlekedés) kockázata. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Zaj, egésztest és kéz-kar vibráció egészségkárosító hatásai. Fapor belégzési expozíciója (a keményfa por IARC 1 kategóriájú, biztosan rákkeltő, orrmelléküreg, orr-, garat- és tüdőrák előfordulása emelkedik, határértéke 5 mg/m^3) okozta légzőszervi károsodást okoz. A tevékenység során fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, légúti, immun, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi terhelőmozgás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Típusos foglalkozási betegség a kéz-kar vibrációs megbetegedés. A famegmunkáló tevékenységet és a bútorgyártást az IARC 1 csoportba, biztosan rákkeltő, sorolja.

Lehetséges kórokok: fapor expozíció. Fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, vagy amelyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy fokozott figyelmet igénylő vagy fokozott balesetveszéllyel járó, vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást vagy ép színlátást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, vagy amelyekben vegyi anyagokkal vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladások ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, a szem, az arc és a fej védelme, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, és mozgássérültek egyedi elbírálás szerint végezhetik a faesztergályos munkát, ha az alapvető ismeretek birtokában vannak. Az alkalmasság függ a megmaradt funkcióktól és a figyelemkoncentráció meglététől.

Munkahelyi adaptáció: a munkaterület fizikai akadálymentesítése, a munkagépek megközelíthetősége a mozgásukban akadályozottak számára. Ajánlott az adott szakmára vonatkozó „szótár” elkészítése, mely azokat a legfontosabb kifejezéseket, szakszavakat és magyarázataikat (szöveges, rajzos) tartalmazza, melyek megértése a hallássérültek számára. Az automata vagy félautomata famegmunkáló gépek kezelése esetében szükség szerinti infokommunikációs akadálymentesítés. A géphasználathoz legyenek olyan jelzések (fény), amelyek a meghibásodást közvetíti számára.

A foglalkozás rövid leírása: a fa- és könnyűipari technikus mérnöki irányítással vagy önállóan fa és faalapú termékek-, textil-, bőr-, cipő-, szőrme-, papír- és nyomdaipari termékek gyártásában, a gyártási technológia kidolgozásában vesz részt. Feladata lehet még a fa- és könnyűipar területén rendelkezésre álló berendezések elhelyezésének és rendszerbe illesztésének irányítása, az új berendezések üzembe helyezése, a gépek megelőző beállítása; a zavartalan alapanyag ellátás biztosítása és a gyártási feltételek folyamatos fenntartása, az alapanyagok beszállításának, feldolgozásának, a gyártás és a gyártott termékek minőségének ellenőrzése, raktározásának, értékesítésének, valamint a javítási, karbantartási munkák irányítása.

Betölthető munkakörök: bőripari technikus, cipőipari technikus, fa- és bútoriipari technikus, faipari terméktervező (technikus), faműves, kárpitosipari technikus, kerámiatechnikus, kishajó- és csónaképítő technikus, nyomdaipari technikus, nyomtatványfeldolgozó technikus, papíripari technikus, ruhaipari technikus, textilipari technikus, üvegyártási technikus

Készségek és kompetenciák: a fa- és könnyűipari technikus foglalkozásban a gépek közelsége miatt különösen fontos a figyelemösszpontosítás. Egyes szakmai területeken lényeges a fejlettebb színlátás, tapintás. A komplex tevékenységből adódóan jelentős az együttműködési készség, amely fejlett kommunikációt igényel.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, néha kényszertesthelyzetben, épületen belül, és szabadban, védőeszközök alkalmazásával végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncolt sérülések, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. UV, zaj, vibráció, porok, kémiai anyagok és biológiai kórokok egészségkárosító hatása. Több könnyűipari ágazati tevékenység és kémiai anyag fokozza a daganatok, szív-érrendszeri, légúti, idegrendszeri, érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, immun, endokrin és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. A fa és bútoriiparban (IARC 1 biztosan daganatkeltő) a keményfa pora az orr-garat, a melléküregek, a légutak és a tüdő rákos betegségeinek kialakulását idézheti elő. A textiliparban fokozott a tüdőrák, gyomorrák, orrgarat rákok és az általános daganatos halálozás. A bőriparban (IARC 1 biztosan daganatkeltő) a tüdő, a légzőrészek, a hasnyálmirigy, a here, az orrmelléküregek és a hólyag rákos betegségei, a gumiiparban a hólyag-, tüdő-, leukémia-, gége-, nyelőcső-, gyomor-, vastagbél-, máj-, hasnyálmirigy-, bőr-, prosztata-, vese-, agy-, pajzsmirigyrákok és a limfómák, mieloma multiplex gyakoribbak. A műanyag iparban általában a tüdő- és emlőrákok előfordulása gyakoribb, egyes vegyületek specifikus daganatok kialakulását idézik elő, pl.: a vinil-klorid máj hemangiosarkóma, a teflon gyártásban használt perfluorooctanoic sav karcinoid kialakulását. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: kedvezőtlen klímaviszonyok. Fizikai (UV, zaj, kéz-kar vibráció), kémiai és biológiai kórok tényezőkkel történő expozíció. Porok expozíciója (keményfa por határértéke: 5 mg/m³ kötelező EU érték). Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak azon betegségek és/vagy állapotok, melyek a jó látást vagy a fokozott figyelemmel járó munka végzését nehezítik.

Korlátozzák azon állapotok, melyekben több műszakban végzett munka nem javasolt.

Baleseti kockázattal járnak azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben az ép hallás vagy a zajban vagy vegyi anyagokkal vagy fokozott balesetveszélyben vagy képernyő előtt végzett munka nem javasolt, illetve a jó egyensúlyérzés sérült.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG vizsgálat, légzésfunkciós, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőruha, arc-, szem- és fejevédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérült munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől és a munkakörtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.), az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). E mellett a speciálisan kialakított IT eszközöket (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.) is biztosítani kell. Mozgás során útvonalértékp és speciális telefon szükséges.

Fakitermelő (favágó) – FEOR-08 6212

A foglalkozás rövid leírása: a fakitermelő (favágó) az erdőgazdaságban és lakott területen a fák tőtől való elválasztását, kitermelését és a faanyag mozgatását, a kitermelt fa előkészítését és elszállítását végzi.

Betölthető munkakörök: erdészeti munkás (láncfűrészkezelő), fakitermelő, fakitermelő erdőtisztító, favágó, fűrészkes (erdőművelő), kérgező-faragó, kézi és gépi favágó (kiszépes), kézi fakitermelő, lakott területi fakitermelő

Késztségek és kompetenciák: a fakitermelő (favágó) foglalkozásban a jó látás és hallás mellett fontos a térbeli tájékozódás, a figyelemmegosztás képessége. Szükséges a szervező-késztség, erdősítésnél a rendszerező képesség, a környezettudatos magatartás és a megfelelő fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: álló, kényszerterhelyzetben, védőfelszerelésben, a szabadban végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, vágott, roncsolt sérülés, közlekedés) kockázata. A fakitermelés a legveszélyesebb foglalkozások egyike. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Zaj egészségkárosító hatásai. Fapor belégzési expozíciója (a keményfa por IARC 1 kategóriájú, bizonyosan emberi rákkeltő, orr- melléküre, felső légúti karcinóma előfordulása emelkedik, határértéke 5 mg/m³) okozta légzőszervi károsodás. A tevékenység során fizikai, biológiai kórokozók (állatok által terjesztett betegségek) történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, légúti, immun, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi tehermozgatás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Típusos foglalkozási betegség az egésztest és kéz-kar vibrációs megbetegedés. A dízel kipufogógáz IARC 1 bizonyosan, a benzin kipufogógáz IARC 2B csoportba sorolt, lehetséges emberi rákkeltő.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai (állatok által terjesztett betegségek) kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Fapor expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Erdészeti szakmunkás esetén *kizáróak* olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem végezhető gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy szabadtéri munka. *Korlátozzák* olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás vagy poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett vagy tartós állómunka nehezített.

Baleseti kockázatot jelent, ha vegyi anyagokkal végzett vagy fokozottan balesetveszélyes, vagy kényszerterhelyzetben végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkaválla-

lókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Időszakosan hallásvizsgálat, bőrgyógyászati ellenőrzés, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: veszettség, kullancs által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómiai kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: védőruha, védőkesztyű, védőszemüveg, fejevédelem, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi- és hallássérültek megfelelő fizikai kompetenciák birtokában elláthatnak részfeladatokat. A munkakörök kijelölésénél meghatározó az akadályozottság minősége. Mindkettő fogyatékoságtípusnál szükség van a figyelemkoncentrációra, a téri tájékozódás képességére.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközökön túl a munkafeladatok függvényében fontos a kommunikációs akadálymentesítés biztosítása. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, a tevékenységek kijelölésekor, a feladatok többszöri megismertetésére célszerű jeltolmácsot alkalmazni. Az értelmi sérültek, egyes egyszerű résztevékenységek (erdőterület karbantartása stb.) elvégzésére történő betanítása során meghatározó a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Prevenciós jelleggel, lehetőség szerinti háttámaszos exoskeleton alkalmazása: ez a mesterséges külső váz segíti a hát megfelelő tartását és csökkenti a gerincre és hátizmokra eső terhelést hajolgatás közben.

A foglalkozás rövid leírása: a famegmunkáló foglalkozás gyakorlója üzemelteti és felügyeli azokat a faanyagkezelő, fafeldolgozó berendezéseket és gépeket, amelyekkel leválasztják a kérget a rönkökről, faforgácsot készítenek, szárítják, tartósítják és kezelik a faanyagot, nagy forgácslemezeket, forgácslapokat, farostlemezeket, szigetelő lapokat, rétegelt lemezeket, furnért és hasonló fatermékeket készítenek.

Betölthető munkakörök: enyvező, faanyagmérő, faburkolat-készítő (kisipari), famérő (anyagmérő), faosztályozó-felületkezelő (fa)

Készségek és kompetenciák: a famegmunkáló munkakörökben jó látás és figyelemkoncentráció szükséges a foglalkozás gyakorlásához. Fontos a kézügyesség, bizonyos mértékig a fizikai állóképesség, esetenként a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, kényszerszertesthelyzetben, épületen belül és szabadban, védőeszközök használatával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, roncsolt-, csonkolásos sérülések, közlekedés) kockázata. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Zaj, egésztest és kéz-kar vibráció egészségkárosító hatásai. Fapor belégzési expozíciója (a keményfa por IARC 1 kategóriájú, bizonyosan rákkeltő, orrmelléküreg, orr-, garat- és tüdőrák előfordulása emelkedik, határértéke 5 mg/m^3) légzőszervi károsodást okoz. A famegmunkáló tevékenységet és a bútorgyártást az IARC 1, bizonyosan rákkeltő csoportba sorolja. A tevékenység során fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció fokozhatja egyes daganatok, légúti, immun, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi tehermozgatás esetén fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Típusos foglalkozási betegség a kéz-kar vibrációs megbetegedés.

Lehetséges kórokok: fapor expozíció. Fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Famegmunkáló esetében kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a jó látás, fokozott figyelmet igénylő vagy tartós kényszerszertesthelyzetben végzett vagy fokozott balesetveszéllyel járó, vagy zajos munkahelyen végzett, vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák az ép hallást, jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyeknél poros, füstös, gőzös, gázos munkakörülmények között, gyakori hajlással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó, vagy több műszakban végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok és bőrgyógyászati vizsgálat javasoltak.

Védőoltások: kullancs okozta agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, a szem, az arc és a fej védelme, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, enyhén látás- és mozgássérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatoknál a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása. Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék, esetlegesen jeltolmács biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatása esetén, a munkaköri betanítás során fontos a feladatok megértetése, technikájának begyakorlása, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

Festékszóró, fénnyező – FEOR-08 7327

A foglalkozás rövid leírása: a festékszóró, fénnyező feladata a kezelendő felületek előkészítése, a zsír- és egyéb szennyeződések, valamint a rozsdá eltávolítása. Ezután, többnyire kézi festék- és lakkszóró berendezéseket működtet védőrétegek iparcikkre vagy szerkezetekre (pl.: gépkocsik, tehergépkocsik és egyéb járművek) történő felvitele érdekében.

Betölthető munkakörök: autófénnyező, dukkózó, felületlakkozó, fémfestő, fémmázoló, fémsavazó, fémszerkezet mázó, fénnyező, fénnyező és mázó (fém), galvánfestő, korrózió-védelmi festő, lakkozó (fém), nikkelező, polírozó, zománczó

Készségek és kompetenciák: a festékszóró, fénnyező foglalkozás betöltésénél koncentrált figyelemre, jó szem-kéz koordinációra, kézügyességre és jó tapintásra van szükség. Megbízhatóság és esztétikai érzék szükséges a munkavégzéshez.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: álló, gyakran kényszerített helyzetben, épületen belül, műhelyben, védőeszközök alkalmazásával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Zaj, ultrafinom porok, festékszemeszék, egésztest és kéz-kar vibráció, elektromágneses terek, füst, vegyi anyagok (VOC-volatilis organikus vegyületek, festékek- azofestékek, anilin, fémek- króm, kobalt, nikkel, szerves oldószerek, így toluol, n-hexán, metilalkohol, aromás szénhidrogének) toxikus, egészségkárosító hatásai. Az ágazati tevékenység és az alkalmazott kémiai anyagok daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Biológiai kórok előfordulása lehetséges. Kézi teheremelés és kényszerített helyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A fénnyezők között a gyomorrák előfordulását fokozottnak találták. A festők, fénnyezők között nagyobb a bakteriális tüdőgyulladás pneumónia előfordulási gyakorisága. A festők kockázata a tüdőrák kialakulására 22-55%-kal nagyobb. A foglalkozás IARC 1 biztosan rákkeltő besorolású.

Lehetséges kórok: fizika, kémiai kórok tényezőkkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: benzol 1 ml/m³, vinil-klorid 3 ml/m³, ólom 0,15 mg/m³). Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a fokozott balesetveszéllyel járó vagy zárt, szűk térben vagy változó hőmérsékletben vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkatérben vagy vegyi anyagokkal nem végezhet munkát a munkavállaló.

Korlátozzák az olyan állapotok, melyekben gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése nem javasolt.

Jelentősen befolyásolják a szellemi, fizikai teljesítőképességet, az érzékszervek működését és a kommunikációt érintő megbetegedések és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét, melynek betartása a munkáltató kötelessége.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, légzésfunkciós, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlott.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, arc, szem és fejképző, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: részbeni mozgáskorlátozottsággal, hallássérüléssel és enyhén értelmi fogyatékosággal is betölthető foglalkozás. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amelyek a munka jellegéből adódnak.

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítés egyrészt a kötelezően előírt egyéni és környezetvédelmi előírásokhoz, másrészt a fogyatékoság minőségéhez tartozó megközelíthetőséghez köthető. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék, esetenként jeltolmács biztosítása. Értelmi sérültek foglalkoztatásakor, a munkaköri betanítás során, fontos a feladatok megértetése, technikájának begyakorlása, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

A foglalkozás rövid leírása: a festő-mázoló különböző létesítmények, köz- és lakóépületek külső és belső felületét vonja be védő- vagy díszítőanyaggal (festékkel, tapétával, stb.). Feladatai: bevakolt falak, fém- és fa- anyagok (pl.: ajtók, ablakok, kerítések, hidak és különböző acélszerkezetek) festése és mázolása, falfelületek papír, vászon vagy műanyag tapétával való befedése, a szükséges anyagmennyiség meghatározása, a felület előkészítése, tisztítása, a hézagok, repedések kitöltése, vakolása, festék kikeverése, a felület festése, a tapéta méretre vágása, ragasztása.

Betölthető munkakörök: csőradiátor mázoló, építőipari festő, épületfestő-mázoló, faszerkezet mázoló, szobafestő, színházi festőtermi műszaki dolgozó, tapétázó (falkárpitozó)

Készségek és kompetenciák: a festő és mázoló munkakörökben fontos a koncentrált figyelem, a jó szem-kéz koordináció, jó kézügyesség és a jó tapintás. Megbízhatóság és esztétikai érzék szükséges a munkavégzéshez.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül, valamint kívül, magasban (létrákon, magasító szerkezeteken) védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Zaj, ultrafinom porok, festékszempesek, egésztest és kéz-kar vibráció, füst, vegyi anyagok (VOC-volatilis organikus vegyületek, festékek- azofestékek, anilin, fémek- króm, kobalt, nikkel, szerves oldószerek, így toluol, n-hexán, metilalkohol, aromás szénhidrogének) toxikus, egészségkárosító hatásai. Az ágazati tevékenység és az alkalmazott kémiai anyagok daganatok, szív. érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Biológiai kórok előfordulása lehetséges. Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A festők között nagyobb a bakteriális tüdőgyulladás előfordulási gyakorisága. A festők kockázata a tüdőrák kialakulására 22-55%-kal nagyobb. A foglalkozás IARC 1 kategóriájú, biztosan rákkeltő besorolású.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kórok tényezőkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: benzol 1 ml/m³, vinil-klorid 3 ml/m³, ólom 0,15 mg/m³). Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás, ép színlátás vagy jó egyensúlyérzés befolyásolt, vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák az olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek az ép hallást érintik, poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy vegyi anyagokkal vagy tartós kényszertesthelyzetben végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kórok tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét, ennek betartása a munkáltató kötelessége.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen légzésfunkciós, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: leesés elleni védelem, légzésvédelem, védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem és fejevédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérültek és enyhén értelmi fogyatékosok foglalkoztatása lehetséges. Munkába állításuk akadályozottságuk típusától és mértékétől függően alakítható ki, valamint a munkakör átszervezésével elősegíthető.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközök mellett legfontosabb a kommunikációs akadálymentesítés. Ajánlott az adott munkakörre vonatkozó „szótár” elkészítése, amely a legfontosabb kifejezéseket, szakszavakat és magyarázataikat (szöveges, rajzos) érthető módon tartalmazza a hallássérültek számára. Az értelmi sérültek esetében fontos a feladatok megértetése a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása (például faszerkezet mázoló munkakörben).

A foglalkozás rövid leírása: a finommechanikai műszerész sokrétű tevékenységén belül mérő- és precíziós berendezéseket, optikai, laboratóriumi, repülési és hajózási műszereket készít, szerel és javít. Elkészíti, összeszereli, javítja, karbantartja a finommechanikai, optikai, optomechanikai, pneumatikus, hidraulikus, villamos műszereket, méréstechnikai eszközöket, szabályozókat és egyes vezérlő berendezések mechanikus alkatrészeit. A készülékek, műszerek végszerelését mechanikai beállítással, összeállítási rajzok alapján végzi. Feladat körébe tartozhat még speciális készülékek segítségével elektronikus, aneroid és egyéb meteorológiai műszerek vizsgálata, kalibrálása és beállítása. (A higanyos műszerek az EU országokban 2002-től fokozatosan betiltásra kerültek, időként azonban még találkozhatnak ilyenekkel a foglalkozás egyes munkaköreinek betöltői.)

Betölthető munkakörök: barométer-készítő, csillagászatieszköz-műszerész, fegyver-műszerész, finommechanikai karbantartó és szervizműszerész, geodéziai műszerész, hajózásiműszer-készítő, laboratóriumi műszerész, mérő- és precíziósműszer-készítő, meteorológiai műszerész, műszerkalibráló, optikai műszerész, órás, orvosi műszerész, repülőgéphajózó műszerész

Készségek és kompetenciák: a jó látás, szem-kéz koordináció mellett a finommechanikai műszerész alapvető kompetenciái közé tartozik a megbízhatóság, a figyelemkoncentráció, monotónia tűrése, az információkezelés és a képi információk feldolgozásának képessége.

A foglalkozás jellege: főleg ülő, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett könnyű fizikai munka.

Lehetséges kóroki tényezők: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, áramütés, közlekedés). Zaj, statikus és változó elektromágneses terek, porok, kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Biológiai kórokok hatása lehetséges (cseppfertőzés). Több ágazati tevékenység, alkalmazott kémiai anyagok (forrasztás- ólom, kolofónium, forrasztási segédanyagok, fémek), statikus és változó elektromágneses terek (lehetséges rákkeltők) daganatok, szív- érrendszeri, légúti, immun, allergiás, endokrin, vese és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát növelik. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Képernyős munkavégzés okozta szem és váz-, izomrendszeri megbetegedések kialakulása fokozódik. Számítógép-függőség. Az éjszakai műszak (valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A gép- iparban gyakoribb a bőr, gége, tüdő, hólyagrák előfordulása.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórokok, pszichés megterhelés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek akadályozzák jó látást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését.

Korlátozzák a tartós ülő- és állómunkát akadályozó betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázattal járnak az ép színlátást, ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, amelyekben, szabadban vagy zárt, szűk helyen nem végezhető munka, tartós kényszertesthelyzettel járó, gyakori hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését igénylő munka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően munkaruha, védőlábbeli, védőszemüveg, arc-, szemvédelem, fejkédelem, légzésvédő, zajvédő eszközök szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek, esetenként autista munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkció-képességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.), az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). Emellett a speciálisan kialakított IT eszközökről (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.).

Fizioterápiás asszisztens, masszőr – FEOR-08 3332

A foglalkozás rövid leírása: a fizioterápiás asszisztens, masszőr a gyógytornász irányításával, esetleg más egészségügyi szakemberekkel együttműködve a betegek funkcionális mozgásának sérülése, betegsége vagy valamilyen egészségügyi károsodása esetén fizioterápiás kezeléseket végez.

Betölthető munkakörök: fizioterápiás asszisztens, fizioterápiás szakasszisztens, frissítő masszőr, fürdőmasszőr, gyógymasszőr, gyúró, hátgerincmasszőr, hidromasszőr, izomlazító masszírozó, kondicionáló testmasszőr, lábmasszőr, lábterapeuta, masszőr, orvosi masszőr, sportmasszőr, talpmasszőr, talpreflex-masszőr, testmasszőr

Készségek és kompetenciák: a fizioterápiás asszisztens, masszőr számára a munkavégzéshez a legfontosabb a fejlett manuális képesség. A fizikai megterhelésből adódóan jó állóképességgel kell rendelkezni. Fontos a megbízhatóság, a türelem az empátiakészség, az egészségtudatosság.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszerszertesthelyzetben, épületen belül és kívül végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Zaj, porok és kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Több vegyipari ágazati tevékenység és alkalmazott kémiai anyag daganatok, szív- érrendszeri, légúti, ideg, érzékszervi, immun, endokrin, vese-, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegedések kialakulásának kockázatát fokozza. A technológia szerint használatos vegyi anyagok jelentette kockázat munkahelyenként értékelendő. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben jó látást igénylő vagy zajos munkahelyen vagy fokozott figyelmet igénylő vagy fokozott baleset veszéllyel járó munka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást vagy jó egyensúlyérzést nehezítő betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt vegyi anyagokkal vagy tartós kényszer testhelyzetben végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy többműszakos munkarendben végzett munka.

Fokozott baleseti kockázatot jelent, ha a munkavállalónak nem javasolt poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorizálásának rendjét, melynek betartása a munkáltató feladata.

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges (33/1998. (VI. 24.) NM rendelet, 2. sz. melléklet).

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, légzésfunkciós, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, fizikai, kémiai, ergonómiai kórokok hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, védőszemüveg, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: látássérültek tipikus foglalkozása, de egyes részfeladatok (asszisztencia, fizioterápiás gépek működtetése) ellátására enyhén mozgáskorlátozottak is alkalmasak lehetnek. A munkaköri feladatok meghatározója a meglévő funkcióképességek mértéke és minősége.

Munkahelyi adaptáció: a munkaterület fizikai akadálymentesítése, közlekedő utak biztosítása. Áttekintő táblák, térképek, akár Braille felirattal (a szöveges feliratoknak jól értelmezhetőnek kell lenni egyszerű tömör, betűtípus), padlóburkolatba épített vezetősáv. Látássérültek által alkalmazható, speciálisan mozgatható kezelőágyak, funkcionális szakkönyvek és szükség szerinti nagyító- és IT eszközök biztosítása.

Forgácsoló – FEOR-08 7323

A foglalkozás rövid leírása: a forgácsoló különféle precíziós szerszámgépeket, fémmegmunkáló gépeket, többek között esztergapadokat, őrlő-, gyaluló-, fúró- vagy csiszológépeket állít be, kezel és felügyel, beleértve a többfunkciós, számítógévezérlésű (CNC) fémmegmunkáló gépeket is.

Betölthető munkakörök: esztergályos, forgó esztergapad kezelő, fúros, gyalus, vésős, marós, NC és CNC gépkezelő, szikraforgácsoló

Készségek és kompetenciák: a forgácsoló munkakörökben jó látás, hallás, tapintás és megfelelő kommunikációs készségek szükségesek. Meghatározó a pontosság, a kommunikációértékelés, a rendszerezés, a modellalkotás, az összehasonlítás és a képi információfeldolgozás képessége.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben, védőeszközök alkalmazásával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Zaj, ultrafinom porok, egésztest és kéz-kar vibráció, statikus és változó elektromágneses terek, füst, vegyi anyagok (fémek, szerves oldószerek, triklóretilén, gázolaj) egészségkárosító hatásai. Az ágazati tevékenység és az alkalmazott kémiai anyagok daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin, vese és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Az éjszakai műszak valószínűsíthetően rákkeltő, daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A fémek megmunkálásával foglalkozók között gyakoribb a légutak, a tüdő, a gyomor-bélrendszer, a máj daganatos betegségeinek előfordulása.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: benzol 1 ml/m³, vinil-klorid 3 ml/m³, ólom 0,15 mg/m³). Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek jó látást, fokozott figyelmet igénylő munka végzését nehezítik, szerszámkészítő esetében hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését, vagy tartós állómunka végzését nem teszik lehetővé.

Forgácsoló esetében *kizáróak* a jó egyensúlyérzést vagy jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok, illetve amelyekben fokozott balesetveszélyben végzett vagy fokozott figyelmet igénylő munka nem javasolt.

Korlátozóak forgácsoló esetén az ép hallást befolyásoló, változó hőmérsékleti vagy zárttéri, meleg munkahelyen vagy poros, füstös, gőzös, gázos helyen vagy zajos helyen, tartós kényszerszertesthelyzetet igénylő vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyal emelésével járó vagy tartós állómunka végzését jelentősen befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A kémiai kóroki tényezők hatásának kitett munkavállalók egészségének és biztonságának védelméről szóló 5/2020. (II. 6.) ITM rendelet a kémiai biztonságáról kötelezően szabályoz-

za Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét, ennek betartása a munkáltató kötelessége.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfog, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: védőruha, arc, szem és fejvédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, és mozgássérültek egyedi elbírálás szerint végezhetik a forgácsoló munkát, ha az alapvető ismeretek birtokában vannak. Az alkalmasság függ a megmaradt funkcióktól és a figyelemlkoncentráció meglététől.

Munkahelyi adaptáció: a munkaterület fizikai akadálymentesítése, a munkagépek megközelíthetősége a mozgásukban akadályozottak számára. Ajánlott az adott szakmára vonatkozó „szótár” elkészítése, amely azokat a legfontosabb kifejezéseket, szakszavakat és magyarázataikat (szöveges, rajzos) tartalmazza, melyek megértése fontos a hallássérültek számára. CNC esztergályosok esetében szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, indukciós hurok. A géphasználathoz legyenek olyan jelzések (fény), amelyek a meghibásodást közvetítik a hallássérültek számára.

A foglalkozás rövid leírása: a gépészmérnök gépeket, berendezéseket, mechanikai szerkezeteket, technológiai eljárásokat, gyártási rendszereket tervez és fejleszt ki. Az összetett tevékenységen belül a szerkezetek működési elvének meghatározásával, optimális kialakításával, a termék megkívánt funkcióinak biztosításával a géptervezők vagy konstruktőrök foglalkoznak. Az üzemeltetési gépészmérnök a fémszerkezetek, gépek gyártását irányítja. A fémszerkezeti gépészmérnök feladata a hegesztett fémszerkezetek gyártásának, karbantartásának koordinálása. Mindegyik területen jelentős az informatikai eszközök használata.

Betölthető munkakörök: autóalkatrész tervező mérnök, autótervező mérnök, épületgépészeti mérnök, épületgépészeti tervező mérnök, erőgépészeti üzemmérnök, fejlesztési mérnök (gépgyártás), folyamatmérnök (gépgyártás), fűtő- és szellőzőberendezések mérnöke, gépészüzemmérnök, gépgyártástechnológiai üzemmérnök, gépipari kutatómérnök, gépjármű szakmérnök, gépkocsikonstruktőr, géptervező mérnök, hajókonstruktőr, hatékonyságfejlesztési mérnök (gépgyártás), hegesztőmérnök, hidraulikai mérnök, járműgépészeti mérnök, karbantartási mérnök (gépgyártás), kenéstechnikai mérnök, konstruktőr mérnök, kutatómérnök (gépgyártás), légtechnikai rendszertervező mérnök, mechatronikai mérnök, mélytengeri gépészmérnök, mezőgazdasági gépészeti tanácsadó mérnök, mezőgazdasági gépészmérnök, műszer- és finommechanikai szakmérnök, összeszerelési mérnök (gépgyártás), repülőgépmérnök, sokszorosítási folyamatgépész, szerszámgépgyártó tervező mérnök, szerszámtechnológus mérnök, szerszámtervező mérnök, termékfejlesztő mérnök (gépgyártás), termelési mérnök (gépgyártás), termelésstervezési mérnök (gépgyártás), tesztelőmérnök (gépgyártás), turbinamérnök

Készségek és kompetenciák: a gépészmérnök számára az általánosan meghatározó kognitív kompetenciák mellett fontos a fejlett kapcsolatteremtő készség. Termelésirányítási helyzetben meghatározó lehet a jó állóképesség, térlátás, a gyors reakció képessége, a rendszer szemlélet és az oksági gondolkodás képessége.

A foglalkozás jellege: ülő és álló testhelyzetben, épületen belül végzett szellemi munka, esetenként párosulva könnyű fizikai munkával.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, égés, robbanás, közlekedés) lehetséges. Fizikai (zaj, UV, statikus és változó mágneses terek, egésztest és kéz-kar vibráció) kóroki tényezők, szervetlen porok, kémiai és biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. Hegesztés káros hatásai. Több gépipari ágazati tevékenység és alkalmazott kémiai anyag (fémek, festékek, oldószerek) daganatok, légúti, bőr, immun, endokrin, vese, gyomor-bélrendszeri és szív-érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A gépiparban gyakoribb a bőr-, gége-, tüdő-, hólyagrák előfordulása. A dízel kipufogógázok IARC 1, biztosan rákkeltőek, a benzin kipufogógázok, olajok IARC 2B lehetséges rákkeltő csoportba soroltak. A fékbetétek korábban azbesztet tartalmaztak (biztosan rákkeltő).

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a fokozott figyelmet jelentősen befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozóak a képernyő előtti munkavégzést nehezítőek.

Fokozott baleseti kockázattal járnak az olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek jó látást, ép hallást, jó egyensúlyérzékelést jelentősen befolyásolják, illetve amelyekben változó hőmérsékletű munkahelyen, poros, füstös, gőzös, gázos vagy zajos helyen vagy vegyi anyagokkal vagy fokozott balesetveszéllyel járó munka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, légzésfunkciós, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségességek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlott.

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok racionális szervezésével mozgásukban akadályozottak, enyhén látássérültek, illetve hallássérültek által elvégezhető foglalkozás. A munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől. Mozgássérültek esetében célszerű a tervezési munkakörökben való alkalmazás. Fontos az általános mentális képességek, logikus gondolkodás megléte.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében kiemelt jelentőségű a megfelelő kommunikációs csatorna megválasztása, a beszédértés optimális feltételeinek biztosítása. Szükség lehet továbbá a munkavégzéshez kapcsolódó gépek, berendezések hangjelzésének megváltoztatására, vibrációs funkcióval és fényjelzéssel ellátott speciális eszközök beszerzésére. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, WCAG szabvány szerinti WEB rendszer, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

A foglalkozás rövid leírása: a gépésztechnikus a gépészet területén gépek, géprendszerek, mechanikus berendezések tervezésében, gyártásában, működtetésében, szerelésében, karbantartásában és javításában önállóan vagy mérnöki irányítással vesz részt. Tevékenysége kiterjedhet a gépek és gépi rendszerek beállítására, javításuk műszaki és minőségügyi tervezésére. Tevékenységük kalorikus és áramlástechnikai gépek és berendezések, valamint az ezekkel kapcsolatos technológiai folyamatok tervezésében részfeladatok ellátására, a gyártás és beszerelés költségeinek, anyag- és munkaerő-szükségletének előzetes becslésére is kiterjedhet.

Betölthető munkakörök: anyagmozgató gépészeti technikus, bányagépész-technikus, élelmiszeripari gépésztechnikus, épületgépész-technikus, erdészeti gépésztechnikus, fejlesztő technikus (gépipar), finommechanikai technikus, gépésztechnikus, gépipari automatizálási technikus, gépipari mérnökasszisztens, gépjármű technikus, gépkenési technikus, gépszerelő technikus, hatékonyságfejlesztési technikus (gépgyártás), hőerőgépészeti technikus, hűtő és klíma technikus, közlekedésgépész technikus, mező- és erdőgazdasági gépésztechnikus, mezőgazdasági gépjavító szaktechnikus, mezőgazdasági gépüzemeltető szaktechnikus, műszerész gépésztechnikus, repülőgép technikus, szellőztetőtechnikus, szerszám- és késszülésszerkesztő technikus, tervezési technikus (kohászat), vegyipari gépésztechnikus

Készségek és kompetenciák: a gépésztechnikusok számára fontos a fejlett kapcsolatteremtő készség. Termelésirányítási helyzetben meghatározó lehet a jó állóképesség, a gyors reakció és döntési képessége. Tervezésben való részvétele során lényeges az ábrázoló-készség fejlettsége, amelynek alapja a jó látás.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül, védőeszközök alkalmazásával végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülés, áramütés, közlekedés). Fizikai (zaj, UV, statikus és változó mágneses terek, egésztest és kéz-kar vibráció) kóroki tényezők, szerves porok, kémiai és biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. Hegesztés kóros hatásai. Több gépipari ágazati tevékenység és alkalmazott kémiai anyag (fémek, festékek, oldószerek) daganatok, légúti, bőr, immun, endokrin, vese, gyomor-bélrendszeri és szív-érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, metabolikus szindróma, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A gépiparban gyakoribb a bőr-, gége-, tüdő-, hólyagrák előfordulása. A dízel kipufogógázok IARC 1 biztosan rákkeltő, a benzingázok, olajok IARC 2B lehetséges rákkeltő csoportba soroltak. A fékbetétek korábban azbesztet tartalmaztak (IARC 1 rákkeltő).

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a munkavállaló nem végezhet fokozott figyelmet igénylő munkát.

Korlátozóak a jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázattal járnak az ép hallást, jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, illetve amelyekben nem végezhető változó hőmérsékletű munkahelye vagy, fokozott baleset veszéllyel járó vagy képernyő előtti munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, szemészeti, légzésfunkciós, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlott.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőruha, arc, szem és fejevédelem, védőkesztyű, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérült munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.), az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). Mivel gépek közelében vannak, így célszerű azok meghibásodása esetén fényjelzéseket is használni. E mellett a speciálisan kialakított IT eszközökről (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.) is gondoskodni kell.

Gipszkartonozó, stukkózó – FEOR-08 7512

A foglalkozás rövid leírása: a gipszkartonozó, stukkózó foglalkozás betöltője épületek, belső terek, falazatok gipszkarton burkolatainak szerelésével, karbantartásával és javításával foglalkozik. Munkája során gipszből, cementből és hasonló anyagokból díszítő- és védőburkolatokat készít épületek belső és külső felületein.

Betölthető munkakörök: álmennyezet-szerelő, gipszkarton és álmennyezet szerelő, gipszmunkás (stukkókészítés), gipszöntő (stukkókészítés)

Készségek és kompetenciák: a gipszkartonozók és stukkózók esetében a kielégítő fizikai állóképesség mellett fontos a jó látás, térlátás, a szemmérték megléte. Szükséges az esztétikai érzék, a pontosság, esetenként a monotonia jó tűrése. Magasban nem szédülhet. Lényeges az önálló munkavégzés képessége, illetve azzal párosuló figyelemkoncentráció.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, kívül és műhelyben, időnként magasban, védőeszközök használatával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Zaj, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye, porexpozíció (cement, gipszpor). Az ágazati tevékenység és az alkalmazott anyagok légúti, bőr, és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti kórképek /krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulomás és heges elváltozásai/, bőr allergiás megbetegedései. Kézi teheremelés és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz- és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A foglalkozással asszociálódhat allergia, kontakt bőrgyulladás, zajexpozíció okozta halláskárosodás, kéz-kar vibrációs betegség, szilikózis és egyéb porbelégzési betegségek. A gipszkartonozók között gyakoribb a tüdőrák, mezotelióma és a gyomorrák előfordulása. Biológiai kóroki tényezők előfordulása lehetséges (bakteriális tüdőgyulladás kockázata).

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórokok, pszichés megterhelés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek a jó látást, jó egyensúlyérzést befolyásolják vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy tartós kényszerszertesthelyzetben vagy tartós állómunkát nem végezhet a munkavállaló.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek nehezítik a zajos munkahelyen vagy szabadban végzett vagy fokozott figyelmet igénylő vagy fokozott baleset veszéllyel vagy vibrációval járó vagy gyakori hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését igénylő munka végzését.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, háskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, leesés ellen, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: leesés elleni egyéni védelem, védőruha, védőlábbeli, védőkesztyű, arc, szem és fejképzédelem, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékozzági és képezzégbeli megfelelel: hallás- és értelmi sérültek által betölthető foglalkozázz, amelyben az egyez munkafeladatok elvégzézzére való alkalmazzág függ a funkció-képezzégektől, azok minőzzégetől és mértékétől.

Munkahelyi adaptáció: hallássérültek foglalkoztatázza során biztozzítani kell a kommunikációs akadálymentezítést pl. a jó szájjról olvasási képezzéget, melyet az írázzban történnő feladatkiadás is megkönnyíthet, hallóhurkok és az ezt kieggézzítő hordozható FM rendszér. Értelmi sérültek foglalkoztatázza esetén, egyez egyszerű rézzztevéekenységek elvégzézzére történnő, munkakőri betanítázz során, fontoz a munkafolyamatok szemléltetése, begyakoroltatázza, az új ismeretek átadásakor a könnyen érthető kommunikáció alkalmazázza.

A foglalkozás rövid leírása: a gyógynövénytermesztő tervezi, szervezi, irányítja és elvégzi a gyógynövények termesztésével, gyűjtésével, illetve értékesítésre, feldolgozásra történő előkészítésével kapcsolatos munkákat. A gyógynövénytermesztés során előkészíti a talajt, tápanyag-utánpótlást végez, gyógynövényt szaporít, ápol, gyógynövényt betakarít, összeállít, csomagol.

Betölthető munkakörök: gyógynövény- és fűszernövénytermesztő és -feldolgozó, gyógynövényismerő és -termelő

Készségek és kompetenciák: a gyógynövénytermesztésben dolgozók számára az érzékelési funkciók közül szükséges a jó látás és szaglás. Fontos a rendszerezés és az összehasonlítás képessége. Környezettudatosság.

A foglalkozás jellege: gyakran álló, kényszertesthelyzetben, növénytermesztésre használt épületen belül és azon kívül végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatása. Rovarsípés, aeroszol és porok belégzési expozíciója okozta légzőszervi megbetegedések kialakulása fokozódik. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. A tevékenység során alkalmazott kémiai anyagok (növényvédő szerek), fizikai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció légúti, szív- érrendszeri, idegrendszeri, bőr és daganatos betegségek kialakulásának kockázatát fokozzák. Típusos foglalkozási betegségek a gombák és mérgek okozta allergiás tüdőgyulladás, külső allergiás hörgőcske gyulladások: kávétermelők, gombatenyésztők, burgonyaválogatók, komposztálók, paprika, illetve dohány termesztők tüdőbetegsége. A kézi tehermozgatás és a kényszertesthelyzet fokozza a váz- izomrendszer betegségeinek kialakulását.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Rovarsípés, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben nem javasolt munkavégzés a szabadban.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek hideg vagy zajos vagy poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen, tartós kényszertesthelyzetben vagy vegyi anyagokkal vagy gyakori hajolást, gyaloglást, tárgyak emelését igénylő vagy tartós állómunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, háskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Bőrdaganatok kialakulásának kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése. EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók.

Védőoltások: kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómia kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, zajvédő eszközök, védőkesztyű, védőszemüveg, fejkendő eszközök, védőlábbeli szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak, esetlegesen autisták által betölthető foglalkozáson belül egy-egy részfeladat ellátására alkalmasak lehetnek (például: gyógynövénygondozás, csomagolás stb.). A részfeladatok kialakításánál figyelembe kell venni a fogyatékoság minőségét, mértékét.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, a munkafolyamatok fokozatos közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

Gyógyszergyártó gép kezelője – FEOR-08 8133

A foglalkozás rövid leírása: a gyógyszergyártó gép kezelője meghatározott gyártási technológia szerinti részfeladatok ellátását végzi (gyógyszeralapanyag-gyártás, homogenizálás, oldatkomponensek összemérése, gyógyszer-fermentálás, gyógyszer-sterilizálás, gyógyszer-ampulla-forrasztás stb.). Beállítja, kezeli, felügyeli és kiszolgálja a gyógyszerkészítményekhez az alapanyagokat, vagy az ezen alapanyagokból tablettákat, kenőcsöket, injekciókat, porokat és oldatokat előállító gépi berendezéseket.

Betölthető munkakörök: bioplazmagyártó, granulátumkészítő (gyógyszeripar), gyógyszer-és tápszerkészítő, gyógyszeralapanyag-gyártó, gyógyszerampulla-töltő, -forrasztó, gyógyszerdrázsírozó, gyógyszer-fermentációs finomfeldolgozó, gyógyszer-fermentációs nyersfeldolgozó, gyógyszergyártógép-kezelő, gyógyszer-homogenizáló, gyógyszeripari keverőgép kezelő, gyógyszeriparigép-kezelő, gyógyszerkenőcs- és -kúpgyártó, gyógyszer-liofilizáló, gyógyszeroldat-készítő, gyógyszer-sterilizáló, gyógyszer-tablettázó gép kezelője, injekciótöltőgép-kezelő, liofilizáló oltóanyagot készítő, tablettabevonó, tablettázó előkészítő, tápszergyártó, vérfeldolgozó és oltóanyag-termelő, vitamin-előkészítő

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Zaj, porok és kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Több vegyipari ágazati tevékenység és alkalmazott kémiai anyag daganatok, szív- érrendszeri, légúti, ideg, érzékszervi, immun, endokrin, vese-, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegedések kialakulásának kockázatát fokozza. A technológia szerint használatos vegyi anyagok jelentette kockázat munkahelyenként értékelendő. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben jó látást igénylő vagy zajos munkahelyen vagy fokozott figyelmet igénylő vagy fokozott baleset veszéllyel járó munka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást vagy jó egyensúlyérzést nehezítő betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt vegyi anyagokkal vagy tartós kényszer testhelyzetben végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy többműszakos munkarendben végzett munka.

Fokozott baleseti kockázatot jelent, ha a munkavállalónak nem javasolt poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorizálásának rendjét, melynek betartása a munkáltató feladata.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges (33/1998. (VI. 24.) NM rendelet, 2. sz. melléklet).

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfog, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, légzésfunkciós, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, fizikai, kémiai, ergonómiai kórokok hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, védőszemüveg, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozást az egyes munkakörök átszervezésével, személyre szabott illesztésével hallássérültek és mozgásukban akadályozottak, a megfelelő fizikai és szellemi kompetenciák vizsgálatával gyakorolhatják.

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítés keretében a közlekedés biztosítása (szintkülönbségek, rámpák, átjárók, kapaszkodók), áttekintő táblák, térképek, a szöveges feliratoknak jól értelmezhetőnek kell lenni, egyszerű tömör, betűtípus alkalmazásával. Hallássérültek számára hallókészüléket, szükség szerint a szájról-olvasás, jeltolmács közvetítést kell biztosítani, e mellett fontos a gyógyszeripari gépek hangjelzéseinek fényjelzések használatával történő kiegészítése.

A foglalkozás rövid leírása: a halászati foglalkozásúak tógazdasági körülmények között vagy természetes vizekben haltenyésztést, haltermelést folytatnak. Feladataik közé tartoznak a tenyész- és áruhalak előállítás, a takarmányozás, hozamfokozás, betegségek elleni védekezés, a tárolt és kihelyezett hal őrzése és védelme.

Betölthető munkakörök: édesvízi halász, édesvízi halászzal foglalkozó csoport vezetője, étikagyló-tenyésztő, halastó telepítő, halász, haltenyésztő, halászgépész, halgazdálkodó, halkeltető, haltenyésztő, horgászmester, horgásztó-kezelő, ivadéknevelő (halászati), ívató halász, mélytengeri halász, segédhalász, tógazda, tógazdasági halász, tógazdasági halászmester

Készségek és kompetenciák: a halászati foglalkozások betöltéséhez fontos a jó megfigyelő- és a gyors helyzetfelismerő képesség, a csapatmunka (folyamatos alkalmazkodás, együttműködés, tolerancia), higgadság, gyors döntési készség és megfelelő fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: álló, kényszertesthelyzetben, a szabadban, csónakban, hajón végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: igen jelentős a baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, vízbe fulladás, közlekedés) kockázata. A tengeri halászat a legveszélyesebb foglalkozások egyike. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőmérsékleti diszkomfort, UV sugárzás egészségkárosító hatásai. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. A tevékenység során fizikai, biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció fokozhatja egyes daganatok (ajak-, tüdő-, gyomorrák előfordulás fokozott) előfordulását, főleg tengeri halászok között), és növelheti a légúti, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, vese- és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Kézi teheremelés miatt fokozódik a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. Tengeri halászok között fokozott az ismeretlen okú halálozások előfordulási aránya. A dízel kipufogógáz IARC 1 biztosan rákkeltő, a benzin kipufogógáz IARC 2B lehetséges rákkeltő csoportba sorolt. A dízel és benzin üzemanyag IARC 2B csoportba sorolt, lehetséges rákkeltő. Tengeri halászat kóroki tényezői: a halfajták közül 1200 fajta mérgező (pl.: köhal, oroszlánhal, skorpióhal, csillagászhal, varangyhal- *Daector reticulata*, szörnyhal- *Thalassophryne amazonica*). Számos, q halak fogyasztásával kapcsolatos megbetegedés ismert: ciguatera (*Dinoflagelláták* okozta gastrointesztinális, neurológiai tünetek és hallucináció, amelyet a ciguatoxin, maitotoxin, scaritoxin és palytoxin okozhat), Haff betegség (balti-tengeri, USA, Kína édesvízi lagúnákban élő angolna, csuka, bölényhal, rákok fogyasztása után kialakult rabdomiolízis és veseelégtelenség, amelyet palitoxin, esetleg tiamináz okoz), ichthyooallerginotoxicitás (az álomhalak, *Sarpa salpa*-tengeri durbincs, *Siganus spinus*, *Mulloidés flavolineatus*, LSD okozta hallucinációhoz hasonló, néhány napos hallucinációt okoznak), scombroid szindróma (*Scombroidea* halak-makréla, tonhal- hisztidin okozza, konvertálódik hisztaminná, ami allergiához hasonló reakciót okoz), kagylómérgeзések (amnészia *Nitzia navis-varingica* diatom algák- toxikus fitoplanktonok toxinja, a kainsav analóg neurotoxikus domoic sav a hipocampus és az amigdala károsodását okozza, rövid távú memóriavesztés, vérzéses hasmenés, kalcium beáramlás neuron pusztulás miatt, alkalmanként halálos kimenetellel/, hasmenés, neurotoxicitás, bénulás). Az algákkal együtt élő *Dinoflagelláták* által termelt dinotoxin (neurotoxin) felelős tömeges halpusztulásokért (vörös virágzás, vörös dagály). A *Pfisteriák* (színtelen elszaporodás) termelte saxitoxin (neurotoxin) hasonló halpusztulást okozott. A kagylók és

halak fogyasztása humán megbetegedéseket okoz, és gyaníthatóan felelős a tengeri halászok bizonyos megbetegedéseiért.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai (toxinek), biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a munkavállaló nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy szabadban vagy fokozott balesetveszéllyel vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós kényszertesthelyzetben végzett munka nem végezhet.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó egyensúlyérzés befolyásolt vagy tartós állómunka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek (elesés, vízbeesés), biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (csónak, hajó, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, kesztyű, fejképző, elesés, vízbeesés elleni védelem szükségességek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi- és hallássérültek számára is biztosítható foglalkozások a megfelelő részfeladatok kijelölésével, figyelemmel a megmaradt funkcióképességekre. Az értelmi sérültek alkalmazásánál fontos vizsgálni, hogy a korlátozott intellektuális funkciójú egyén téri tájékozódása, figyelemlkoncentrációja milyen szintű.

Munkahelyi adaptáció: a különböző munkakörökhöz kapcsolódó védőfelszereléseken túl, mindegyik fogyatékos munkavállaló számára biztosítani kell az érthető és többször begyakorolt munkafolyamatokat. Az új ismeretek elsajátításához (pl. halak etetése) mentor biztosítása szükséges. Hallássérült munkavállaló számára, vezeték nélküli hallókészülék, esetleg jelynyelvi megoldás kell. Különösen fontos a közlekedő útvonalak kijelölése, esetlegesen egyszerű térkép biztosítása.

Hivatalsegéd, kézbesítő – FEOR-08 9233

A foglalkozás rövid leírása: a hivatalsegéd, kézbesítő intézményeken belül és intézmények között, háztartásokba vagy más helyekre küldeményeket, leveleket kézbesít, illetve kisegítői feladatokat lát el.

Betölthető munkakörök: hivatalsegéd, kerékpáros kézbesítő, küldönc, reklámújság kézbesítő

Készségek és kompetenciák: a hivatalsegéd és kézbesítő számára alapvető a látásképeség, a mozgás és a fizikai kondíció megléte (kézerő, állóképesség). Fontos a megbízhatóság, a pontosság, illetve az ügyfelekkel való kapcsolattartásban a jó kommunikációs készség.

A foglalkozás jellege: ülő, gyakran álló, helyváltoztatással járó, néha kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül végzett, könnyű és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti sérülés veszélye (esés, sérülés, közlekedés). Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció, alkalmanként por inhaláció, rovarcsípés okozta egészségkárosodás kockázata. Kedvezőtlen klimatikus egészségkárosodást okozó hatások. Kézi tehermozgatás esetén a váz-izomrendszer betegségeinek kockázata. A képernyős munkavégzés során szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Ülő munkakörökben a megfelelő fizikai aktivitás hiánya a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázatát növeli. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: kedvezőtlen klimatikus hatások. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Hivatalsegéd esetében *baleseti kockázattal* járnak az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt a gyakori hajolás, gyaloglás, tárgyak emelése.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskőfog, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálko-

zás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, laboratóriumi, légzésfunkciós, mellkasröntgen vizsgálatok ajánlhatók.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: védőeszköz munkaruha, sapka, kesztyű, védőlábbeli szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a fogyatékoság minőségétől és mértékétől függően hallás- és értelmi sérültek láthatják el ezt a munkakört. Mozgásukban korlátozottak a foglalkozás-egészségügyi szolgálat megállapítása alapján foglalkoztathatók.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak kijelölésén túl azok begyakoroltatása is lényeges. Hallássérültek foglalkoztatása során biztosítani kell a kommunikációs akadálymentesítést pl. a jó szájról olvasási képességet, melyet az írásban történő feladatkiadás is megkönnyíthet, valamint a hallóhurok és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer. Értelmi sérültek foglalkoztatása esetén, egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő, munkaköri betanítás során, fontos a munkafolyamatok szemléltetése, begyakoroltatása, az új ismeretek (az érintett technológia vagy szolgáltatás egészét figyelembe véve) fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

Hulladékosztályozó – FEOR-08 9212

A foglalkozás rövid leírása: a hulladékfeldolgozó-helyeken osztályozza, azonosítja, válogatja a papír-, üveg-, műanyag-, alumínium- és egyéb hulladékokat. Az újrahasznosítható hulladékokat feldolgozásra előkészíti. Külön osztályozza a javítható vagy újrafelhasználható bútorokat és más berendezéseket, gépeket, alkatrészeket, elektromos berendezéseket. Veszélyes hulladékokat kezel és ártalmatlanít, hulladékkezelő gépeket működtet.

Betölthető munkakörök: elektronikai hulladékválogató és -feldolgozó, hulladék megsemmisítő, hulladékátvevőhely-kezelő, hulladékgyűjtő, hulladékosztályozó munkás, hulladéktelep-kezelő, hulladékválogató, szelektív hulladékgyűjtő, szeméttelep-rendező, szennyvíz és hulladékkezelő, települési hulladék-kezelő

Készségek és kompetenciák: a hulladékosztályozásban a tevékenységek ellátásához szükséges a jó látás, téri tájékozódás, hallás, szaglás (szagok tűrése), fizikai állóképesség, megfelelő mozgáskoordináció és figyelemkoncentráció.

A foglalkozás jellege: főként álló, helyváltoztatással járó, épületen belül és kívül végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: balesetek okozta egészségkárosodás lehetősége. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció okozta egészségkárosodás kockázata. Rovarcsípés lehetősége. Zaj, vibráció, kémiai (gázok /szénmonoxid, széndioxid, metán, kén és nitrogéntartalmú gázok/, illékony szerves vegyületek, policiklusos aromás szénhidrogének, poliklorinált bifenilek, klórozott szénhidrogének, peszticidek, dioxinok, benzol, toxikus és daganatkeltő fémek (kadmium, króm VI, arzén, berillium, nikkel, króm, ólom, higany, réz) és biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatásának lehetősége. A fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők fokozhatják daganatos, légúti, fertőző, szív- és érrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, immun, endokrin, vese és bőr betegségeinek kialakulását. Kissé gyakoribbak az ágazatban dolgozók gyermekei között a születési rendellenességek, az alacsonyabb születési súly. Kézi teheremelés esetén a váz és izomrendszer megbetegedéseinek kockázata fokozott. Az ágazatban fokozott a betegségek és ezen belül főként a fertőző betegségek előfordulásának kockázata. Speciális kockázatot jelentenek az autóröncs-telepek és az elektromos és elektronikus hulladékok. Gyakoribb a gége, tüdő, gyomor-bélrendszer, máj, vese, hólyag, leukémiák, limfómák, lágyrész szarkómák előfordulása.

Lehetséges kórokok: fizikai, biológiai kóroki tényezők, kémiai anyagok légúti, orális és bőrön keresztüli expozíciója. UV expozíció. Ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben nem végezhető gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy szabadtéri munka.

Korlátozzák olyan állapotok, melyekben egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelentenek olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem végezhető fokozott baleset veszéllyel járó munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hastífusz, hepatitis A, B, tetanusz, kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, szem, arc, fejvédelem, légzésvédelem szükségességek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a hulladékosztályozási feladatok halláskárosodott, értelmi fogyatékos munkavállalók alkalmazását biztosíthatják, figyelembe véve akadályozottságukat, annak minőségét és mértékét. Mindkét fogyatékoság típusnál szükség van a figyelemlkoncentrációra, a térl tájékozódás képességére.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközökön túl a munkafeladatok függvényében fontos a közlekedő-utak, szociális helyiségek stb. fizikai akadálymentesítése. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, a tevékenységek kijelölésekor, a feladatok többszörl megismertetésére célszerű jeltolmácsot alkalmazni. Ha gépet használ, legyenek olyan jelzések (fény), amely a meghibásodást közvetítl számára. Az értelmi sérültek, egyes egyszerű résztevékenységek (pl.: közterület takarító) elvégzésére történő betanítása során fontos a többszörl ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a humánpolitikai adminisztrátor a szakterületi vezető irányítása mellett vagy a személyzeti információkra támaszkodva önállóan lát el adminisztratív feladatokat. Munkakörétől függően feladatai közé tartozik a munkaerő toborzás előkészítése; létszámnyilvántartások vezetése; bérbesorolással kapcsolatos feladatok elvégzése; nyilvántartások vezetése és adatszolgáltatások készítése megadott szempontok alapján; a képzések adminisztrációjának biztosítása; papíralapú, valamint számítógépes irattári- és nyilvántartási rendszerek vezetése, a személyzeti tevékenységre vonatkozó jelentések és dokumentumok összeállítása.

Betölthető munkakörök: beléptetési ügyintéző (munkaügyi), emberierőforrás-ügyintéző, humánerőforrás-asszisztens, humánerőforrás-ügyintéző, humánerőgazdálkodási ügyintéző, humánpolitikai ügyintéző, munkaügyi előadó, munkaügyi nyilvántartó, munkaügyi ügyintéző, személyzeti adminisztrátor

Készségek és kompetenciák: a humánpolitikai adminisztrátorok számára különösen fontos a jó kommunikációs készség, látás, hallás. Személyes és társas kompetenciái közül lényeges a felelősségérzet, az empátia. Meghatározó a rendszerzés és az osztályozás képessége.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak az ép hallást, a fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti vagy tartós ülőmunka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozóak a jó látást vagy az egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzését jelentősen befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelentenek az olyan állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskőrfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálko-

zás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, látás- és hallássérültek által végezhető tevékenység funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amely a munka jellegéből adódnak (például a sok mozgással járó munkaügyi előadó feladatok és a helyhez kötött személyzeti adminisztrátor között).

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bűtorzat ergonómiája. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését, és más kezelhető irodagépeket kell biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a rendszerkezelő technikus informatikai és kommunikációs technológiai rendszerek kezelését, működtetését végzi és felügyeli, ideértve az internethez kapcsolódó és az attól független helyi számítógépes hálózatokat, számítógépes programokat és berendezéseket az optimális teljesítmény biztosítása és a problémák kiszűrése érdekében.

Betölthető munkakörök: adatátviteli technikus, hálózataadminisztrátor (technikus), hálózatooperátor, üzemeltető, rendszertechnikus, számítástechnikai operátor, számítógép kezelő/operátor, számítógéphálózat-üzemeltető, számítógéptermi gépkezelő

Készségek és kompetenciák: az informatikai foglalkozások magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, a kommunikáció-értékelést.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: ülő, álló, alkalmanként kényszerteresthelyzetben, épületen belül folytatott szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (minimális kockázat, esés, sérülés, áramütés, közlekedés) lehetősége. Zaj okozta egészségkárosodás (szerver) lehetséges. A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás (IARC 2B lehetséges rákkeltő besorolású) daganatok és szív- érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a fokozott figyelmet igénylő munka végzését vagy képernyő előtti munka vagy tartós ülőmunka végzését jelentősen befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetege-

dések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Rendszeres szemészeti kontroll szükséges.

Védőoltások: szezonális influenza ellen évente ajánlható. Bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás megfontolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha, képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek, esetenként autista munkavállalók is alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett, gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.) és az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). Ezek mellett különösen fontosak a speciálisan kialakított IT eszközök (pl.: érintő képernyő, szoftver támogatás, lapbeolvasó stb.). Szükség szerint mentor biztosítása.

A foglalkozás rövid leírása: az informatikai és telekommunikációs eszközök, valamint a hozzájuk tartozó perifériák és adatátviteli hálózat eszközeinek telepítését, javítását és karbantartását végzi. Feladatai közé tartozik mikrohullámú, távolsági és multiplex rendszerek, műholdas, illetve más, elektromágneses hullámterjedés elvén működő kommunikációs rendszerek telepítése, karbantartása, javítása, hibák elhárítása, monitorozása; számítógépes egységek összeszerelése és beállítása; műszaki tanácsadás és felvilágosítás biztosítása, összetett távközlési hálózatok és berendezések teljesítményének ellenőrzése.

Betölthető munkakörök: antennabeállító, antennaszerelő, informatikai hálózatrendszer-telepítő, IT eszközkarbantartó, számítástechnikai műszerész, számítógépszerelő, távközlési és átviteltechnikai szervizműszerész (telefon, antenna), távközlési hálózat-építő, telefonközpont szerelő, telefonvonal-szerelő, telefonvonal-telepítő

Készségek és kompetenciák: az informatikai és telekommunikációs berendezések javításához és karbantartásához jó látás, térlátás és színlátás szükséges. Egyes munkakörök betöltője magasban nem szédülhet. Az informatikai foglalkozások magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, a kommunikációértékelést.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül és alkalmanként kívül, sokszor magasban végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, áramütés, közlekedés). Zaj (szerver), UV sugárzás, hőmérsékleti hatások, statikus és változó elektromágneses terek, porok, kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Biológiai kórokok hatása lehetséges. Több ágazati tevékenység, alkalmazott kémiai anyagok (esetleges forrasztás, kolofónium, fémek, selejtezett elektromos és elektronikus eszközök), statikus és változó elektromágneses terek (IARC 2B lehetséges rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növelik. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Képernyős munkavégzés okozta szem és váz-, izomrendszeri megbetegedések kialakulása fokozódik. Számítógép-függőség. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza.

Lehetséges kórok: fizika, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek a jó látást vagy ép színlátást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését gátolják.

Korlátozzák az ép hallást vagy jó egyensúly érzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy amelyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy tartós ülőmunka, vagy tartós állómunka nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelenthet, ha a munkavállaló zárt, szűk térben vagy szabadban vagy tartós kényszer testhelyzetben vagy képernyő előtti munkát nem végezhet.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiség, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: védőruha, védőlábbeli, védőkesztyű, fejkédelem, lezuhanás elleni védelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: megfelelő munkaszervezéssel, a fogyatékoság minőségének és a megmaradt funkcióképességnek megfelelően hallás- és mozgássérültek is elláthatnak műszerészi feladatokat, amennyiben előképzettségük ezt biztosítja. Figyelembe kell venni, hogy a foglalkozáson belül nem minden munkakör betöltésére alkalmasak, ezért elsősorban a helyhez kötött feladatok elvégzése ajánlott.

Munkahelyi adaptáció: az előírt védőeszközök mellett a fizikai akadálymentesítés meghatározó elemei közé tartozik a vízszintes és függőleges akadályok leküzdése. A megfelelően kialakított munkapadok, esetlegesen a szerszámok ergonomikus átalakítása. Az infokommunikációs eszközök tekintetében a hallássérült munkavállalók számára hallókészülék, hallólók, egyértelmű írásos kommunikáció szükséges.

Intézményi takarító és kisegítő – FEOR-08 9112

A foglalkozás rövid leírása: az intézményi takarító szállodák, irodák és más intézmények belső tereinek és berendezési tárgyainak tisztítását végzi.

Betölthető munkakörök: gyermekintézmény-takarító, irodatakarító, kollégiumi szoba-asszony, kórházi takarító, kórházi udvaros, lakóépület-takarító, medencemosó, medence-takarító, szállodai szobaasszony, szállodatakarító, szobalány, takarítógép-kezelő (intézményi), udvari takarító, udvarmester, udvaros

Készségek és kompetenciák: a foglalkozásban foglalt munkafeladatok elvégzéséhez alapvető a látáskészség és a fizikai állóképesség. Esetenként meghatározó lehet a mozgáskoordináció, a figyelemösszpontosítás. Fontos kompetencia a megbízhatóság, a felelősségérzet, esetlegesen a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: főként álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül, és kívül kényszertesthelyzetben végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőmérsékleti diszkomfort. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció okozta egészségkárosodás kockázata. Rovarsípés lehetősége. Takarítógép használat esetén zaj, egésztest és kéz-kar vibráció érzékszerveket, váz- és izomrendszert, kardiovaszkuláris és idegrendszert károsító hatásai. Porok, aeroszolok inhalációja. Kémiai anyagok (takarító szerek, peszticidek) belégzési, bőrön keresztüli és szájon át történő expozíciója miatt daganatok, légúti, fertőző, bőr, idegrendszeri, érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, endokrin, immun, vese és szív-érrendszeri megbetegedések kockázata nő. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Fokozott a váz-izomrendszer megbetegedéseinek kockázata. Egyes háztartási tisztítószerek, léghfrissítők növelhetik az emlőrák előfordulását.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Szervetlen porok, aeroszolok, kémiai anyagok légúti, szájon át történő és bőrön keresztüli expozíciója. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós kényszertesthelyzetben végzett vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben jó látás vagy jó egyensúlyérzékelés vagy ép hallás befolyásolt vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy vegyi anyagokkal végzett munka nem végezhető.

Baleseti kockázatot jelent, ha nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy szabadban végzett munkavégzés nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Egészségügyi intézményekben, élelmiszer forgalmazó üzletekben történő munkavégzés, emiatt járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv és hepatitis B elleni védőoltás szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskőrfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálko-

zás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, légzésfunkciós, EKG vizsgálat, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok ajánlhatók.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: kockázatértékeléstől függően munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, szem, arc, fejvédelem, légzésvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, értelmi sérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás, amelynek egyes munkafadatai függenek a funkcióképességektől, azok minőségétől és mértékétől. Lényeges az önálló munkavégzés képessége, az azzal párosuló figyelemkoncentráció.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak kijelölése, feliratok, térképek által. Hallássérültek foglalkoztatása során biztosítani kell a kommunikációs akadálymentesítést (hallóhurkok és kiegészítő hordozható FM rendszer), amelyet az írásban történő feladatkiadás is megkönnyíthet. Értelmi sérültek foglalkoztatása esetén az egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a munkafolyamatok szemléltetése, begyakoroltatása, az új ismeretek (az érintett technológia vagy szolgáltatás egészét figyelembe véve) fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Autisták számára a munkahelyeken olyan feladatokat kell kijelölni, amelyekben nincsenek nagy változások és kiszámítható számukra.

A foglalkozás rövid leírása: az iratkezelő, irattáros intézmények, gazdálkodó szervezetek keretén belül a levelezések, kartonok, számlák, nyugták, különböző dokumentumok és egyéb nyilvántartások irattári rendnek megfelelő irattárazását végzi. A belső utasításoknak megfelelően dokumentumokat másol, továbbít és archivál (papíralapú és számítógépes nyilvántartási rendszerekben).

Betölthető munkakörök: archívumkezelő, archívumkezelő (lapkiadói), dokumentációs előadó, iratkezelő, irattári munkatárs, rajztáros, tervtáros

Készségek és kompetenciák: ebben a foglalkozásban a jó látás mellett lényeges a rendszerezés, az osztályozás, az összehasonlítás, a megbízhatóság képessége. A munkavégzés jellegéből adódóan további fontos készsége a bezártság érzés és a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Szerves és szervetlen porokkal történő légúti és bőrön keresztüli expozíció miatt nő a légzőszervi és bőrbetegségek kockázata. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere-zavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: szerves és szervetlen porokkal történő légúti és bőrön keresztüli érintkezés. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő, képernyő előtti vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozóak a jó látást nehezítő betegségek és/vagy állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével, egyoldalú, ismétlődő, monoton munka vagy tartós állómunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg,askörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- látás- és hallássérültek által végezhető tevékenység funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés érdekében figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amelyek a munka jellegéből adódnak (például a több mozgással járó irattári feladatok és egy helyhez kötött iratkezelő között).

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bútorzat ergonómiája. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését, és más kezelhető irodagépeket kell biztosítani

Járműtakarító – FEOR-08 9114

A foglalkozás rövid leírása: a járműtakarító repülőgépek, vonatok, autóbuszok és hasonló járművek belső tereinek és berendezési tárgyainak tisztítását végzi.

Betölthető munkakörök: autóápoló, autókozmetikus, autómosó, buszmosó, gépkocsimosó, hajómosó, kamionmosó, kocsimosó, kocsitakarító, konténermosó, repülőgép-takarító, troli-mosó, vasútikocsi-takarító

Készségek és kompetenciák: a járműtakarító foglalkozáshoz alapvető a jó látás és a fizikai állóképesség. Esetenként meghatározó lehet a mozgáskoordináció, a figyelemösszpontosítás. Fontos kompetencia a megbízhatóság, a felelősségérzet, esetlegesen a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: főként álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, és kívül kényszerszertesthelyzetben végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció okozta egészségkárosodás kockázata. Rovarcsípés lehetősége. Takarítógép használat esetén zaj, egészségtest és kéz-kar vibráció érzékszerveket, váz- és izomrendszert, kardiovaszkuláris és idegrendszert károsító hatásai. Porok, aeroszolok inhalációja. Kémiai anyagok (takarító szerek, peszticidek) légúti, bőrön keresztüli és orális expozíciója miatt daganatok, légúti, fertőző, bőr, idegrendszeri, érzékszervi, gyomor-bélrendszeri, endokrin, immun, vese és szív-érrendszeri megbetegedések kockázata nő. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Fokozott a váz-izomrendszer megbetegedéseinek kockázata. Egyes háztartási tisztítószerek, légfrissítők növelhetik az emlőrák előfordulását.

Lehetséges kórok: kedvezőtlen klímaviszonyok miatt hőérzeti diszkomfort. Fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Szervetlen porok, aeroszolok, kémiai anyagok légúti, szájon keresztüli és bőrön keresztüli expozíciója. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós kényszer testhelyzettel járó vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák azon állapotok, melyekben vegyi anyagokkal végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek a jó látást vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett munkát nehezítő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Egészségügyi intézményekben, élelmiszerszert forgalmazó üzletekben történő munkavégzés, emiatt járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv és hepatitis B elleni védőoltás szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, haskörfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok aján-

lottak. Hallásvizsgálat, légzésfunkciós, EKG vizsgálat, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok ajánlhatók.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: kockázatértékeléstől függően munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, szem, arc, fejvédelem, légzésvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, értelmi sérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás, amelynek egyes munkafadatai függenek a funkció-képességektől, azok minőségétől és mértékétől. Lényeges az önálló munkavégzés képessége és az azzal párosuló figyelemkoncentráció.

Munkahelyi adaptáció: hallássérültek foglalkoztatása során biztosítani kell a kommunikációs akadálymentesítést (hallóhurkok és kiegészítő hordozható FM rendszer), amelyet az írásban történő feladatkiadás is megkönnyíthet. Értelmi sérültek foglalkoztatása esetén az egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a munkafolyamatok szemléltetése, begyakoroltatása, az új ismeretek (az érintett technológia vagy szolgáltatás egészét figyelembe véve) fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a jelnyelvi tolmács szociokulturális és pszicho-lingvisztikai megfeleltetést, nyelvi modifikációt végez a beszéd útján zajló információcserében akadályozott siket, valamint a súlyos fokban nagyothalló emberek számára. Manuális és vizuális kifejezési eszközökkel segíti köztük és a halló világ közötti kommunikációt. Alkalmazza a megfelelő tolmácsolási módszereket a halló és a hallássérült igénybe vevők elvárásai szerint. Jelnyelvi tolmácsolás mellett, írásokat is fordít, értelmez a célcsoport számára.

Betölthető munkakörök: jeltolmács, siketek tolmácsa

Készségek és kompetenciák: a jelnyelvi tolmács számára különösen szükségesek a jelelés során alkalmazott alapvető motorikus készségek. Jelentős kompetenciák az érzelmi stabilitás, kiegyensúlyozottság, nagyfokú türelmesség, az empátias készség, kapcsolatteremtő és -fenntartó készség. Fontos a kiegészés elleni védekezés képessége.

A foglalkozás jellege: ülő és gyakran álló testhelyzetben, épületen belül végzett szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: minimális baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) lehetséges. Biológiai kóroki tények egészségkárosító hatása lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: fizikai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása, kiegész.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését nem teszik lehetővé.

Korlátozzák a jó látást vagy tartós ülőmunka végzését jelentősen befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hepatitis B, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyős munkavégzés esetén éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgássérültek, illetve olyan hallássérültek, akik képesek a beszédértésre és annak jelnyelvi átadására. Utóbbiak közé azok tartoznak, akiken cochleáris implantációs műtétet végeztek (ennek segítségével hall és tud beszélni is). A képességbeli megfelelés jelenti a beszéd értését, a hallás javítását és a munkához szükséges szókincs fejlesztését.

Munkahelyi adaptáció: mozgássérült jelnyelvi tolmács esetében a szükségszerű fizikai akadálymentesítés megoldása. Mindkét fogyatékosági típusnál a munkát könnyítő infokommunikációs eszközöket (jelszótárak, számítógép, szakkönyvek, telefon stb.) a szükségesnek megfelelően biztosítani kell.

A foglalkozás rövid leírása: a jogász, jogtanácsos a jog eszközével elősegíti az általa képviselt ügyfelek, szervezetek eredményes működését, közreműködik a törvényesség érvényre juttatásában, segítséget nyújt a jogok érvényesítéséhez, valamint a kötelezettségek teljesítéséhez.

Betölthető munkakörök: adatvédelmi szakértő (jogi), bankjogász, bírósági titkár, biztosítási jogász, családjogász, informatikai jogász, ingatlanjogász, ipari jogász, iskolajogász, jogi főmunkatárs, jogi referens, jogi szakértő, jogi szaktanácsadó, kereskedelmi jogász, munkajogász, munkajogi szakértő, munkajogi tanácsadó, nemzetközi jogász, polgári jogra szakosodott jogász, szabadalmi ügyvivő, szellemi tulajdonjoggal foglalkozó jogász, vállalati adatvédelmi referens (jogi), vállalati jogász, vállalati jogtanácsos

Készségek és kompetenciák: a joghoz kötődő foglalkozások esetében, különösen bizonyos munkakörökben szükséges lehet a jó látás, hallás és beszédképesség. Az intellektuális kompetenciák közül meghatározó a problémamegoldás, a lényeglátás, a kritikus gondolkodás, etikai érzék. Fontos a stressztűrő képesség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Kiegész.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben fokozott figyelmet igénylő munka nem végezhető.

Korlátozzák az ép hallást vagy képernyő előtti munka végzését nehezítő állapotok.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek a jó látást vagy fokozott érzelmi megterheléssel járó munka végzését nehezítő állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és látássérült személyek által végezhető munka. A foglalkozás betöltéséhez meghatározó, hogy a mozgásrendszer mely része, mikor és mennyire károsodott, és ez milyen mértékű funkciócsökkenést okoz. Látássérültek esetében meghatározó a látássérülés nagysága és a közlekedőképesség, fontos a pszichés megerősítés.

Munkahelyi adaptáció: akadálymentes fizikai környezet, vízszintes és függőleges akadályok leküzdése. Az infokommunikációs eszközök közül alkalmazhatóak a képernyőolvasó és a képernyőnagyító szoftverek, illetve a digitális akadálymentesített információs rendszer (Digital Accessible Information System, DAISY műszaki szabvány szerinti kialakításban). Braille konfigurációk, írott anyagok. Különbféle eszközök és technikák (pl.: hangostérkép, vakvezető kutya) használatával, megfelelő képzés után a látássérült emberek önállóan is tudnak közlekedni.

A foglalkozás rövid leírása: a jogi asszisztens az igazságszolgáltatás intézményeiben (bíró-ságon, ügyészségen, ügyvédi irodákban) és az igazságszolgáltatáson kívüli szakterületeken (kormányhivatalokban, önkormányzatoknál, közjegyzői irodákban, kis és középvállalkozá-soknál) a területnek megfelelő ügyviteli feladatokat lát el. Kezeli és karbantartja a jogász-i tevékenységhez szükséges számítógépes és speciális ügyviteli adatbázisokat.

Betölthető munkakörök: jogi asszisztens igazságszolgáltatásban, jogi asszisztens igazság-szolgáltatáson kívül, jogi titkár

Készségek és kompetenciák: az érzékelés funkciói közül meghatározó a jó látás és hallás, a figyelemlkoncentráció. Fontos a megbízhatóság, a felelősségtudat, az információkezelés, az etikai érzék, a rendszerezés és osztályozás képessége.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) minimális kockázata. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulá-sának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszicho-szociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak az ép hallást vagy a fokozott figyelmet igénylő munka végzését lehetetlenné tevő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást vagy tartós ülőmunka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapo-tok.

Baleseti kockázatot jelenthetnek az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt képernyő előtti munka végzése.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munka-végzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplál-kozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: jogi asszisztensként funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók mozgásukban és hallásukban korlátozott személyek, illetve olyan gyengénlátók, akiknek szemüveggel korrigált látásélessége 0,1-0,33 közötti.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis irodai berendezés kialakítása, ergonómikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

Kalapos, kesztyűs – FEOR-08 7213

A foglalkozás rövid leírása: e foglalkozás betöltője a technológiai előírásoknak megfelelően különböző szőrme- vagy szövet- alapanyagokból, választott vagy előírt formának megfelelően női, férfi- és gyermeksapkát, kalapot, kesztyűt készít. Alap, kellék, segédanyagokat ellenőriz. Meghatározza a gyártástechnológiát az alap- és kellékanyagok szerint. Feladatait döntően manuálisan, de alapvetően gépek segítségével látja el.

Betölthető munkakörök: bőrkesztyűszabász, kalapbélés és -kellékszabó, kalapfelületkikészítő, kalapkarimaszél-csiszoló és -gőzölő, sapkakészítő, kesztyűadajusztáló, kesztyűbélő, kesztyűdíszítő, kesztyűfényező, kesztyűpréselő, kesztyűszabász, kesztyűvarró, kesztyűvasaló, kézi kesztyűvarró, női kalapos

Készségek és kompetenciák: a kalapos és kesztyűs munkakörökben foglalkoztatottak számára a jó látásnak párosulnia kell a kézügyességgel és a figyelemkoncentrációval. E tevékenységi körökben fontos lehet az esztétikai érzék, a képi információfeldolgozás képessége és a monotonia tűrés.

A foglalkozás egészségre gyakorolt: ülő és álló testhelyzetben, épületen belül, gyakran kényszertesthelyzetben végzett könnyű fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kéz-kar vibráció és elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. Egyes, a munkavégzés során alkalmazott kémiai anyagok daganatok és szív- és érrendszeri, légúti és idegrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya és ülő munkavégzés esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A kalapkészítők hagyományos betegsége a kis állatok szőrének nemezelése során alkalmazott higany-nitrát gőzök idegrendszeri mérgező hatása következtében kialakult idegrendszeri károsodás, az „őrült kalapos betegség” és a „kalapos remegés”. Leggyakoribb toxikus anyagok az arzén, az ólom és a higany. Ezen vegyületek alkalmazását az Európai Unióban már betiltották.

Lehetséges kórok: fizikai és kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a tartós állómunka végzése nem javasolt.

Korlátozzák a jó látást vagy ép színlátást vagy jó egyensúlyérzést befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben változó hőmérsékletű vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy vegyi anyagokkal vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével vagy tartós kényszer testhelyzetben végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlhatók.

Megelőzés: kollektívvédelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, szem védelme, esetleg légzésvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, látás- és mozgássérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatok a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnnyel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatása esetén a munkaköri betanítás során fontos a feladatok megértetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

Kályha- és kandallóépítő – FEOR-08 7537

A foglalkozás rövid leírása: a kályha- és kandallóépítő az épület szerkezetének és a kémény működésének ellenőrzése alapján a helyiségek fűtésére használatos szilárd-, gáznemű fűtőanyaggal, illetve elektromos árammal működő cserépkályhák, kandallók, kemencék, sparthetek építését, átrakását, átépítését és karbantartását végzi.

Betölthető munkakörök: cserépkályha- és kandallóépítő, cserépkályha-építő, cserépkályha-készítő, cserépkályhás, kályhahézagoló és -letisztító, kályhás, kandallóépítő

Készségek és kompetenciák: a kályha- és kandallóépítők számára meghatározó a jó fizikai állóképesség és a jó látás/térlátás. Kompetenciái közé tartozhat a szervezőkészség, a pontosság, a modellalkotás, az esztétikai érzék, esetenként a monotónia jó tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, térdelő, guggoló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, beltérben, védőeszközök alkalmazásával végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, áramütés, omlás, közlekedés). Zaj, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye. Porexpozíció (cement, samott, kőpor). Az ágazati tevékenység és az alkalmazott anyagok daganatok, szív- és érrendszeri, légúti, bőr, idegrendszeri, gyomor-bél, vese, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti kórképek /krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulómás és heges elváltozásai, a tüdőrák/, a bőr allergiás megbetegedései, a szilikózis kockázata. Kézi teheremelés és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz- izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Az ágazatra jellemző kórképek: allergia, kontakt bőrgyulladás, zajexpozíció okozta halláskárosodás, kéz-kar vibrációs betegség, szilikózis és egyéb porbelégzési betegségek, tüdőrák.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó látás sérült vagy a tartós kényszer testhelyzettel járó munka végzése nem javasolt.

Korlátozzák az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka nem végezhető.

Baleseti kockázatot növelik a jó egyensúlyérzést befolyásoló állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, Bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem és fejvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: elsősorban hallássérült munkavállalók és enyhén értelmi fogyatékosok számára ajánlott foglalkozás, esetenként olyan látássérült személy is alkalmazható, akinek a térlátása ép. A munkafolyamatban elfoglalt helyük és szerepük függ a meglévő kompetenciáiktól, akadályozottságuk minőségétől.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközök mellett speciális eszközök, berendezések beszerzésével biztosítható munkavégzésük. A hallássérült munkavállaló esetében, ha gépet használ (elektromos samott-vágó és csempevágó), legyenek olyan fényjelzések, amelyek a meghibásodást közvetíti számára. Prevenció jelleggel „szék nélküli szék” exoskeleton, amely munkanadrágra húzható, kimerevíthető, könnyűsúlyú váz. Ez a sok állást vagy guggolást igénylő folyamatokban segíti a póz megtartását.

A foglalkozás rövid leírása: a kárpitos az ülő- és fekvőbútorokat, a járművek üléseinek párnázott részét, épületek belső tereinek fali kárpitozását, az ajtókárpitokat készíti és javítja. A párnázott részek elkészítése mellett feladata lehet még a bútor díszítése zsinórozással, szegekkel vagy gombokkal; a bútorok javítása, a munka előrelátható árának meghatározása, újrakárpitozás esetén az alkalmazásra kerülő szövetfajta megbeszélése a megrendelővel; járművek ülőbútorainak elkészítése; az épületek belső terének kárpitozása közvetlenül a falfelületre vagy az ahhoz rögzített favázra; hangszigetelő párnázat készítése.

Betölthető munkakörök: ajtóbevonó kárpitos, autóülés- és bútorhuzat-készítő, bútokárpitos, bútokárpitvarró, díszítőkárpitos, hajókárpitos, járműkárpitos, karosszériakárpitozó, kárpitos párnatömő, ülő- és fekvőbútor-kárpitos, vagonkárpitos

Készségek és kompetenciák: a kárpitos munkája döntően állómunka, ami megfelelő fizikai állóképességet igényel. Meghatározó a jó látás, tapintás, mint érzékelési funkciók. További kompetenciái közé tartozik az esztétikai érzék, a képi információk feldolgozásának képessége, esetenként a monotónia jó tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben és szabadban végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Egyes, a munkavégzés során alkalmazott vegyi anyagok daganatok és szív- és érrendszeri, légúti, idegrendszeri, érzékszervi, immun, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. Mesterséges rostok, aeroszolok, porok belégzési expozíciója tüdőbetegségek kialakulását okozhatja. A ragasztóanyagok egyes kémiai komponensei (szerves oldószerek) idegrendszeri károsodást és daganatok kialakulását okozhatják. Biológiai kóroki tényezők (gombák, mérgek) okozta megbetegedések lehetősége. Jellemző kontakt és szisztémás allergiás kórállapotok előfordulása. A kényszerszertesthelyzetben végzett munkavégzés fokozza a váz- izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. A textilmunkások között a tüdőrák, gyomorrák, orrgarat rákok és az általános daganatos halálozás fokozott.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben az ép színlátás vagy a jó egyensúlyérzés nehezített vagy nem javasolt poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós kényszerszertesthelyzetben vagy vegyi anyagokkal végzett munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, szem, és az arc védelme, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: elsősorban hallássérültek és egyes munkafolyamatokban enyhén értelmi fogyatékosok számára ajánlható foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatok a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Kiemelten fontos az értelmi fogyatékos munkavállalók esetében a munkafolyamatok egyszerű és érthető adaptációja, begyakorlása.

A foglalkozás rövid leírása: a keramikus modellrajzok alapján egyedi vagy kis szériás termékeket, használati és dísz tárgyakat, szaniterárukat, burkolóelemeket, műszaki, egészségügyi és ipari finomkerámiai tárgyakat; díszítő elemeket, kályhacsempéket készít saját tervezés vagy kész terv alapján. Feladata a szükséges technológiai folyamat megtervezése és az alapanyagok előkészítése. Munkáját kézi vagy gépi eszközök, berendezések felhasználásával végzi. Ezen belül az alapanyag formázása, nyers kerámiatárgy előállítása szabadkézi korongozással, préseléssel, kézi formázással, kézi és gépi öntéssel, sajtolással történhet.

Betölthető munkakörök: agyagárufestő, agyagpipa-készítő, csempeformázó, csempepréselő, cserépedény-készítő, díszítőfestő (porcelán), díszítő-fülező (kerámia), edénydekoráló, edénygyártó, edénykorongos (porcelán), épület keramikus, fajanszesztergályos, fajanszfestő, fazekas, fényező (kerámia), festő (porcelán), figurakorongos (porcelán), figuráns (porcelán), figuraragasztó (porcelán), kerámiaégető, kerámiafestő, kerámiaformázó, kerámiamázó, kerámiamozaik-készítő, kerámiatermék retusáló, keramikus, kézi formázó, korongozó, majolikafestő, mintarajzoló (porcelángyártás), porcelán korongos, porcelándíszítő, porcelánfestő, porcelán-összeállító, szaniterkorongos, szén-dioxidos öntő

Készségek és kompetenciák: a keramikus munkavégzéséhez jó látásra (térletre), képi információk feldolgozására van szükség. Meghatározó a kézügyesség, a szem-kéz koordináció, az esztétikai érzék, a pontosság. Esetenként szükséges a jó fizikai állapot (ipari tömeggyártás).

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben, védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Ionizáló sugárzás (korábban urán oxid tartalmú mázak használata). Infravörös sugárzás, zaj, egésztest és kéz-kar vibráció, elektromágneses terek, füst (szulfidok, kloridok, fluoridok, karbonátok/, szerves ultrafinom porok (kvarc) és kerámia rostok) agyag, tektoszilikátok- földpátok-plagioklászok: albit, (nátrium- alumínium- szilikát), oligoklász (nátrium kalcium), andezin (nátrium kalcium alumínium- kalcium- alumínium), labradorit (kálcium- nátrium- alumínium), betonit (kálcium- nátrium alumínium), anortit (kálcium alumíniumkálcium- alumínium), alkáli földpátok: mikroklin (kálcium alumínium- szilikát), sanidin (kálcium nátrium- alumínium), ortoklász (kálcium- alumínium), fluorit kristályok, terméskövek, gipsz, lepidolit-indigó kő, kriolit-jégkő és mások, vegyi anyagok (fémek-berillium antimon oxid, bárium, borax, kadmium, szelén, kobalt, kolemanit, réz, króm, mangán, nikkel, kálium dikromát, vanádium, cink és dioxinok, szerves oldószerek) egészségkárosító hatásai. Az ágazati tevékenység, a fizikai, kémiai kóroki tényezők fokozzák a daganatok, szív- és érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Jellemző megbetegedések: a kerámiakészítők között gyakoribb a kerámia rostok és szerves ultrafinom porok okozta tüdőfibrózis és tüdőrák, a kvarcpor okozta tüdőfibrózis és tüdőrák, a berillium okozta tüdőrák. A refrakter kerámia rostok bőr, szem, és légúti irritációt okoznak és rákkeltő anyagok,

mezoteliómát, tüdőrák kialakulását idézhetik elő. A refrakter kerámia rostok IARC 2B csoportba sorolt valószínűsíthető rákkeltők.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást érintő olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben vegyi anyagokkal végzett vagy egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét, melynek betartása a munkáltató kötelessége.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hő, zaj, belégzési (por, füst, kerámia rostok, kvarc, földpátok, fémek), ergonómiai expozíció csökkentésére (helyiség, berendezések, gépek, műszerek tervezése).

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, légzésvédelmi eszközök, védőszemüveg, zajvédő eszközök alkalmazása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgássérült, kevésbé súlyos látássérült és hallássérült emberek számára ajánlható a keramikai foglalkozás. A munkaképesség függ a megmaradt funkciók minőségétől és mértékétől.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak, szociális helységek fizikai akadálymentesítése során figyelembe kell venni a fogyatékoság típusát. Általánosságban is fontos, hogy szöveges feliratoknak kellő betűnagysággal, jól értelmezhető, egyértelműek legyenek. A tevékenységhez szükséges a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás. Lényeges, hogy a munkafolyamatok betanítására hosszabb időt kell szánni, különösen a használtban lévő gépek és szerszámok miatt, illetve a munkafolyamatok betanítása során, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítására. Az értelmi fogyatékos munkavállaló mellé célszerű mentort biztosítani.

Kerékpár-karbantartó, -javító – FEOR-08 7335

A foglalkozás rövid leírása: kerékpárok, gyermekkocsik, kerekesszékek, riksák, és hasonló, nem motoros meghajtású közlekedési eszközök mechanikus és kapcsolódó alkatrészeinek szerelését, karbantartását, szervizelését és javítását végzi. Feladatai közé tartozik csapágyak és egyéb mozgó alkatrészek tisztítása és kenése; alkatrészek és tartozékok, többek között fékek, hajtóláncok, kerekek, kormányok stb. cseréje és javítása; vázszerkezetek esetleges festése.

Betölthető munkakörök: gyermekkocsi-műszerész és -javító, kerekesszék-műszerész és -javító, kerékpár-műszerész és -javító

Készségek és kompetenciák: a foglalkozásban az összerendezett mozgások közül fontos a szem-kéz koordináció. Fontos kompetenciái lehetnek: a megbízhatóság, pontosság, felelősségérzet.

A foglalkozás jellege: ülő, álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Zaj, ultrafinom porok, egésztest és kéz-kar vibráció, elektromágneses terek. Ultrafinom porok, füst, vegyi anyagok (fémek, szerves oldószerek, triklóretilén, gázolaj) egészségkárosító hatásai. Biológiai kórokok hatása lehetséges. Az ágazati tevékenység és az alkalmazott kémiai anyagok daganatok, szív- és érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A szerelők között gyakoribb a bőr, gége-, tüdő-, hólyagrák előfordulása.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák az olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós állómunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiség, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: védőruha, arc, szem és fejbédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérültek, mozgásukban csak részlegesen korlátozott munkavállalók és egyes munkafolyamatokban értelmi fogyatékosok is alkalmazhatók. A foglalkozás keretében megjelenő részfeladatok kijelölése függ a funkcióképesség minőségétől. A munkavállalás szempontjából kiemelkedő szerepet tölt be a hallássérült személy kiegyensúlyozottsága.

Munkahelyi adaptáció: Fontos a közlekedő utak akadálymentesítése. Meghatározó a megfelelő kommunikációs csatorna megválasztása, a beszédértés optimális feltételeinek biztosítása, az írásalapú kommunikációs csatornák, nyelvi formák megválasztása és alkalmazása, valamint a munkakör átszervezése értelmi sérültek számára. Minden esetben gondoskodni kell az érthető feladatkijelölésről, begyakorlásról. Hallássérült munkavállaló esetében, ha gépet használ, legyenek olyan fényjelzések, amelyek a meghibásodást közvetítik számára.

Készlet- és anyagnyilvántartó – FEOR-08 4131

A foglalkozás rövid leírása: a készlet- és anyagnyilvántartó nyilvántartást vezet az előállított árukról és az átvett, lemért, kiadott, leszállított vagy készletre vett alapanyagokról. A könyvviteli szabályoknak megfelelően vezeti a segéd-, üzem- és fűtőanyagok, tartalék alkatrészek, gyártóeszközök mennyiségi és értékváltozásairól szóló nyilvántartást.

Betölthető munkakörök: állóeszköz nyilvántartó, anyagbevételező, anyagelszámoltató adminisztrátor, anyag-eszköznyilvántartó (SAP), anyaggazdálkodási nyilvántartó, anyag-tételező, áruátvevő, árufogadó, cikkszámgazda (alkatrésznyilvántartó), eszköznyilvántartó, fogyóeszköz nyilvántartó, jelmeztáros, készletnyilvántartó, közműnyilvántartó, méregraktár kezelő (ipari), raktári adminisztrátor, sportszertáros, szertáros, tárgyeszköz-nyilvántartó, vagyonynyilvántartó

Készségek és kompetenciák: a készlet- és anyagnyilvántartó munkájának alapfeltétele a jó látás, jó hallás és a jó kommunikációs készség. Fontos a koncentrált figyelem, az osztályozás, rendszerezés képessége. A tevékenység jellemzően monotoniatűrő képességet igényel.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, kényszertesthelyzetben épületen belül és kívül végzett, szellemi és könnyű, illetve közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti sérülések (esés, közlekedés) minimális kockázata. Kézi tehermozgatás esetén váz- izomrendszeri betegségek kialakulásának kockázata. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós ülőmunka vagy képernyő előtti munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást nehezítő állapotok vagy olyan betegségek és/vagy állapotok melyekben egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelent, ha a munkavállalónak nem javasolt nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy fokozott balesetveszéllyel járó helyen vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka végzése.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve a munkakörök esetleges át-szervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis irodai berendezés kialakítása, ergonomikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

Kézi csomagoló – FEOR-08 9225

A foglalkozás rövid leírása: a kézi csomagoló feladata anyagok, termékek dobozokba, zsákokba, kartonokba, rekeszekbe, hordókba, konténerekbe és egyéb csomagolóanyagokba csomagolása; a becsomagolt áruk címkézése.

Betölthető munkakörök: baromfi csomagoló (kézi), bolti pékárucsomagoló, cukorcsomagoló (kézi), ipari termék csomagoló (kézi), kicsomagoló, téstacsomagoló (kézi), üvegcsomagoló (kézi), zsákoló

Készségek és kompetenciák: a csomagoló munkakörökben a jó látás és hallás meghatározó érzékelési funkció. Esetenként lényeges a fizikai állóképesség, a jó mozgáskoordináció, a pontosság, illetve a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: gyakran álló, helyváltoztatással járó, épületen belül és kívül, időnként kényszerített helyzetben végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt káros hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Alkalmanként kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Kézi tehermozgatás a váz- izomrendszer megbetegedéseinek kockázatát fokozza. Lopásgátló berendezések okozta elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatása. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A hosszú, irreguláris munkaidő és az éjszakai munkavégzés egészségkárosító hatású, nő a szív- és érrendszeri és daganatos betegségek kialakulásának kockázata (IARC 2A besorolás, valószínűleg rákkeltő). Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós kényszer testhelyzettel járó munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást, ép hallást, jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy melyekben zajos munkahelyen történő munkavégzés nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelentenek olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt fokozott baleset veszéllyel járó vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy vegyi anyagokkal végzett munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható. Élelmiszer boltokban történő munkavégzés, járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő- „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj, hatásának csökkentésére, minőségbiztosítás – HACCP.

Védőeszközök: védőruha/munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: kézi csomagolóként hallássérültek, értelmi fogyatékosok akadályozottságuknak megfelelő munkakörben alkalmazhatók. Fontos a térbeli eligazodás és a figyelem koncentráció megléte. Mozgáskorlátozottak orvosi elbírálás alapján alkalmazhatók.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak pontos kijelölése és begyakoroltatása, fizikai akadálymentesítés. A hallássérült munkavállaló esetében, ha gépet használ, legyenek olyan fényjelzések, amelyek a meghibásodást közvetítik számára. A munkavállaló feladatainak nagy részében állást, járást igénylő munkát végez, melyet görnyedés, hajladozás, tartós kényszer-testhelyezettel járó tevékenység egészít ki. Prevenációs jelleggel szükség szerint szék nélküli szék exoskeleton alkalmazása. Ez munkanadrágra húzható, kimerevíthető, könnyűsúlyú külső váz, ami a sok állást vagy guggolást igénylő folyamatokban segíti a póz megtartását.

A foglalkozás rövid leírása: a konyhai kisegítő feladatai közé tartozik a konyha takarítása (munkafelületek, falak, gépek, berendezések lemosása, szemetes edények kiürítése, kimosása, ételes edények elmosogatása; nyersanyagok és eszközök szállítása a munkaterületre, zöldségek megtisztítása, aprítása; ételek tálalása, kiosztása, tányérok, edények, ételmaradékok összegyűjtése.

Betölthető munkakörök: ebédkiadó, ebédkiosztó, edényleszedő, ételkiosztó, tálaló, konyhai kisegítő, étkezdei kisegítő, éttermi kisegítő, gyorséttermi kisegítő, hidegbüfé-kisegítő, iskolai étkeztetési kisegítő, kézilegény, konyhai dolgozó, konyhai kézilány, konyhalány, konyhalegény

Készségek és kompetenciák: a konyhai kisegítő számára a fizikai állóképesség mellett fontos lehet a konyhai klíma jó tűrése. Lényeges a megfelelő látás és szaglás képessége, a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, hajolással, görnyedéssel, helyváltoztatással járó, épületen belül, gyakran kényszertesthelyzetben végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, égés, közlekedés) lehetősége. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőérzeti diszkomfort. Elektromágneses sugárzás, kémiai anyagok, biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása és átvitele a vendégekre lehetséges (élelmiszerek által közvetített megbetegedések). Aeroszolkok, szerves gőzök, gázok, illékony anyagok, füst egészségkárosító hatása légúti, orális és bőrön keresztüli expozíció révén fokozza a szív- és érrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi, daganatos, immun és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Konyhai dolgozók között gyakoribb a tüdőrák előfordulása. Kézi tehermozgatás miatt a váz-izomrendszer betegségeinek kialakulási kockázata nő. Lúdtalp, alsó végtagi visszeresség kockázata. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: fizikai, biológiai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a tartós kényszer testhelyzetben vagy tartós állómunka végzését akadályozó betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy vegyi anyagokkal végzett munka nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelentenek a jó látást vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen történő munkavégzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsá-

gi követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hepatitis A, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaruha, kesztyű, védőlábbeli, kötény, sapka, kendő szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a konyhai kisegítő foglalkozás keretében hallássérült, értelmi sérült és autista munkavállaló alkalmazására nyílik lehetőség. A munkafolyamatokat funkcióképességük minőségének megfelelően, a munkakörök adaptációjával végezhetik.

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Legfontosabb a hallássérült személyek információhoz való hozzáférése, illetve a halló személyekkel való kommunikációjuk biztosítása. Értelmi fogyatékosok, autisták esetében kiemelt figyelmet kell fordítani a tevékenységek érthető és világos bemutatására, begyakorlására, a közlekedő utak használatára.

Kőfaragó, műköves – FEOR-08 7536

A foglalkozás rövid leírása: a kőfaragó rajzok alapján természetes vagy műkőből felépíti, burkolja vagy díszíti az épületek lábazatát, falszerkezetét, pilléreit, homlokzatát. Gipszből díszítőelemeket készít. Feladatai közé tartozik a kőbányában kiválasztott kőtömbök elszállítása és szétvágása; a kőtömbök kézi repesztése, faragása, alakítása és megmunkálása; a kő kifaragása, a faragás felszínének csiszolása; a műhelyben elkészített épületszerkezeti elemek elhelyezése az épületen. További tevékenysége lehet az agyag megmintázása, gipszminta készítése, a gipsz díszítőelem megtisztítása, finomítása és elhelyezése az épületen; a különböző épületszerkezetek (falszerkezetek, pillérek, lábazatok, külső vagy belső vízszintes felületek stb.) burkolása műkövel; a műkő elkészítése vagy megvásárlása.

Betölthető munkakörök: építőipari kőfaragó, épületszobrász, gépi kőcsiszoló, gépi kőfaragó, gépi műkőcsiszoló, gipsz- és terrakottaszobrász, gránitfaragó, kézi kőcsiszoló, kézi kőfaragó, kézi műkőcsiszoló, kőcsiszoló, kőfaragó - emlékműkészítő, kőfaragó - épületszobrász műköves, kőfejtőmunkás, kőfektető, kőipari csiszoló, kőszobrász, kővésnök, márványcsiszoló, márványvágó, műemléki díszítő, műemléki helyreállító (szakirány megjelölésével), műköadalék-keverő és -előkészítő, műköelhelyező, műkőfaragó, műkőkészítő, sírkőkészítő

Készségek és kompetenciák: a kőfaragó és műköves munkakörökben meghatározó a jó szem-kéz koordináció, a jó figyelemkoncentráció, a jó fizikum és a kézügyesség. Lényeges a modellalkotás, az esztétikai érzék, a képi információk feldolgozásának képessége és a környezettudatosság.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, beltéren műhelyben, valamint kültérben, védőeszközök alkalmazásával végzett nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, áramütés, omlás, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort lehetősége. Zaj, UV sugárzás, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye. Porexpozíció (kvarcpor, krisztoballit IARC 1 biztosan rákkeltő besorolású). Az ágazati tevékenység és az alkalmazott anyagok daganatok, szív- és érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bélrendszeri és érzékszervi, idegrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti kórképek /krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulomás, heges elváltozásai/, bőr allergiás megbetegedései. Szilikózis, orr-melléküreg és tüdőrák kockázata fokozott. Biológiai kóroki tényezők előfordulása lehetséges bakteriális tüdőgyulladás kockázata). Kézi teheremelés és kényszerszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Típusosan előfordulhat allergia, kontakt bőrgyulladás, zajexpozíció okozta halláskárosodás, kéz-kar vibrációs betegség, szilikózis és egyéb porbelegzési betegségek, tüdőrák.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben jó látás vagy jó egyensúly érzet befolyásolt vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy tartós kényszerszertesthelyzettel járó vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben fokozott figyelmet igénylő vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy zajos munkahelyen vagy szabadban végzett vagy fokozott baleset veszéllyel járó vagy vibrációval járó munkát nem végezhet a munkavállaló.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, arc, szem és fejevédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségese.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérültek és enyhén értelmi fogyatékosok által is végezhető tevékenység. A munkafolyamatok kijelölésekor figyelembe kell venni a megmaradt funkcióképességek mértékét és minőségét, különös tekintettel a fizikai kompetenciákra és a figyelemkoncentrációra.

Munkahelyi adaptáció: a munkakörnyezet fizikai akadálymentesítésével biztosítani kell a megfelelő tereket, a szabad mozgás lehetőségét. Az adaptáció lényeges eleme a kommunikáció során a munkafeladatok egyértelművé tétele, a könnyen érthető folyamatok begyakorlása. Hallássérültek foglalkoztatásakor ügyelni kell a jó szájról olvasási képességre, a vizuális szemléltetésre, a jelnyelv egyes elemeinek ismeretére, a vezeték nélküli kommunikációs eszközök, rendszerek alkalmazására. Gépek használatakor legyenek olyan fényjelzések, amelyek a meghibásodást közvetítik a hallássérült munkavállaló számára.

A foglalkozás rövid leírása: a kőműves az épületek, építmények alapozási, falazási, vakolási, homlokzatalakítási, illetve bontási, javítási és felújítási munkálatait végzi. Feladatai többek között az alapozás és a munkaállványozás, válaszfalak, födémek, lépcsők, nyílászáró és egyéb szerkezetek, szellőzők, hangszigetelők elhelyezése, homlokzatkészítés, padló- és falburkolatok, tetők hőszigetelése. Továbbá padlóburkolatok készítése, kő-, téglá- és egyéb burkolatok rakása, lábazat készítése, csempeburkolás, falak építése, tatarozás, épületelemek, szerelvények elhelyezése és szerelése, épületek belső és külső díszes felületeinek készítése.

Betölthető munkakörök: betonozó, beton-összeillesztő kőműves, díszítő kőműves, építményvakoló kőműves, épület- és építményszaluzat-szerelő, épületfalazó kőműves, falazó kőműves, födémgerenda- tálca- és béléstest-elhelyező, gázkémény készítő, gépi vakoló, gyárkéményépítő kőműves, karbantartó kőműves, kazán- és kemenceépítő kőműves, kemenceépítő, kéményépítő kőműves, klinkertégla lerakó, tűzállófalazat-készítő kőműves, vakoló kőműves

Készségek és kompetenciák: a kőműves foglalkozáshoz szükséges a jó látás (térlátás), a jó hallás és a megfelelő kommunikáció, a képi információk feldolgozásának képessége. Fontos a felelősségérzet, a szervezőkészség, a gyors döntéshozatal képessége, a fizikai állóképesség, esetlegesen a stressz jó tűrése. Magasban nem szédülhet.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, főleg kültéren, magasban, védőeszközök alkalmazásával végzett igen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: igen jelentős a baleseti egészségkárosodás veszélye (esés, zuhanás, leeső tárgyak, szerszámok okozta sérülések, szúrt, vágott, roncsolt sérülések, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Zaj, UV sugárzás, kéz-kar vibráció, áramütés veszélye és porexpozíció (cement, szilikát). Az ágazati tevékenység és az alkalmazott anyagok légúti, bőr, és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti kórképek /krónikus hörgőgyulladás, COPD, tüdő granulómás és heges elváltozásai/, bőr allergiás megbetegedései. Előfordulhat a korábban szigetelő anyagként alkalmazott azbeszt expozíciója (épületek bontásánál) okozta azbesztózis, mezotelióma és tüdőrák kialakulásának kockázata. Aszfalt és bitumen expozíciója (policiklikus aromás szénhidrogének). Biológiai kóroki tényezők előfordulása lehetséges (bakteriális tüdőgyulladás pneumónia kockázata). Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A kőművesek között előfordulhatnak az UV sugár expozíció okán kialakuló bőrdaganatok, allergia, kontakt bőrgyulladás, zajexpozíció okozta halláskárosodás, kéz-kar vibrációs betegség, szilikózis és egyéb porbelégzési betegségek.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórokok, pszichés megterhelés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást lehetetlenné tevő betegségek és/vagy állapotok vagy amelyekben tartós kényszer testhelyzettel járó vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó, fokozott figyelmet igénylő vagy szabadban végzett munka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott baleset veszéllyel járó munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, mellkasröntgen, EKG, laboratóriumi vizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha, lezuhanás elleni védelem, védőlábbeli, védőkesztyű, szem-, arc-, fejképző, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a kőműves elsősorban hallássérült munkavállalók és enyhén értelmi fogyatékosok számára ajánlott foglalkozás, esetenként olyan látássérült személy is alkalmazható, akinek a térlátása ép. A munkafolyamatban elfoglalt helyük és szerepük függ a meglévő kompetenciáiktól, akadályozottságuk minőségétől. Fontos lehet, hogy csapatban dolgozzanak, folyamatos kontrollal.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközök mellett speciális eszközök, berendezések beszerzésével biztosítható munkavégzésük. A hallássérült munkavállaló esetében, ha gépet használ (például betonkeverő) legyenek olyan fényjelzések, amelyek a meghibásodást közvetítik számára. Prevenációs jelleggel „szék nélküli szék” exoskeleton, alkalmazható, amely munkanadrágra húzható, kimerevíthető, könnyűsúlyú váz. Ez a sok állást vagy guggolást igénylő folyamatokban segíti a póz megtartását.

Könyvelő (analitikus) – FEOR-08 4121

A foglalkozás rövid leírása: a könyvelő tevékenysége során könyvviteli feladatokat lát el, számítási, adatbeviteli és ellenőrzési feladatokat végez a számviteli nyilvántartásokhoz felhasznált elsődleges pénzügyi adatok összegyűjtése érdekében. Alapfeladatai közé tartozik az analitikus könyvelés, kontírozás, analitikus számla és napló vezetése, időszak végén feladások készítése. Informatikai alapú számviteli információkkal dolgozik, részt vesz az eredmény kimutatás és a mérleg elkészítésében. Figyelemmel kíséri a pénzfelvételeket, kiadásokat és kötelezettségeket, számviteli vagy könyvvizsgálati jelentéseket készít.

Betölthető munkakörök: analitikus könyvelő, analitikus nyilvántartó, anyagkönyvelő, banki könyvelő, díjkönyvelő, folyószámla könyvelő, forgalmi könyvelő, gépi könyvelő, készletkönyvelő, kontírozó könyvelő, könyvelői adminisztrátor, leíró könyvelő

Készségek és kompetenciák: a könyvelő szakma gyakorlása analitikus gondolkodást, pontosságot és fegyelmezettséget igényel. A tevékenység inkább pszichés megterheléssel jár, ezért fontos a stressztűrő képesség, a monotóniatűrő.

A foglalkozás jellege: ülő, épületen belül végzett szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást vagy az egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: könyvelőként mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis iroda berendezés kialakítása, ergonomikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

A foglalkozás rövid leírása: a könyvkötő papíralapon könyveket és más kiadványokat készít. A könyvkötés során alkalmazza a kézi könyvkötés műveleteit, illetve üzemelteti a könyvkötő gépeket, gépsorokat. A nyomdai termékek vágásához, hajtogatásához, ragasztásához, feliratozásához, különleges kötési eljárásaihoz, csomagolásához speciális nyomdai anyagokat, eszközöket és gépeket kezel. Elvégzi, vagy elvégezteti a szerszámok javítását vagy cseréjét. Szükség esetén eleget tesz az egyedi vevői igényeknek. Gondoskodik a félkész és késztermékek tárolásáról és továbbításáról. Jelzi a kopó alkatrészek cseréjét. Vezeti a gépkarbantartás adminisztrációját.

Betölthető munkakörök: egyenesvágógép-kezelő (könyvkötő), felrakó (könyvkötő), gépi könyvkötő, hajtogatógép-kezelő (nyomdai), kézi könyvkötő, könyvfóliázó, könyvhajtogató, montírozó könyvkötő, összehordó könyvkötő, szegélyaranyozó, táblagömbölyítő

Készségek és kompetenciák: a könyvkötészet jó látást és kézügyességet igényel. Fontos a figyelemkoncentráció, a monotonia jó tűrése és esetenként, főleg a gépek mellett végzett munkafolyamatoknál a megfelelő állóképesség megléte.

A foglalkozás jellege: ülő, gyakran álló, kényszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben végzett közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Zaj, ultrafinom porok, egészségtest vibráció, statikus és változó elektromágneses terek, kémiai anyagok egészségkárosító hatásai. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása lehetséges (gombák, mérgek). Több, az ágazatban végzett tevékenység és alkalmazott kémiai anyag (fémsók, ólom, nikkel, policiklusos aromás szénhidrogének, izocianátok /asthma bronchiale, allergiás kontakt bőrgyulladás/, etilén glikol, éterek, oxálsav, triklór és tetraklór etilén, foszgén, epiklórhidrin, klórozott oldószerek, toluol, xilol, n-hexán /polineuropátia/, epoxi gyanták, tetrahidrofuran és vinil-klorid /májkárosító és máj hemangioszarkóma/, dimetil formamid /magas vérnyomás, májkárosodás/, szerves oldószerek) daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin, vese és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések kóros hatásai. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A könyvkötők között gyakoribb a tüdő-, gyomor-, nyelőcső-, petefészek-, máj- és hólyagrák, és a non-Hodgkin limfóma előfordulása. A nyomtatási tevékenység IARC 2B (lehetséges rákkeltő) kategóriába sorolt.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: benzol 1 ml/m³, vinil-klorid 3 ml/m³, ólom 0,15 mg/m³). Képernyős munkahe-lyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés meg-terhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a jó látás nehezített.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok vagy melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós állómunka, vagy tartós ülőmunka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2000. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét, melynek betartása a munkáltató kötelessége.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladások ellen évente ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, védőkesztyű, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, látás-, hallássérültek és esetenként autisták alkalmazhatók a foglalkozás keretében. A munkaköröket úgy kell módosítani, hogy az hasznosan megfeleljen fizikai, szellemi kompetenciáiknak. Az autisták esetében célszerű az egyértelmű, tömör, egyszerű szavakkal leírt munkaköri elvárás megfogalmazása, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítása.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak, szociális helységek fizikai akadálymentesítése során figyelembe kell venni a fogyatékoság típusát. Általánosságban is fontos, hogy szöveges feliratoknak kellő betűnagysággal, jól értelmezhető, egyértelműek legyenek. A tevékenységhez szükséges a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás. Lényeges, hogy a munkafolyamatok betanítására hosszabb időt kell szánni, különösen a használtban lévő gépek és szerszámok (például gépi könyvkötő) miatt. Az autista munkavállaló mellé célszerű mentort biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a könyvtáros gyűjti, válogatja, rendszerezi, megőrzi, fejleszti és karbantartja a könyvtári gyűjteményeket és más információs témákat, megszervezi, ellenőrzi az egyéb könyvtári szolgáltatásokat, tájékoztatja, és tanácsokkal látja el a felhasználókat. Az informatikus könyvtáros könyvtár-informatikai ismeretekkel a könyvtár- és tájékoztatásügy, valamint az információközvetítés különböző területein felmerülő könyvtári, információs feladatok megoldására, információs szolgáltatások működtetésére és a számítógépes szakirodalmi rendszerek kezelésére szakosodott.

Betölthető munkakörök: állományalakító könyvtáros, bibliográfus és információs könyvtáros, feldolgozó könyvtáros, gyermekkönyvtáros, informatikus könyvtáros, iskolai könyvtáros, kottatáros, kottatárvezető, kölcsönző könyvtáros, kutatói könyvtáros, mobil könyvtáros, módszertanos könyvtáros, olvasószolgálati könyvtáros, szakkönyvtáros, tájékoztató könyvtáros, vállalati könyvtáros, videókönyvtáros, zenei könyvtáros, zeneműtáros

Készségek és kompetenciák: a könyvtáros munkájában meghatározó a jó kommunikáción alapuló kapcsolatteremtő készség és a türelem. Fontos a rendszerszerű gondolkodás, a motiváció, a megerősítés, az elemzési és döntési készség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül, kényszertesthelyzetben végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés), porok és biológiai kórok okozta egészségkárosodás lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: por és biológiai kórok tényezők hatása. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak fokozott figyelmet igénylő munka vagy képernyő előtti munka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást vagy ép hallást nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: kockázattól függően alkalmanként védőruha, védőlábbeli, légzésvédelem szükséges lehet. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- látás- és hallássérültek által végezhető tevékenység funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni az eltéréseket, amelyek a munka jellegéből adódnak (például a több mozgással járó olvasószolgálati feladatok és helyhez kötött feldolgozó könyvtáros között).

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bútorzat ergonómiája. A térlátást segítő ONYX kamera használata. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését, és más kezelhető irodagépeket kell biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a könyvelő könyvviteli feladatokat lát el, számítási, adatbeviteli és ellenőrzési feladatokat végez a számviteli nyilvántartásokhoz felhasznált elsődleges pénzügyi adatok összegyűjtése érdekében. A további, könyveléshez kapcsolódó foglalkozások betöltői a számviteli rendszerek tervezésével, szervezésével és kezelésével foglalkoznak, vizsgálják és elemzik az egyes gazdálkodó szervezetek, illetve egyének számvitelét, éves beszámolóit, a vizsgálat eredményéről írásbeli jelentést, szakértői tanulmányt készítenek.

Betölthető munkakörök: auditor (könyvvizsgáló), csődeljáró, felszámoló, hites könyvvizsgáló, igazságügyi könyvszakértő, könyvelő, mérlegauditáló, számvevő, vezető könyvelő

Készségek és kompetenciák: intellektuális kompetenciái közé tartozik az analitikus és kritikus gondolkodás, a rendszerszemlélet, az összehasonlítás, az osztályozás képessége. A tevékenységek ellátásához jó látásra, hallásra és kommunikációs készségre van szükség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti munka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek a jó látást vagy ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg használata szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis irodai berendezés kialakítása, ergonomikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

A foglalkozás rövid leírása: a levéltáros beszerzi, tárolja, őrzi, rendszerezi, kutatásra alkalmassá teszi a történeti értékű és állandó megőrzést igénylő, maradandó értékű iratokat. Munkája során felvilágosítást ad a levéltárban őrzött anyagokról, biztosítja az iratokba történő betekintést, ellátja az ügyfélszolgálati munkát, forráskutatást és feltárást végez, tudományos közleményeket készít.

Betölthető munkakörök: feldolgozó levéltáros, főlevéltáros, gyűjtőterületi levéltáros, háborús levéltáros, levéltári iratfelülvizsgáló, tájékoztató levéltáros

Készségek és kompetenciák: a fenti munkakörök közös nevezője a jó kommunikációs készség, a lényeglátás, a türelem. A levéltárosok tekintetében meghatározóak a motorikus képességek, ezen belül is a mozgás-kivitelezés pontossága, a kézkoordinációs mozgások.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül, néha kényszertesthelyzetben végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Szerves és szervetlen porokkal történő légúti és bőrön keresztüli expozíció miatt nő a légzőszervi és bőrbetegségek kockázata. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere-zavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: porok expozíciója. Képernyős munkahelyek kockázata, szerves és szervetlen porokkal történő légúti és bőrön keresztüli expozíció, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a fokozott figyelmet igénylő munka végzése nem lehetséges.

Korlátozzák a jó látást vagy a képernyő előtti munka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelentenek az ép hallást vagy vegyi anyagokkal végzett munka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőkesztyű, munkaruha, légzésvédelem a kockázatoktól függően szükséges lehet alkalmanként. Képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg használata szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, látás- és hallássérültek által végezhető tevékenység funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni az eltéréseket, amely a munka jellegéből adódik (például a több mozgással járó olvasószolgálati feladatok és egy helyhez kötött feldolgozó könyvtáros között).

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bűtorzat ergonómiája. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését, és más kezelhető irodagépeket kell biztosítani. Látássérülteknek: optikai karakterfelismerő, Braille kijelzők, kézi-nagyítók, könyv-scanner beállítása.

A foglalkozás rövid leírása: a manikűrös és a pedikűrös diagnosztizálja, ápolja, vágja és festi a kéz- és lábkörmöt, műkörmöt épít (ragasztó felvitele, műköröm illesztése és alakra vágása, finomigazítása és díszítése, lakkozása), kezeli a bőrkeményedéseket, körömbenővéseket, tyúkszemeket. Mechanikus és elektronikus gépeket, berendezéseket használ.

Betölthető munkakörök: kéz- és lábápoló, műkörmépítő

Készségek és kompetenciák: kézügyesség, jó kommunikációs készség, felelősségérzet, az esztétikai érzék, az empátia és az egészségtudatosság. Jó fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: ülő, gyakran álló, kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti sérülések (esés, szúrt, vágott sérülések, közlekedés) lehetősége. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása lehetséges (kezek és körmök bakteriális, gombás, allergiás betegségei). A statikus testhelyzet és a kényszer testtartás fokozza a váz- izomrendszer betegségeinek kialakulásának kockázatát. Alsó végtagi visszeresség kockázata. A több műszakban végzett tevékenység kedvezőtlen pszichoszociális hatása. A dinamikus fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: biológiai kórokok; ergonómiai, pszichés. Ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy ép színlátást nehezítő olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben vegyi anyagokkal végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem (helyiségek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli szükségese.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozást hallássérültek és enyhe fokú mozgássérült személyek is gyakorolhatják. Szükséges hozzá a megmaradt funkcióképességek vizsgálata, az alapvető gyakorlati tudás, illetve a betaníthatóság.

Munkahelyi adaptáció: a munkaterület fizikai akadálymentesítése során szükség lehet a munkát segítő speciális kialakítású görgőkkel ellátott, igény szerint állítható magasságú,

megfelelő dőlésszögű háttámlájú székre, illetve kezelőágyra. Hallásvesztés mértékének megfelelő eszközök (audió-vizuális akadálymentesítés, piktogramok, egyéb jelzések, FM vezeték nélküli kommunikációs technológia) beállítására. A gerinc kímélése érdekében háttámaszos exoskeleton alkalmazása is javasolható (ez a mesterséges külső váz segíti a hát megfelelő tartását és csökkenti a gerincre és hátizmokra eső terhelést hajolás közben).

Mechanikaigép-összeszerelő – FEOR-08 8211

A foglalkozás rövid leírása: a mechanikaigép-összeszerelő megadott gyártási-, vagy szerelési logika szerinti mechanikai gépeket (pl.: motorokat, gépjárműveket, repülőgépeket), gép-részleteket állít elő szakaszos vagy folyamatos gyártósoron. Munkájával kapcsolatosan ellenőriz, karbantart, dokumentál és anyagmozgatást végez. A folyamaton belül feladata a próbagyártás végrehajtása; a próbagyártmányok ellenőrzése, értékelése, dokumentálása, intézkedés hibák esetén; a végellenőrzések elvégzése, dokumentálása.

Betölthető munkakörök: automata összeszerelő gépsor kezelője, automatagép-kezelő (gépgyártás), fémtermék-összeszerelő, finomgyártósori gépkezelő és gépszerelő, finommechanikai összeszerelő, gépgyártósori gépkezelő és gépszerelő, gépjármű-összeszerelő, gépkocsi-összeszerelő, gumiabroncs-felszerelő, gyártósori összeszerelő, háztartási gépgyártó, karosszéria összeszerelő, motorkészítő, porlasztó készítő, szalagmunkás

Készségek és kompetenciák: az ép érzékelési funkciók mellett fontosak a kommunikációs készségek, az információkezelés és a képi információfeldolgozás képessége. Lényeges a pontosság, a megbízhatóság, a felelősségérzet.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül, műhelyben védőeszközök használatával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Zaj, ultrafinom porok, egészségtelen és kéz-kar vibráció, statikus és változó elektromágneses terek, vegyi anyagok (fémek, szerves oldószerek, triklóretilén, gázolaj) egészségkárosító hatásai. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása lehetséges. Az ágazati tevékenység és az alkalmazott kémiai anyagok daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Az ágazatban gyakoribb a bőr-, gége-, tüdő-, hólyagrák előfordulása.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő munka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkahelyen, fokozott balesetveszéllyel járó, gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével, egyoldalú, ismétlődő, monoton vagy több műszakban végzett munka nem javasolható.

Fokozott balesetveszéllyel járnak a jó egyensúly érzést befolyásoló azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben vibrációval járó, tartós kényszer testhelyzetben végzett, tartós állómunka vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek ellen, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: leesés elleni egyéni védelem, védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem és fejképző, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek alkalmasak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett, gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.) és az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.).

Minősegbiztosítási technikus – FEOR-08 3135

A foglalkozás rövid leírása: a minősegbiztosítási technikus adott termelő szervezet minőségszabályozási rendszerén belül önállóan vagy mérnöki irányítással kezeli és tartja nyilván a minősegbiztosításhoz szükséges előírásokat, műszereket, közreműködik a szabályozások kialakításában; részt vesz a folyamatszabályozásban, javaslatot tesz az ellenőrzési módszerekre, közreműködik a dokumentációk kidolgozásában, hibaanalíziseket végez.

Betölthető munkakörök: borszakértő, dozimetriai laboráns, dozimetrikus, élelmiszer-vizsgáló, ellenőrzési és minősegbiztosítási technikus, építési ellenőr, építési és épületgépeszeti műszaki ellenőr, építőanyagipari minőségellenőr, építőipari anyagipari laboráns, felvonó- és mozgólépcső műszaki ellenőr, fémipari anyagvizsgáló, fémipari laboráns, gáz- és olajtűzelő-berendezés -minősítő, -felülvizsgáló, ipari anyagvizsgáló, minősegbiztosítási asszisztens, minősegbiztosítási auditor technikus, minősegbiztosítási ellenőr technikus, minősegbiztosítási felülvizsgáló és tanúsító technikus, minősegbiztosítási ügyintéző, minősegbiztosító (műszaki), minősegbiztosító technológus, minőségfejlesztési asszisztens (technikus), minőségi átvevő, minőségi ellenőr, minőségi és biztonsági ellenőr (technikus), minőségi műszaki és biztonsági ellenőr, minőségszabályozási megbízott, sertésminősítő, termékvizsgáló, vegyipari minősegbiztosítási technikus

Készségek és kompetenciák: a minősegbiztosítási technikus számára meghatározóak a kommunikációs kompetenciák. Intellektuális kompetenciáin belül lényeges a rendszerszemlélet, a modellalkotás, az oksági gondolkodás. Fontos követelmény a megbízhatóság és a problémamegoldás.

A foglalkozás jellege: ülő, és álló testhelyzetben, épületen belül folytatott szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, amelyek a fokozott figyelmet igénylő munka végzését nehezítik.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó egyensúly érzés befolyásolt vagy a többműszakos munkarendben végzett munkavégzés nem javasolt.

Baleseti kockázattal járnak az ép színlátást vagy ép hallást nehezítő azon betegségek, melyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen, vegyi anyagokkal végzett vagy fokozott baleset veszéllyel járó, vagy képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok

előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza ellen évente ajánlható, bakteriális tüdőgyulladások elleni védőoltás megfontolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis iroda berendezés kialakítása, ergonomikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

Műanyagtermék-gyártó gép kezelője – FEOR-08 8135

A foglalkozás rövid leírása: különböző vegyipari módszerekkel előállított műanyagból öntéssel, sajtolással, befúvással, vágással és egyéb módon történő alakítással félkész és késztermékeket (üveggyapot, vezetékek és kábelek burkolása) állít elő. Műanyagok előállítása céljából keverékek gyúrását és keverését, illetve különféle műanyag-összetevők és termékek előállítását végző gépeket kezel és felügyel. Feladata lehet műszemek és kontaktlen-cselemezek készítése, szemüvegkeretek és ortopédiai készülék műanyag alkatrészeinek készítése és javítása.

Betölthető munkakörök: bakelitpréselő, excenterprésgép-kezelő, flakongyártó, fóliabevonat készítő, fóliagyártó, fóliahegesztő, fröccsöntőgép-kezelő, granulálógép-kezelő (műanyagipari), hungarocell-daráló, műanyag csomagolóanyag-gyártó, műanyag- és gumiipari gép- és készülékkezelő, műanyag fröccsöntőgép kezelője, műanyag lamináló, műanyagcsőhúzó és extrudergép-kezelő, műanyagfestő, műanyaghab-készítő, műanyaghegesztő, műanyagkábel-szalag-vágó, műanyagkeverék-készítő, műanyagöntőgép kezelő, műanyag-perforáló és -hullámosító, műanyag-ponthegesztő, műanyag-sajtológép-kezelő, műanyag-szórófej- és -kupak-összeállító, műanyag-tégely-, műanyagdoboz-készítő, polietilén-hegesztő, rétegelt műanyag előállító, rétegeltműanyag préselőgép kezelő

Készségek és kompetenciák: szükséges az ép látás (térlátás), a megfelelő mozgáskoordináció, az információkezelés, a felelősségérzet, a fokozott figyelemkoncentráció és a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszerszertesthelyzetben, épületen belül és kívül végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás lehetséges. Zaj, porok és kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Több vegyipari ágazati tevékenység és alkalmazott kémiai anyag daganatok, szív- érrendszeri, légúti, endokrin, immun, vese, gyomor-bélrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A műanyag monomerek közül számos karcinogén tulajdonságokkal bír (vinilklorid IARC1 biztosan, akrilamid IARC 2A valószínűleg, sztirén IARC 2A kategóriájú, valószínűleg rákkeltő). Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere-zavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: vinil-klorid 3 ml/m³). Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást nehezítő olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben zajos munkahelyen vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzése nem javasolt.

Korlátozzák az ép színlátást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen fokozott balesetveszéllyel járó vagy gyakori hajózással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós kényszer testhelyzetben vagy többműszakos munkarendben végzett munka nem javasolt.

Baleseti kockázattal járnak azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós ülőmunka vagy tartós állómunka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020. ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorizálásának rendjét, melynek betartása a munkáltató kötelessége.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, légzésfunkciós, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, fizikai, kémia, ergonómia kórokok hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, arc, szem, fejbédelem, légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallássérült munkavállalók által végezhető tevékenység, amelynek alapja a hallásvesztés minősége és mértéke. Megfelelő munkaköri betanítással, egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére enyhe fokban értelmi sérültek is képesek lehetnek.

Munkahelyi adaptáció: hallássérülteknél fontos az írásalapú kommunikációs csatornák, nyelvi formák megválasztása és alkalmazása, a beszédértés optimális feltételeinek biztosítása és a megfelelő zajvédelem. A gépi meghibásodás jelzőrendszerének hozzáigazítása (fényjelzés). Értelmi sérültek foglalkoztatása esetén a munkaköri betanítás során fontos a feladatok megértetése, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a műsorszóró és audiovizuális technikus rádió- és televízió műsorszóró rendszereket és hálózatokat üzemeltet, rajta forgalmazott képi és hanganyagokat szerkeszt, valamint bármely egyéb távközlési közvetítésre szolgáló berendezés megfelelő működtetését szabályozza.

Betölthető munkakörök: adóberendezés fenntartó, átviteltechnikai technikus, beszédátviteli rendszerteknikus, elektroakusztikus, elektronikus műsorközlő és tartalomátviteli rendszer-technikus, frekvenciagazdálkodó, hangstúdiótechnikus, hangtechnikai technikus, hangtechnikus, hangvágó, híradásipari technikus, hírközlési hálózat üzemeltető technikus, kábeltelevíziós-hálózat üzemeltető, műholdas műsorszóró rendszer technikus, műsorszóró rendszer technikus, rögzítéstechnikai technikus, stúdiótechnikus, tv-adókezelő technikus, videótechnikus

Készségek és kompetenciák: a megfelelő szóbeli kommunikáción túl fontos kompetenciája az információkezelés megbízhatósága, a képi információ feldolgozásának képessége. Intellektuális kompetenciái közé tartozik a modellalkotásra, a rendszerezésre való törekvés.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: ülő, álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül folytatott szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőérzeti diszkomfort. Fizikai kóroki tényezők egészségkárosító hatása (zaj, UV, elektromágneses sugárzás). A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás (IARC 2B besorolású, lehetséges rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és dagantos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: fizikai kóroki tényezők (zaj, hőmérsékletváltozások, nem ionizáló sugárzás). Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy ép színlátást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelentenek az ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyekben szabadban végzett vagy fokozott baleset veszéllyel járó munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok

előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Rendszeres szemészeti kontroll szükséges.

Védőoltások: szezonális influenza ellen évente ajánlható, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás megfontolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, webkamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

A foglalkozás rövid leírása: a mérnökök és tervezők által készített vázlatok és műszaki leírás alapján műhelyrajzok készítése és javítása. Számítógépes tervező (CAD) vagy számítógépes tervező és rajzoló (CADD) berendezések kezelése a kiviteli tervek elkészítése és módosítása, valamint azok nyomtatott és digitális változatainak elkészítése, digitalizáló táblázatok vagy hasonló berendezések működtetése. Illusztrációk készítése referenciamunkákhoz, prospektusokhoz és műszaki kézikönyvekhez.

Betölthető munkakörök: kivitelezőrajzoló, műszaki rajzoló, műszaki szerkesztő, műszaki-rajz-kihúzó, rajzmásoló, számítógépes műszaki rajzoló, számítógépes tervrajzoló, szerkesztőrajzoló

Készségek és kompetenciák: az érzékszervi képességei közül meghatározó a jó látás (színlátás, térlátás). Fontos a rajzoláshoz szükséges szem-kéz koordináció fejlettsége. Személyes és társas kompetenciái közül lényeges a felelősségérzet, megbízhatóság, míg kommunikációs készségei közül az információkezelés és a képi információ-feldolgozás.

A foglalkozás jellege: ülő, és álló testhelyzetben, épületen belül folytatott szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Zaj (szerver), nem ionizáló sugárzás egészségre gyakorolt hatásai.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti munka nem végezhető.

Korlátozzák azon jó látást nehezítő betegségek és/vagy állapotok, melyekben több műszakban végzett munka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek az ép színlátást vagy ép hallást nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza ellen évente ajánlható, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás megfontolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis irodai berendezés kialakítása, ergonómikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

Nád- és fűzfeldolgozó, seprű-, kefegyártó – FEOR-08 7417

A foglalkozás rövid leírása: nádból az építőipar számára speciális gépeken tetőfedő anyag, nádszövet, nádpadló vagy nádlemez előállítás. A fűzfa vesszőjének tisztítása, osztályozása, főzése, áztatása, hántolása, szárítása után használati tárgyak (dísz- és lakberendezési tárgyak, kosarak, üvegfonatok stb.) készítése. Különböző alapanyagokból elsősorban háztartási célokra szolgáló seprűk (cirok), keféket (disznó-, ló- és kecskeszörből) és ecsetek (borz, mókus és menyét szőréből) készítése.

Betölthető munkakörök: cirokseprű-készítő, cirokválogató, ecsetkészítő, ecsetkészítő faesztergályos, fonottbútor-készítő, fűzbútorkészítő, fűzvessző-kosárfonó, fűzvessző-osztályozó és -kötöző (háziipari), gyékényáru-készítő, gyékényfeldolgozó, gyékényfonó, kaskötő, kefe- és seprűkészítő, kefefűró- és tömőgépkészítő, kefekötő, kefemártó és lakkozó, kosárfonó és fonottbútor-készítő, kosárgyári munkás, meszelőkötő, nád- és fűzfeldolgozó (fonottáru-készítő), nádbútorkészítő, bútonádázó, nádfonó, nádkosárkészítő, nádosztályozó -kötöző és -közelítő (háziipari), nádpallókészítő, nádszövetkészítő, ruhakefe-készítő, seprű- és kefekészítő, seprűkötő, seprűvarró, tavinád-feldolgozó, nádtetőfedő

Készségek és kompetenciák: a jó fizikai állóképességen belül fontos a megfelelő kézerő és kézügyesség, a kielégítő látás funkció. Lényeges kompetencia az esztétikai érzék és a környezettudatosság.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncolt sérülések, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kézkar vibráció és statikus és változó elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. Munkagépek használata esetén zaj, kézkar vibráció egészségkárosító hatásai. Szerves ultra finom részecskék (szőr, állati fehérjéket, növényi részecskéket tartalmazó porok, gombák) belégzési expozíciója, biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. Egyes, a munkavégzés során keletkezett fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők szív- érrendszeri, légúti, idegrendszeri, érzékszervi és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. A kényszerszertesthelyzetben végzett munkavégzés fokozza váz- izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Típusos foglalkozással kapcsolatos betegségek lehetnek a gombák és mérgeik okozta túlérzékenységi reakcióval járó tüdőgyulladás (akut, szubakut, krónikus), porbelégzési betegségek (farmertüdő).

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok, pszichés megterhelés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben nem végezhető szabadban munka.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen, gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó egyoldalú, ismétlődő, monoton vagy tartós kényszerszertesthelyzettel járó vagy tartós ülőmunka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj, belégzési kóroki tényezők hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázattertelékeléstől függően védőruha, védőkesztyű, védőlábbeli, légzésvédelmi eszközök, védőszemüveg, zajvédő eszközök szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, látás- és mozgássérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatok a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatása esetén, a munkaköri betanítás során, fontos a feladatok megértetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

Nyomdai előkészítő – FEOR-08 7231

A foglalkozás rövid leírása: a nyomdai előkészítő szövegek és képek ellenőrzését, formázását, szedését és elrendezését végzi különféle nyomdai eljárásokhoz és más vizuális adathordozókon való megjelenítésre alkalmas formában. Amennyiben a nyomdai előkészítő munkáját kizárólag számítógépes munkahelyen (nem hagyományos nyomdatechnika felhasználásával) végzi, úgy javasolható, hogy a kiadványban szereplő más számítógépes foglalkozásoknál leírtakat vegyék figyelembe az egészségi tényezők meghatározásánál.

Betölthető munkakörök: betűszedő és nyomdai szövegszerkesztő, blokkzedő (nyomdai), elektronikus képvágó, fényszedéstördelő, fényszedőgép-kezelő, gépi szedő, hirdetési grafikus (nyomdai), kézírászedő, kéziszedő, korrektor (nyomdai), levilágító, médiaszerkesztő, nyomdai előkészítő, nyomdai képszerkesztő, nyomdai kirakó, nyomdai lemezkészítő, nyomdai szöveg- és képszerkesztő, palástgyártó nyomdász

Készségek és kompetenciák: az általános kognitív képességek és készségek mellett lényeges kompetenciái közé tartozik a figyelemkoncentráció, az információkezelés, a modellalkotás, a rendszerezés, a stressztűrés és a képi információk feldolgozásának képessége.

A foglalkozás jellege: ülő, gyakran álló, kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) veszélye. Zaj, porok, egésztest vibráció, elektromágneses terek, UV sugárzás és kémiai anyagok egészségkárosító hatásai. Több, az ágazatban végzett tevékenység és alkalmazott kémiai anyag (fém-sók, ólom, nikkel, policiklusos aromás szénhidrogének, izocianátok, etilén glikol, éterek, oxálsav, triklór- és tetraklór- etilén, foszgén, szerves oldószerek) daganatok, szív- érrendszeri, légúti, bőr, gyomor-bél, idegrendszeri, immun, endokrin, vese és érzékszervi megbetegedések kialakulásának kockázatát fokozzák. Gyakoriak a légúti, bőr allergiás megbetegedések, a májkárosodás. Kézi teheremelés és kényszertesthelyzet fokozza az ízületi, váz- és izomrendszeri betegségek gyakoriságát. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések kóros hatásai. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A nyomdászok között gyakoribb a tüdő-, gyomor-, nyelőcső-, petefészek-, máj- és hólyagrák, és a nem-Hodgkin limfóma előfordulása. A nyomdászati foglalkozást az IARC 1 csoportba sorolta (bizonyított rákkeltő foglalkozás). A nyomdászok hagyományos foglalkozási megbetegedése volt az ólom expozíció következtében a krónikus ólom-mérgezés.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai kórokai tényezőkkel történő expozíció (kötelező EU határértékek: benzol 1 ml/m³, vinil-klorid 3 ml/m³, ólom 0,15 mg/m³). Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórokai tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós állómunka nem javasolt.

Korlátozzák a jó látás, ép színlátást, jó hallást vagy jó egyensúly érzékelést befolyásoló azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkahelyen, vegyi anyagokkal vagy idő-kényszer keretei között történő munkavégzés nem javasolt.

Baleseti kockázat fokozott olyan betegségek és/vagy állapotok esetében, ahol képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Az 5/2020 ITM rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról kötelezően szabályozza Magyarországon az egyes kémiai kóroki tényezők munkakörnyezeti határértékét, biológiai monitorozásának rendjét. A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg. A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. A betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladások ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, kesztyű, arc, szem védelme, légzésvédelem, zajvédelem kockázatotérkéleléstől függően. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- hallássérültek, esetenként autisták által végezhető foglalkozás, amelynek munkaköreit a meglévő funkcióképességeknek megfelelően kell kialakítani. A hallásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság, valamint az autizmus minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a hallássérültek CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, webkamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék, mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér szükségeltetik. Autisták foglalkoztatása esetén fontos a feladatok megértetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Amennyiben szükséges, mentor beállítása.

A foglalkozás rövid leírása: az ortopédiai eszközkészítő orvosok és más egészségügyi szakemberek előírásait követve vagy önállóan orvosi protéziseket, gyógyászati segédeszközöket készít és javít. Feladatai közé tartozik ortopéd és protetikus eszközök tervezése és gyártása hőre lágyuló műanyagok, hőre keményedő anyagok, fémötvözetek és bőr, valamint kézi- és gépi szerszámok használatával; a készülékek és eszközök páciensre igazítása, tesztelése és értékelése, kiigazítások végzése a megfelelő illeszkedés, funkció és kényelem érdekében.

Betölthető munkakörök: érprotézis-készítő, gyógyászati segédeszköz-készítő, orvosi segédeszköz gyártó, protéziskészítő

Készségek és kompetenciák: empátiakészség, megfelelő kommunikáció, lényeg kiemelési és együttműködési készségek. A figyelemkoncentráció, a figyelemmegosztás, a precizitás, az állóképesség meghatározó a foglalkozás gyakorlásakor.

A foglalkozás jellege: ülő és álló testhelyzetben, épületen belül végzett könnyű, illetve közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncsolt sérülés, közlekedés) lehetséges. Felső végtag ízületeinek, a váz és izomrendszerének megterhelése, váz- izomrendszeri megbetegedések előfordulásának kockázata fokozott. Kéz-kar vibráció, zaj okozta egészségkárosodás lehetősége. Kémiai kóroki tényezők műanyagok, fémötvözetek, ragasztók csiszolása, hegesztése, ragasztása során. Por expozíció is lehetséges. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések.

Lehetséges kórok: kémiai kóroki tényezők. Zaj, vibráció expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós ülőmunka vagy tartós állómunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók.

Védőoltások: szezonális influenza elleni védőoltás évente ajánlható. Bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőruha, arc, szem védelme, védőkesztyű, védőlábbeli szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: megfelelő munkaszervezéssel, a fogyatékos-ság minőségének és a megmaradt funkcióképességnek megfelelően hallás- és mozgássérültek is elláthatnak ortopédiai eszközkészítő feladatokat, amennyiben előképzettségük ezt biztosítja.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő munkapadok ergonómiájára, a vízszintes és függőleges akadályok leküzdése. Az infokommunikációs eszközök tekintetében a hallássérült munkavállalók számára hallókészülék, hallóhurok, egyértelmű írásos kommunikáció szükséges. Ha gépet használ (fűrő-, öntő- és vágógépek, 3D nyomtatók stb.), legyenek olyan vizuális jelzések (fény), amelyek a meghibásodást közvetítik számára.

A foglalkozás rövid leírása: kis-, közép- és nagyüzemekben kenyérféleségeket, péksüteményeket és egyéb (tojással, margarinnal dúsított) termékeket állít elő. Az előállítás során kézi vagy gépi dagasztást végez, kialakítja a termékek formáját, majd a nyersterméket különböző típusú kemencében megsüti. Mindemellett előkészíti az édesipari alap- és segédanyagokat, előállítja, formázza, csomagolja a cukorka-, kávé-, csokoládé-, kemény cukrászati és liszttartalmú készítményeket.

Betölthető munkakörök: bonbonkészítő (kézi), cikóriagyökér- feldolgozó, cukor-, cukorkatöltelék-főző, cukorkagyártó, csokoládéfigura-formázó, csokoládétáblázó, csokoládétermék-gyártó, dagasztó, desszertgyártó, édesipari termékgyártó, fagyasztott pékáru sütő (látvány sütőde), finompékáru-gyártó, grillázssütő, gumicukorgyártó, gyorsfagyasztott tésztát gyártó, gyorspékségi sütő és eladó, házitészta-készítő, jégkrémgyártó, kakaómasszapréselő, karamellafőző, kávé- és pótkávégyártó, kávé-kakaóbab őrlő és pörkölő, keksz- és ostyagyártó, konyakmeggy gyártó (kézi), marcipánkészítő, mézesáru kandírozó, mézeskalács-készítő, morzsakészítő, nápolyikészítő, ostya és fagylalttölcsér készítő, pásztatészta-készítő, pék, pék-cukrász (édesipari), péksütemény-készítő, pereckészítő, réteslapkészítő, sütőipari munkás, szaloncukorgyártó, száraztészta-készítő, teasütemény gyártó, télifagyi gyártó, tésztakészítő, tortadísz készítő, törökméz- és vattacukor-készítő, vattacukor készítő

Készségek és kompetenciák: fontos a jó látás és ízelet. Meghatározó a megfelelő erőnlét, a fizikai állóképesség, a hőhatások és a monotonia jó tűrése, valamint a felelősségvállalás, a megbízhatóság.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül, védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, égés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Infravörös sugárzás egészségkárosító hatásai, férfi nemzőképesség csökkenése. Zaj egészségkárosodást okozó hatásai. Kémiai kóroki tényezők (aeroszok, szerves gőzök, gázok, illékony anyagok, füst légúti, szájon át és bőrön keresztül) expozíciója. Fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők (mérgek, gombák) fokozhatják a légúti, immunológiai, szív- érrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi (katarakta), daganatos és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát. Fogszuvasodás (cukrászat) kialakulásának kockázata fokozott. A kézi tehermozgatás és a kényszertesthelyzet növeli az ízületeket, váz- és izomrendszert érintő megbetegedések kialakulását. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A pékek típusos foglalkozási betegsége az asztma (leggyakoribb kiváltó allergének a búza, árpa, szója, rozsliszt, tojás, tojáspor fehérjék, alfa amiláz, magvak, élesztő és egyéb gombák). Az ágazati munkavállalók között a légúti daganatok (egyes felmérésekben a tüdőrák relatív gyakorisága több mint kétszeres) gyakorisága nagyobb (rákkeltő vegyületek: policiklusos aromás hidrokarbonok, nitrozodimetilamin, aflatoxin, sterigmatocisztin, zeralenon, szabad gyökök).

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben zárttéri melegben, egyoldalú, ismétlődő, monoton vagy tartós ülő- vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást vagy jó egyensúly érzékelést érintő olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkahelyen, fokozott balesetveszéllyel járó vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós kényszertesthelyezettel járó vagy vegyi anyagokkal végzett munka nem javasolt.

Baleseti kockázattal jár, ha nem javasolt a munkavállaló részére időkényszer keretei között végzett munka.

Prevenációs előírások és javaslatok

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő- „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, légzésfunkciós, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, biológiai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, kesztyű, védőszemüveg, sapka/kendő, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás hallássérültek által, a funkcióképességüknek megfelelően is végezhető. Figyelemmel a munkavállaló képességeire, egészségi állapotára, számára a kompetenciáinak leginkább megfelelő munkaköröket, részfeladatokat kell kijelölni.

Munkahelyi adaptáció: legfontosabb a hallássérült személyek információhoz való hozzáférése, illetve a halló személyekkel való kommunikációjuk biztosítása. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, orális tolmács, vagy jelnyelvi tolmács igénybevételére van szükségük a kommunikáció során. E mellett célszerű a vezetékek nélküli kommunikációs eszközök, rendszerek alkalmazása. Ha gépet használ (dagasztógép, tésztanyújtó, elektromos kemencék stb.), legyenek olyan vizuális jelzések (fény), amely a meghibásodást közvetítik számára.

Pénzügyi ügyintéző (a pénzügyintézői ügyintéző kivételével) – FEOR-08 3611

A foglalkozás rövid leírása: a pénzügyi ügyintéző az intézmény, gazdasági szervezet pénz-, adó-, vám-, egészség- és nyugdíjbiztosításával kapcsolatos pénzügyi adminisztratív feladatait látja el, segíti a pénzügyi vezetést a döntések meghozatalában.

Betölthető munkakörök: pénzügyi asszisztens, pénzügyi koordinátor, pénzügyi referens, pénzügyi ügyintéző, vállalkozási pénzügyi ügyintéző, vállalkozási ügyintéző

Készségek és kompetenciák: a tevékenységek ellátásához jó látásra, hallásra és kommunikációs készségre van szükség. Megbízhatóság, türelem, rendszerezés, osztályozás képessége. Fontos lehet a monotónia jó tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) minimális kockázata. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak az ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben érzelmi megterheléssel járó vagy képernyő előtt végzett vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és hallássérültek által is végezhető tevékenységek, munkafolyamatok. A munkaköröket és a feladatokat a munkavállaló akadályozottságának (hallás, mozgás) figyelembevételével, funkcionális képességüknek megfelelően kell kijelölni. Például a hallássérültek esetében az ügyfélszolgálati munkák helyett, célszerű háttér irodai munkákat kijelölni.

Munkahelyi adaptáció: a munkakörülményeket és a munkafeltételeket a szükségletekhez igazítva kell kialakítani, ezért a munkavégzéshez használatos eszközök legyenek a mozgás- és hallássérültek megfelelőek. A tevékenységek nagyobb része ülőmunkával jár, ezért a bútorzat (asztal, szék) ergonómiai kialakítása szükséges. Biztosítani kell a könnyen elérhető szekrényeket, polcokat, tárolókat, a mozgásukban korlátozottak számára a fizikai akadálymentesítés funkcionális kialakítását. Hallássérültek esetében szükségszerűen indukciós hurok és speciális számítógép biztosítása. Szükség szerint mentor biztosítása.

A foglalkozás rövid leírása: a foglalkozás összetett feladatkörén belül az alapfeladatok közé tartozik a pénzügyi, adó- és vámnyilvántartások vezetése; pénzforgalmi és hitelezési feladatok előkészítése; új vagy lemondott biztosítások-, kárigények-, biztosítási feltételek- és kifizetések feldolgozása; statisztikai vagy biztosítási statisztikai adatok gyűjtése és összeállítása szokásos vagy speciális információs források alapján.

Betölthető munkakörök: adóbevallás feldolgozó, iskolai pénztáros, kaszinói pénztáros, pénzügyi nyilvántartó, szakszervezeti pénztáros, számlázási ügyintéző, számviteli adminisztrátor, vállalati pénztáros

Készségek és kompetenciák: a tevékenységek ellátásához jó látásra, hallásra és kommunikációs készségre van szükség. Fontos a megbízhatóság, a türelem, a rendszerezés és osztályozás képessége, a jó monotóniatűr.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként helyváltoztatással járó, épületen belül végzett szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás lehetséges. Képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórok: balesetek előfordulása. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezői és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti vagy tartós ülőmunka nem javasolt.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyekben egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nem javasolt.

Baleseti kockázatot jelentenek az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, látás- és hallássérültek által végezhető tevékenység funkcióképességüknek megfelelő munkaköri specifikációval. A kompetenciák és a munkakör közötti harmonikus illeszkedés során figyelembe kell venni azokat az eltéréseket, amely a munka jellegéből adódik.

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Fontos a bűtorzat ergonómiája. A kommunikációs akadálymentesítés során speciálisan kiképzett telefont, indukciós hangerősítő rendszert, az akadályozottságnak megfelelő számítógépes munkaállomások kiépítését, és más kezelhető irodagépeket kell biztosítani.

A foglalkozás rövid leírása: a pincér fogadja a vendégeket, ételeket, italokat szolgál fel vendéglőkben, éttermekben és egyéb helyszíneken lévő vendéglátó egységekben.

Betölthető munkakörök: étkezőkocsi felszolgáló, éttermi felszolgáló, főpincér, hajópincér, itálpincér, sommelier (borpincér)

Készségek és kompetenciák: jó látás, hallás, kommunikációs készség, információkezelés, nyitottság. Megfelelő mozgáskoordináció, állóképesség.

A foglalkozás jellege: álló, épületen belül, gyakran kényszertesthelyzetben végzett közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása és átvitele a vendégekre lehetséges (élelmiszerek által közvetített megbetegedések). Kézi tehermozgatás miatt a váz- és izomrendszer betegségeinek kialakulási kockázata nő. Lúdtalp, alsó végtagi visszereesség kockázata. Számítógép használat okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látás vagy ép hallást vagy jó egyensúly érzékelést érintő olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák az ép színlátást érintő betegségek és/vagy állapotok, amelyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy zajos munkahelyen nem javasolt munkavégzés.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem (helyiségek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: munkaruha, védőlábbeli szükségességek.

Fogyatékossági és képességbeli megfelelés: látás-, hallás- és értelmi sérültek, valamint egyes munkakörökben mozgáskorlátozott (kerekesszékes fizetőpincér) munkavállalók által is betölthető. A munkaköröket úgy kell módosítani, hogy az hasznosan megfeleljen fizikai, szellemi kompetenciáinak.

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítésen (rámpák, közlekedő utak, kapaszkodók, stb.) túl, a hallássérült munkavállalók esetében szükségszerű a jó szájról olvasási képesség, a vizuális szemléltetés, a jelnyelv egyes elemeinek ismerete, vagy FM vezeték nélküli kommunikációs technológia alkalmazása. Rendelésleadáshoz akadálymentes (egyszerűen kezelhető) nagyképernyős konfiguráció beszerzése. Az értelmi sérültek esetében célszerű az egyértelmű, tömör, egyszerű szavakkal leírt munkaköri elvárás leírása, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítása.

Portás, telepőr, egyszerű őr – FEOR-08 9231

A foglalkozás rövid leírása: ipari, kereskedelmi és egyéb létesítmények, közintézmények védelmét, őrzését látja el. Ellenőrzi a személy- és teherforgalmat, fellép az illetéktelenül betolakodók, rongálók ellen. Ellát tűzvédelmi, ellenőrző és adminisztratív jellegű tevékenységeket.

Betölthető munkakörök: csónakőr, egészségügyi intézmény portása, éjjeliőr és telepőr, éjszakai portás, garázsőr, gátőr (egyszerű őr), hegyőr (egyszerű őr), hídőr és kikötőőr, ipari vagy kereskedelmi intézet portása, iskolai portás, kerítésőr (egyszerű őr), mezőőr (egyszerű őr), múzeumi teremőr, oktatási intézmény portása, parkőr (egyszerű őr), szőlőőr (egyszerű őr), temetőőr (egyszerű őr), üdülőportás, vállalati portás, zsilipőr

Készségek és kompetenciák: jó látás és hallás, megfelelő kommunikációs készség. Monotoniatűrés képessége, pontosság és megbízhatóság. Esetenként megfelelő fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: főként álló helyzetű, helyváltoztatással járó, épületen kívül, alkalmanként járművek használatával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: Balesetek okozta egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) fokozott kockázata. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció okozta egészségkárosodás kockázata és rovarcsípés lehetősége. Elektronikus eszközök alkalmazása során statikus és változó elektromágneses terek hatása (IARC 2B lehetséges rákkeltő). Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. A váz- és izomrendszeri és az alsó végtagi vénás rendszer megbetegedésének kockázata nő. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős megfigyelő rendszer okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: UV expozíció, rovarcsípés. Elektromágneses sugárzás, biológiai és kémiai kórokok. Éjszakai műszak. Ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Munkahelyi stressz.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást vagy ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Fokozott baleseti kockázatot jelentnek azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok:

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen évente ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek elkerülésére.

Védőeszköz: munkaruha, védőlábbeli, sapka szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: zárt rendszerű telepek őrzésére, épületekben végezhető portás foglalkozás gyakorlására hallás-, látás- vagy mozgássérült munkavállalók is alkalmazhatók. A tevékenység gyakorlása függ a fogyatékoság minőségétől, a megmaradt funkcióktól.

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítés során biztosítani kell a portásfülke, a melegedők megközelíthetőségét. Különösen fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. A kommunikációs akadálymentesítés része lehet a könnyen kezelhető zárt láncú kamera- és monitorrendszer, az információs táblák érthető tartalma. Speciális telefonok biztosítása.

Postai szolgáltató (kézbesítő, válogató) – FEOR-08 4135

A foglalkozás rövid leírása: postai levél-, csomag- és pénzküldeményeket átvesz, rendez, nyilvántartásba vesz, kézbesít, válogat és egyéb kapcsolódó feladatokat lát el.

Betölthető munkakörök: betanított kézbesítő, hírlapkézbesítő, járatindító (postai), járatos (postai), kézbesítő (postai), küldeményfeldolgozó, levélfutár, mobilposta-kezelő, postai kézbesítő, postázógép-kezelő, számítógépes csomagfeldolgozó, újságkihordó

Készségek és kompetenciák: alapvető a jó látás, a megbízhatóság, az osztályozás és a rendszerezés kompetenciája. A munkatevékenység jellemzőiből adódóan fontos a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő, gyakran álló, helyváltoztatással járó, néha kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül végzett, könnyű és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, állati harapás,) lehetséges. Kerékpár használat a közlekedési baleseti sérülés veszélyét fokozza. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció, alkalmanként por inhaláció okozta egészségkárosodás kockázata. Kedvezőtlen klimatikus egészségkárosodást okozó hatások. Kézi tehermozgatás esetén a váz- és izomrendszer betegségeinek kockázata. A képernyős munkavégzés során szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Ülő munkakörökben a megfelelő fizikai aktivitás hiánya a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere-zavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázatát növeli. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: kedvezőtlen klimatikus hatások. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást érintő azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő, gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy vibrációval járó vagy szabad végzett munka nem javasolt.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést érintő betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkahelyen, zárt, szűk térben vagy változó hőmérsékletű munkahelyen történő munkavégzés nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkaválla-

lőkat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, laboratóriumi, légzésfunkciós, mellkasröntgen vizsgálatok ajánlhatók.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha, fejevédelem (sapka), védőlábbeli szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és hallássérült személyek, esetenként autista munkavállalók alkalmazhatók a foglalkozás keretében. A munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől. Az autista munkavállalók olyan feladatok végrehajtásában teljesítenek jól, amelyek kiszámíthatóak és nem változnak.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták foglalkoztatása esetén, a munkaköri betanítás során, fontos a feladatok megértetése, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

Pultfeltöltő, árufeltöltő – FEOR-08 9224

A foglalkozás rövid leírása: a pultfeltöltő és árufeltöltő a polcok és rakodóterületek feltöltését és az áruk tisztán és rendben tartását végzi élelmiszer-áruházakban és egyéb üzletekben, illetve nagykereskedelmi egységekben.

Betölthető munkakörök: árufeltöltő, polcrendező, pultfeltöltő,

Készségek és kompetenciák: jó látás és hallás, mint meghatározó érzékelési funkció. Esetenként lényeges a fizikai állóképesség, a jó mozgáskoordináció, a pontosság, illetve a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: gyakran álló, helyváltoztatással járó, épületen belül és kívül, időnként kényszertesthelyzetben végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt káros hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Alkalmanként kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Kézi tehermozgatás a váz- és izomrendszer megbetegedéseinek kockázatát fokozza. Lopásgátló berendezések okozta elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatása. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A hosszú, irreguláris munkaidő és az éjszakai munkavégzés egészségkárosító hatása (nő a szív- érrendszeri és daganatos betegségek kialakulásának kockázata, IARC 2A valószínűleg rákkeltő besorolás). Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: kedvezőtlen klimatikus viszonyok. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy tartós kényszertesthelyzettel járó munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást, ép hallást vagy jó egyensúly érzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkahelyen végzett munka nem javasolt.

Baleseti kockázatos jelentenek azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben vegyi anyagokkal végzett vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Élelmiszer boltokban történő munkavégzés, járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj, hatásának csökkentésére, minőségbiztosítás – HACCP.

Védőeszközök: védőruha/munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás a látás-, hallás- és értelmi sérültek, esetenként autisták, valamint egyes munkakörökben mozgáskorlátozott munkavállalók által is betölthető. A munkaköröket úgy kell módosítani, hogy az hasznosan megfeleljen fizikai, szellemi kompetenciáiknak.

Munkahelyi adaptáció: az kötelezően előírt védőeszközökön túl, a munkahely méretétől függően és több érintett munkavállaló esetében komplex akadálymentesítés szükséges. Szintkülönbség akadálymentes áthidalására rámpa vagy egyéb gépészeti megoldás (felvonó, emelőlap, korlátfelvonó) alkalmazása. A közlekedést a jól hallható eligazítás, vagy könnyen látható feliratozás, információs táblák, térképek megfelelő elhelyezése segítheti. Hallásvesztés mértékének megfelelő eszközök. Az értelmi sérültek, autisták esetében célszerű az egyértelmű, tömör, egyszerű szavakkal leírt munkaköri elvárás megfogalmazása, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítása.

A foglalkozás rövid leírása:

nyersanyagok, anyagok félkész és késztermékek, tárgyak mozgását, rakodását, fel-, illetve lepakolását, csomagolásának, szállításának előkészítését végzi. A rakodást kézzel vagy anyagmozgató gépek, eszközök segítségével valósítja meg. Kezeli és felügyeli a különböző emelő-, mozgató-, mechanikus (pl.: emelők, csigák, csigasorok, csörlőkkel, kötelekkel, hevederek) és elektronikus rakodó-berendezéseket. Feladata lehet még: tömlők, csövek, szivattyúk és egyéb berendezések kezelésével folyékony anyagok tartályokba, illetve tartályautókba töltése; fuvarozás és rakodás során a rakomány rendeltetési helyre történő kísérése, kézbesítése és kirakodása, a sofőr segítése.

Betölthető munkakörök: anyagkiadó, anyagmozgató, árukezelő, dokkmunkás, faházgyártási rakodó, hajórakodó, hűtőházkezelő, hűtőraktári rakodó, kézi rakodó, koci és árukísérő, kocsikísérő, mázsaházi segédmunkás, rakodási előmunkás, rakománykezelő, raktári árukezelő, raktári kisegítő, raktári kisegítő segédmunkás, raktári munkás, raktárkezelő, repülőgép-rakodó, szállítmánykísérő, takarmányrakodó

Készségek és kompetenciák: jó látás (térlátás) és hallás, fizikai állóképesség, megfelelő mozgáskoordináció és figyelemkoncentráció szükséges a tevékenység ellátáshoz.

A foglalkozás jellege: álló, hajlást, guggolást igénylő, helyváltoztatással járó, épületen belül és kívül, időnként kényszertesthelyzetben végzett, nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt káros hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Rovarcípés. UV sugárzás, elektromechanikus gépek használata esetén elektromágneses sugárzás, vibráció, porok egészségkárosító hatásai. Kézi tehermozgatás a váz-izomrendszer megbetegedéseinek kockázatát fokozza, betegségek kialakulásának valószínűsége 100%. A hosszú, irreguláris munkaidő és az éjszakai munkavégzés egészségkárosító hatása (nő a szív-érrendszeri és daganatos betegségek kialakulásának kockázata, kockázatát (IARC 2A valószínűleg rákkeltő besorolás).

Lehetséges kórok: kedvezőtlen klimatikus viszonyok. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben szabadban végzett vagy tartós kényszertesthelyzettel járó munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást vagy ép hallást vagy jó egyensúlyérzést befolyásoló azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben zajos munkakörülmények közötti munkavégzés nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben vegyi anyagokkal, fokozott balesetveszéllyel járó, gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó, fokozott figyelmet igénylő vagy vibrációval járó munka nem végezhető.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsá-

gi követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Élelmiszer boltokban történő munkavégzés esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj, ergonómiai kórokok hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, gerincvédő öv, szem, arc, fejb védelem, légzésvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi- és hallássérültek megfelelő fizikai kompetenciák birtokában elláthatnak rakodó feladatokat. A munkakörök kijelölésénél meghatározó az akadályozottság minősége. Mindkét fogyatékoság típusnál szükség van a figyelemkoncentrációra, a téri tájékozódás képességére.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközökön túl a munkafeladatok függvényében fontos a munkafeladatok kommunikációs akadálymentesítésének biztosítása. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, a tevékenységek kijelölésekor, a feladatok többszöri megismertetésére célszerű jeltolmácsot alkalmazni. Az értelmi sérültek, egyes egyszerű résztevékenységek (pl.: raktári segédmunkás, kézi rakodó, kocsikísérő) elvégzésére történő betanítása során meghatározó a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Prevenciós jelleggel, lehetőség szerint hát-támaszos exoskeleton alkalmazása: ez a mesterséges külső váz segíti a hát megfelelő tartását és csökkenti a gerincre és hátizmokra eső terhelést rakodás közben.

Rendszerelemző (informatikai) – FEOR-08 2141

A foglalkozás rövid leírása: a rendszerelemző analizálja, felméri az ügyfél informatikai rendszerekkel szemben támasztott igényeit, meglévő folyamatait, problémáit, ezek alapján javaslatot tesz, illetve megtervezi és megvalósítja a lehetséges megoldásokat a jelenlegi, illetve a jövőbeni informatikai rendszerekhez kapcsolódóan.

Betölthető munkakörök: folyamatszerző informatikus, információrendszer-elemző és -tervező, informatikai elemző, informatikai koordinátor, informatikai tanácsadó, rendszer koordinátor (informatikai), rendszeranalitikus (informatikai), rendszerintegrátor (informatikai), rendszerszerző (informatikai), rendszertámogató (informatikai), rendszertanácsadó, rendszertervező (informatikai), rendszertervező matematikus (informatikai), SAP konzulens (informatikai), számítástechnikai modellkészítő, számítástechnikai tanácsadó, számítástechnikai tudományos kutató

Készségek és kompetenciák: az informatikai foglalkozások készség- és kompetenciaszükségletei magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, valamint a kommunikációértékelést.

A foglalkozás jellege: ülő, álló és álló testhelyzetben, épületen belül folytatott szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás (extrém alacsony frekvenciájú mágneses terek- ELF, radarok, mikrohullámú sugárzás, rádiótelefon bázisállomások, távvezetékek, mobiltelefonok, IARC 2B, lehetséges rákkeltő besorolás) daganatok (gyermekkori leukémiák, limfómák, gliómák), szív- érrendszeri, idegrendszeri, endokrin, immun, gyomor-bélrendszeri megbetegedések (mikrohullámú, rádiófrekvenciás szindróma) kialakulásának kockázatát növeli. Képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Nem ionizáló sugárzás hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti munka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást vagy ép hallást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok, melyekben tartós ülőmunka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Rendszeres szemészeti ellenőrzés.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, webkamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális eger.

A foglalkozás rövid leírása: A rendszergazda az informatikai rendszerek optimális teljesítményének és biztonságának tervezését, fejlesztését, karbantartását és támogatását végzi. Ide tartozik a számítógépes hálózatok és a hozzájuk kapcsolódó számítógépes környezetek karbantartása és felügyelete, valamint a rendszerek és hálózati konfigurációk javítását szolgáló változtatások javaslata, a módosításokkal összefüggő hardver- és szoftverigények meghatározása.

Betölthető munkakörök: általános rendszergazda (informatikai), Informatikus rendszergazda, rendszerüzemeltető (informatikai), SAP rendszergazda, számítástechnikai rendszergazda, számítástechnikai szoftvertelepítő, vírus szakértő (számítástechnikai)

Készségek és kompetenciák: az informatikai foglalkozások készség- és kompetencia-szükségletei magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, valamint a kommunikációértékelést.

A foglalkozás jellege: ülő, álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül folytatott szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Zaj káros szervezeti hatásai (szerver). A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás (IARC 2B, lehetséges rákkeltő besorolás) daganatok és szív- érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: zaj, nem ionizáló sugárzás expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti vagy tartós ülőmunkát akadályozó betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, web kamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

A foglalkozás rövid leírása: a szabó, varró szakember legyártja, összeállítja, átalakítja és megjavítja a méretre szabott vagy kézzel készített ruhákat; (pl.: öltönyt, kabátot). További termékeket (pl. ágyneműt, függönyt) készít textilanyagokból, vékony bőrből, szőrméből vagy egyéb anyagokból.

Betölthető munkakörök: ágyneművarró, átalakító szabó, bébiruha készítő, bőrruhakészítő és -javító, díszpárnakészítő, fehérneművarró, férfiruhaszabó, függönyvarró, fűző- és melltartókészítő, gyermekruha-készítő, hátizsák- sátor- és ponyvakészítő, jelmez- és alkalmiruha-készítő, kötöttáru szabász, lakástextil-készítő, mérték utáni szabó, munkaruha- és védőruha-készítő, női szabó, paszományos és gombkötő, ruhakészítő, színházi varró, vitorlaszabó és -készítő, zászlókészítő

Készségek és kompetenciák: kielégítő manuális készségek mellett jó látással kell rendelkeznie. Fontos a figyelemkoncentráció, a pontosság, a képi információk feldolgozásának képessége, a monotonia jó tűrése.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett könnyű fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott sérülések, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kéz-kar vibráció és elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. Egyes kémiai (festék, szövet részecskék) anyagok daganatok és szív- érrendszeri, légúti és idegrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya és ülő munkavégzés esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A textilmunkások között a tüdőrák, gyomorrák, orrgarat rák és az általános daganatos halálozás fokozott.

Lehetséges kórok: fizikai és kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák az ép színlátást befolyásoló azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy zajos munkahelyen vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy tartós ülőmunka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok:

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak,

Védőoltás: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, látás- és mozgássérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatok a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatása esetén, a munkaköri betanítás során, fontos a feladatok megérttetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

A foglalkozás rövid leírása: a szakács éttermekben, vendéglőkben, üzemi és egyéb típusú konyhákban különböző ételeket készít és tálal. Feladatai többek között az étlap, menü, napi ajánlat összeállítása, a meglévő készletek, készételek felmérése, nyersanyagok megrendelése, a nyersanyagok előkészítése, feldolgozása (párolása, főzése, sütése), valamint az ételek ízesítése, tárolása, adagolása, tálalása és a segédszemélyzet munkájának irányítása, összehangolása.

Betölthető munkakörök: diétás szakács, étkezdei szakács, grill szakács, gyermekélelmezési szakács, hajószakács, hidegkonyhai szakács, közétkeztetési szakács, kukta, melegkonyhai szakács, pizzakészítő szakács, segédszakács

Készségek és kompetenciák: a jó látás és a jó színlátás mellett fontos a szag- és ízérzékelés képessége. Lényeges a szervezőkészség, az összehasonlítás, a képi információfeldolgozás, az esztétikai érzék kompetenciája, valamint a numerikus képességek. Meghatározó lehet a fizikai állóképesség, a konyhai hőség és a monotonia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett közepesen nehéz fizikai és szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: égési, vágási és egyéb baleseti sérülések egészségkárosító veszélye. Kedvezőtlen klimatikus hatások, hőérzeti diszkomfort. Nem ionizáló sugárzás egészségkárosító hatása. Aeroszolok, szerves gőzök, gázok, illékony anyagok, füst egészségkárosító hatása légúti, szájon át és bőrön keresztüli expozíció révén. Légúti, szív- érrendszeri, idegrendszeri, érzékszervi, daganatos és bőrbetegségek kialakulásának kockázata fokozott. Férfi nemzőképesség csökkenése (szakács). Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása és közvetítése a vendégekre (élelmiszerek terjesztette megbetegedések). Az ízületeket, váz- és izomrendszert érintő terhelések kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A, valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza.

Lehetséges kórokok: aeroszolok, gőzök, gázok, füst, légúti szájon át és bőrön keresztüli expozíciója. Biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben a jó látás vagy változó hőmérsékletű munkahelyen vagy fokozott figyelmet igénylő vagy tartós állómunka végzése nehezített.

Korlátozzák az ép színlátást vagy jó egyensúlyérzést befolyásoló olyan betegségek és/vagy állapotok vagy melyekben gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy egyoldalú, ismétlődő, monoton vagy fokozott balesetveszéllyel járó munka végzése nedves, nyirkos, párás vagy zárttéri meleg munkahelyen nem javasolt.

Baleseti kockázattal járnak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben vegyi anyagokkal végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti egészségkárosodás, légúti, bőrön keresztüli expozíció, biológiai kóroki tényezők ellen (világítás, szellőzés, megfelelő élelmiszer tárolás, minőségbiztosítás- HACCP).

Védőeszközök: védőruha /munkaruha, védőlábbeli szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: közeli jó látásélességű személyek és hallássérült munkavállalók funkcióképességüknek minőségének megfelelően, a munkakörök adaptációjával végezhetnek szakács tevékenységet. Fontos, hogy már a foglalkoztatás megkezdése előtt rendelkezzenek alapvető szakács ismertekkel.

Munkahelyi adaptáció: a mozgásszabadsághoz és az elérhető közlekedéshez kapcsolódó szintkülönbségekből (lépcső, lift stb.) és a horizontális (ajtók, közlekedők stb.) adódó akadálymentesítés megteremtése a fogyatékoságból adódó szükségleteknek megfelelően. Legfontosabb a hallássérült személyek információhoz való hozzáférése, illetve a halló személyekkel való kommunikációjuk biztosítása. Estenként jelnyelvi tolmács igénybevételére van szükségük a kommunikáció során. E mellett célszerű a vezeték nélküli kommunikációs eszközök, rendszerek alkalmazása. Ha gépet használ (sütő- főzőberendezések, univerzális konyhagép stb.), legyenek olyan vizuális jelzések (fény), amelyek a meghibásodást közvetítik számára.

A foglalkozás rövid leírása: a számítógép-hálózati elemző, üzemeltető hálózati architektúrára vonatkozó stratégiákat analizálja és ezzel kapcsolatos fejlesztési javaslatokat tesz. Emellett hálózati hardver és szoftver fejlesztését, bevezetését, kezelését, karbantartását és konfigurálását, illetve a hálózati teljesítmény ellenőrzését, hibajavítását és optimalizálását végzi.

Betölthető munkakörök: internet rendszergazda, internethálózati tervező, számítógép-hálózati tervező, számítógéphálózat-üzemeltető

Készségek és kompetenciák: az informatikai foglalkozások magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, a kommunikációértékelést.

A foglalkozás jellege: ülő, álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül folytatott szellemi és könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Zaj káros szervezeti hatásai (szerver). A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Az elektromágneses sugárzás (IARC 2B lehetséges rákkeltő besorolás) daganatok és szív- érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: zaj, nem ionizáló sugárzás expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben fokozott figyelmet igénylő vagy képernyő előtti vagy tartós ülőmunka végzése nem javasolt.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg használata szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, webkamera, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

A foglalkozás rövid leírása: pénzügyi vezető irányításával vagy önállóan előkészíti és nyilvántartja a gazdasági szervezet gazdasági, számviteli eseményeit. Feladata lehet a számlázásokkal, ki- és befizetésekkel és egyéb pénzügyi műveletekkel kapcsolatos bizonylatok nyilvántartása, rögzítése, egyeztetése; a befektetett eszközök és forgóeszközök nyilvántartása, valamint a befektetett eszközök értékcsökkenésének kiszámítása, könyvelése, egyeztetése; analitikus feladások készítése, egyeztetése.

Betölthető munkakörök: belső ellenőrzési munkatárs, főkönyvi könyvelő, főkönyvi munkatárs, költségvetési számviteli ügyintéző, mérlegképes könyvelő, pénzügyi és számviteli szakellenőr, számlázási csoportvezető, számviteli előadó, számviteli szakügyintéző

Készségek és kompetenciák: a tevékenység jó látást, jó szóbeli és írásbeli kommunikációs készséget igényel. Fontos a kombinációs készség a logikus gondolkodás az összefüggések felismeréséhez, a jó numerikus készség. Mint minden pénzügyi foglalkozásnál lényeges a monotonia és a stressztűrő képesség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a fokozott figyelmet igénylő munkát befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok vagy amelyekben tartós ülőmunka vagy képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Baleseti kockázatot az ép hallást érintő betegségek és/vagy állapotok jelentenek.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladások ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgásában és hallásában korlátozott személyek funkcióképességüknek megfelelő munkakörökben, illetve azok esetleges átszervezésével foglalkoztathatók. A munkamegosztás során a hallássérült munkavállalókat célszerű a kevesebb kommunikációt igénylő munkafeladatokkal megbízni.

Munkahelyi adaptáció: a munkahelyen belüli közlekedés fizikai akadálymentesítése mellett fontos a flexibilis irodai berendezés kialakítása, ergonómikus székek alkalmazása. A szekrényeknek és polcoknak könnyen elérhetőeknek kell lenniük, a nyitás-zárás folyamata is legyen egyszerűen kivitelezhető. Szükség szerinti infokommunikációs, IT konfigurációs akadálymentesítés, hallássérültek esetében például hallókészülék és az ezt kiegészítő hordozható FM rendszer, hordozható indukciós hurok.

Szántóföldi-növénytermesztő – FEOR-08 6111

A foglalkozás rövid leírása: a szántóföldi-növénytermesztő tervezi, szervezi, koordinálja és elvégzi a szántóföldi, áru- és takarmánynövények termesztésével (talajelőkészítés, vetés, növényápolás, tápanyag-utánpótlás, növényvédelem, öntözés, betakarítás), illetve értékesítésre történő előkészítésével kapcsolatos munkákat.

Betölthető munkakörök: kísérleti gazdasági növényápoló, kísérleti gazdasági növénytermesztő, növénytermesztési brigád vezetője, növénytermesztő, szántóföldi magtermesztő, vetőmagtermesztő és -minősítő

Készségek és kompetenciák: az agráriumban végzett munka jó fizikai állapotot igényel. Hozzá tartozik a jó látás, a környezettudatosság, esetenként a monotónia tűrése.

A foglalkozás jellege: álló, helyzetváltoztatással járó, szabadban, gyakran kényszertesthelyzetben végzett, nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége fokozott. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőérzeti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatása, nő a bőr daganatos (melanóma, nem festékes bőrdaganatok) megbetegedéseinek kockázata. Rovarcsípések, állatok által terjesztett betegségek. Mezőgazdasági gépek alkalmazása esetén egésztest és kéz-kar vibráció váz-izomrendszeri, érrendszeri, idegrendszeri egészségkárosító hatása. A dízel kipufogógáz IARC 1 csoportba sorolt biztosan rákkeltő. Zaj okozta halláskárosodás és hallórendszeren kívüli egészségkárosító hatások. Szervetlen és szerves porok, és valamint biológiai kóroki tényezők (baktériumok, mérgek, gombák) közös expozíciója okozta légzőszervei megbetegedések gyakoribbak, így szöveti tüdőgyulladás, allergiás hörgőcske gyulladás, asztma. Vegyszerek (növényvédő, termésfokozó szerek, gombaölő, rovarölő, peszticid vegyületek) alkalmazása esetén nő a légzőszervi, szív-érrendszeri, bőr, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, érzékszervi, endokrin és daganatos betegségek kialakulásának valószínűsége. Típusos foglalkozási betegség a farmertüdő, *Aspergillus* és termofil *Actinomyces* gomba fajok okozta krónikus túlérzékenységi tüdőgyulladás. A mezőgazdaságban dolgozók között gyakoribb daganatok a leukémiák, non-Hodgkin limfómák, mielóma multiplex, lágyszövet daganatok, bőr-, ajak-, gyomor-, agy- és prosztaták, ritkábban előforduló daganatok pedig a tüdő, nyelőcső, hólyag és vastagbél rákok. Egyes megfigyelések állatokon a génmódosított növények daganatkeltő hatására utaltak.

Lehetséges kórok: UV expozíció, zaj és vibráció hatása, por expozíció. Kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizárók olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben szabadban végzendő munka nem javasolt.

Korlátozók azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben hideg vagy zajos vagy poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy vegyi anyagokkal végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével vagy tartós kényszertesthelyzettel járó munka végzése nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Bőrdaganatok kialakulásának kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése, hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók.

Védőoltások: ajánlhatók kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz és szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómia kórokok ellen (gép, eszköztervezés, karbantartás).

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően, légzésvédelem, védőruha, zajvédő eszközök, védőkesztyű, védőszemüveg, fejjvédő eszközök, védőlábbeli szükségesei.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak, esetlegesen autisták által betölthető, a foglalkozáson belül egy-egy részfeladat (például: vetés, növénygondozás stb.) ellátására alkalmasak lehetnek. A részfeladatok kialakításánál figyelembe kell venni a fogyatékoság minőségét, mértékét.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, a munkafolyamatok fokozatos közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

Szemétgyűjtő, utcaseprő – FEOR-08 9211

A foglalkozás rövid leírása: összegyűjti és elszállítja a szemetet és az újrahasznosítható hulladékot az épületekből, kertekből, utcáról, közterületekről és más nyilvános helyekről. Söpri és takarítja az utcákat, parkokat és egyéb közterületeket. Feladata lehet még a hó eltakarítása, hidak lemosása.

Betölthető munkakörök: fémhulladék-gyűjtő, hóeltakarító munkás, közterület takarító, köztisztasági munkás, rakodó szemétszállító, szemeteskocsin felöntő

Készségek és kompetenciák: a szemétgyűjtő és utcaseprő érzékelési funkcióinál meghatározó a látás. Esetenként fontos lehet a mozgáskoordináció (szemétszállító autón, hidak mosásakor) és a fizikai állóképesség, a hideg, illetve az különböző időjárási viszonyok tűrése (hőség, hideg).

A foglalkozás jellege: főként álló, helyváltoztatással járó, épületen kívül végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: balesetek okozta egészségkárosodás lehetősége. Kültéri munkavégzés esetén UV expozíció okozta egészségkárosodás kockázata. Rovarcsipés lehetősége. Kémiai (takarító, fertőtlenítő, rovarirtó szerek, hulladék, szennyvíz) és biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatásának lehetősége. A fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők fokozhatják daganatos, szív- érrendszeri, idegrendszeri, fertőző, légúti, immun, endokrin, vese, gyomor-bélrendszeri, bőr betegségeinek kialakulását. Kézi terhelés esetén a váz- és izomrendszer megbetegedéseinek kockázata fokozott.

Lehetséges kórokok: fizikai, biológiai kóroki tényezők. Kémiai anyagok légúti, szájon és bőrön keresztüli expozíciója. Ergonómiai, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben szabadban végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka végzése nem javasolt.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben egyoldalú, ismétlődő, monoton munka végzése nem javasol.

Baleseti kockázatot jelentenek az ép hallást vagy fokozott balesetveszéllyel járó munka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hastífusz, hepatitis A, B, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők ellen.

Védőeszközök: munkaruha, védőkesztyű, védőlábbeli, szem, arc, fejképző, zajvédelem, légzésvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: halláskárosodott, értelmi fogyatékos munkavállalók alkalmazását biztosíthatja, figyelembe véve akadályozottságukat, annak minőségét és mértékét. Mindkét fogyatékoság típusnál szükség van a figyelemkoncentrációra, a tértájékozódás képességére.

Munkahelyi adaptáció: a kötelezően előírt védőeszközökön túl a munkafeladatok függvényében fontos térképet biztosítani. Azoknak a hallássérült munkavállalóknak, akik a beszédértés során elsődlegesen nem a hallásmaradványukra és a szájról olvasásra támaszkodnak, a tevékenységek kijelölésekor, a feladatok többszöri megismertetésére célszerű jeltolmácsot alkalmazni. Az értelmi sérültek, egyes egyszerű résztevékenységek (pl.: közterület takarító) elvégzésére történő betanítása során fontos a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a szociálpolitika, mint problémaorientált diszciplína és tevékenység művelése során elsősorban a szociológiai, közgazdaságtani, jogi és szociális munka ismeretek együttes alkalmazásából építkezik. A szociális munkás és tanácsadó tevékenységi körébe tartozik a lakosság szociális helyzetének felmérése, a nehéz helyzetben lévők, a veszélyeztetett csoportok feltérképezése, problémáik felismerése, igényeik, szükségleteik feltárása. Egyéneknek, családoknak és közösségeknek nyújtanak segítséget az oktatásügy, az egészségügy, a gyermekjólét és gyermekvédelem, az igazságügy, a menekültügy, a büntetés-végrehajtás, a munka- és pályatanácsadás területén a megfelelő szolgáltatások biztosítása, illetve működtetése révén.

Betölthető munkakörök: bevándorlási tanácsadó, család- és gyermekvédelmi felügyelő, családgondozási felügyelő, családgondozó, családsegítő, drogmegelőzési prevenciós tréner, drogprevenciós koordinátor, egészségügyi szociális munkás, felekezeti szociális munkás, gyermekgondozási ellenőr, gyermekjóléti családgondozó, házi szociális munkás, házi terapeuta, hivatásos pártfogó, hivatásos patronáló, ifjúságvédelmi munkás (szociális munkás), kórházi szociális munkás, lelki gondozó szociális munkás, menekültügyi koordinátor, menekültügyi szociális munkás, menekültügyi tanácsadó, nevelési, életviteli tanácsadó, nevelőszülői felügyelő/tanácsadó, nevelőszülői tanácsadó (gyermekfaluban), otthonápolási koordinátor, örökbefogadási tanácsadó, rehabilitációs szakreferens, rehabilitációs tanácsadó, segélyprogram szervező, szociális jóléti felügyelő, szociális szervező

Készségek és kompetenciák: a szociális munkás és tanácsadó munkája alapvetően a kommunikációra épül. Fontos tulajdonságuk lehet a rendszerszemlélet, az összefüggésekben való gondolkodás és a lényeglátás képessége. Tevékenységük pszichikai teherbíró-képességet, társadalmi érzékenységet, empátiát és toleranciát igényel.

A foglalkozás jellege: ülő és gyakran álló testhelyzetben, épületen belül végzett szellemi munka, párosulva könnyű fizikai munkával.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Kiegész. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórok: fizikai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Kiegész. Munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben érzelmi megterheléssel járó munka nem javasolt.

Korlátozzák az ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelent, ha képernyő előtti munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hepatitis A és B, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: kockázatértékeléstől függően védőruha, alkalmanként védőkesztyű, védőlábbeli, sebészi maszk szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, hallás-, és látássérültek sorstársi tanácsadó tevékenységét felölelő foglalkozás, amelyet funkcióképességük figyelembevételével gyakorolhatnak. Fontos, hogy a feladatok ellátásához kapcsoló tanácsadói ismeretek (pl.: rehabilitációs, munkavállalási, akadálymentesítési stb.) birtokában legyenek.

Munkahelyi adaptáció: gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.). A munkaállomások ergonómiai megfeleltetése. Célszerű a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás biztosítása. Látássérülteknek kialakított speciális kommunikációs rendszer, amely magában foglalja az összes IT eszközt a telefontól a képernyőig, valamint a hordozható, akadálymentes kommunikációs eszközök

A foglalkozás rövid leírása: a szociális segítő szociális, egészségügyi, oktatási és közművelődési intézményekben foglalkozik a szociális munkás irányításával, segíti az ügyfeleket szociális problémáik önálló megoldásában.

Betölthető munkakörök: családgondozó asszisztens, családtámogatási előadó, elhelyezési tanácsadó, falugondnok (szociális), lakhatási segítő, munkaterápiás asszisztens, utcai szociális koordinátor, vöröskeresztes (karitatív) munkatárs

Készségek és kompetenciák: a szociális segítő számára fontos az alapvető érzékelési funkciók megléte. Érzelmi stabilitás, kiegyensúlyozottság, türelmesség, szervezőkészség, döntésképeség, gyors reagálás, tűrőképesség, állóképesség. Empátias készség, kapcsolatteremtő és fenntartó készség, rendszerező képesség, lényegfelismerés (lényeglátás).

A foglalkozás jellege: ülő és gyakran álló testhelyzetben, épületen belül végzett szellemi munka, párosulva könnyű fizikai munkával.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Kiegész. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórok: fizikai, biológiai kockázati tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Kiegész. Munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben érzelmi megterheléssel járó munka nem javasolt.

Korlátozzák az ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelent, ha képernyő előtti munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: hepatitis A és B, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: kockázatértékeléstől függően védőruha, alkalmanként védőkesztyű, védőlábbeli, sebészi maszk szükségesek. Képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, hallás-, és látássérültek sorstársi segítő tevékenységét felölelő foglalkozás, amelyet funkcióképességük figyelembevételével gyakorolhatnak. Fontos, hogy a feladatok ellátásához kapcsoló mentori tudás birtokában legyenek (pl.: munkaterápiás asszisztens).

Munkahelyi adaptáció: gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.). A munkaállomások ergonómiai megfeleltetése. Célszerű a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás biztosítása. Látássérülteknek kialakított speciális kommunikációs rendszer, amely magában foglalja az összes IT eszközt a telefontól a képernyőig.

Szőlő-, gyümölcsstermesztő – FEOR-08 6114

A foglalkozás rövid leírása: tervezi, szervezi, koordinálja és elvégzi a gyümölcstermő növények és a szőlő termesztésével (talaj-előkészítés, szaporítóanyag ültetés, metszés, növényápolás, tápanyag-utánpótlás, növényvédelem, öntözés, betakarítás), illetve értékesítésre történő előkészítésével kapcsolatos munkákat.

Betölthető munkakörök: bogyósgyümölcs-stermesztő, csonthéjasgyümölcs-stermesztő, dinnyekertész, dinnyetermesztő, gyümölcsfagondozó, gyümölcsstermesztő, szőlész-borász (mezőgazdasági), szőlő- és gyümölcsstermesztő, szőlőmunkás, szőlőoltó és -metsző, szőlőstermesztő, vincellér

Készségek és kompetenciák: megfelelő kezűgyesség és mozgáskoordináció szükséges a feladatok ellátásához. Fontos a jó látás, a környezettudatosság, az összehasonlítás és a képi információk feldolgozásának képessége, a megfelelő fizikai állapot.

A foglalkozás jellege: álló, helyzetváltoztatással járó, szabadban, gyakran kényszhelyzetben, védőfelszerelésben végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége fokozott. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőérzeti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatása, nő a bőr daganatos megbetegedéseinek kockázata. Rovarcsípés. Állatok által közvetített betegségek. Gépek alkalmazása esetén egésztest és kéz-kar vibráció váz- izomrendszer, érrendszeri, idegrendszeri egészségkárosító hatásai. Zaj okozta halláskárosodás és hallórendszeren kívüli egészség- károsító hatások. Kipufogó gázok inhalációja, egészségkárosító hatásai (dízel IARC 1 biztosan, benzin IARC 2B lehetséges rákkeltő). Vegyszerek (gombaölő, rovarölő, peszticid vegyületek légúti, szájon át és bőrön keresztüli expozíciója) alkalmazása esetén aeroszolok expozíciója növeli a légúti, szív- érrendszeri, bőr, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, érzékszervi, immun, endokrin, vese és daganatos betegségek kialakulásának valószínűségét. Biológiai kóroki tényezők (baktériumok, gombák, mérgek) egészségkárosító hatásai. A kézi tehermozgatás és a kényszhelyzetben végzett munka esetén a váz- és izomrendszert érintő terhelések. A szőlőstermesztők típusos foglalkozási betegségei a bordói lével történő szőlőpermetezés okozta krónikus tüdő és máj granulomás gyulladásos betegség- a szőlőpermetezők tüdőbetegsége, és a gombás szőlőről származó szerves porok légúti expozíciója (*Botrytis cynerea*) következtében kialakult krónikus allergiás tüdőgyulladás a szőlőstermesztők tüdőbetegsége. A szőlőtermelők között gyakoribb a peszticid használattal összefüggésben az agy-, hólyag- és tüdőrák előfordulása.

Lehetséges kórokok: rovarcsípés, UV expozíció. Rovarcsípés, zaj és vibráció hatása. Szeruetlen és szerves por expozíció. Kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben az ép színlátás hiányzik vagy szabadban vagy fokozott balesetveszélyben vagy tartós kényszhelyzetben végzett munka nem javasolt.

Korlátozzák azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben poros, füstös, gőzös, gázos vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó vagy vegyi anyagokkal végzett vagy tartós állómunka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázattal járnak a jó látást érintő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Bőrdaganatok kialakulásának kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók.

Védőoltások: ajánlhatók kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómia kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: légzésvédelem, védőruha, zajvédő eszközök, védőkesztyű, védőszemüveg, fejjvédő eszközök, védőlábbeli szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak, esetlegesen autisták által betölthető, a foglalkozáson belül egy-egy részfeladat (talaj-előkészítés, szüretelés, öntözés stb.) ellátására alkalmasak lehetnek.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: különböző állatok szőrmés nyersbőréből ruházati és egyéb célokra alkalmas bőrt állít elő, azt mechanikai és kémiai úton kezeli (nyírás, pácolás, festés, olajozás, cserzés, nyújtás, puhítás). Szabásminta alapján természetes szőrméből, műszőrméből ruházati célokra alkalmas termékeket készít.

Betölthető munkakörök: bundakészítő, szőrmé-előkészítő, szőrmefilmnyomó és -csíkozó, szőrmehúsoló, szőrmepari megmunkáló, szőrmefestő, szőrmekaszáló, szőrmekikészítő, szőrmekonfekció szabász, szőrmé-konfekcionáló, szőrmenyíró, szőrmerámázó, szőrmesapka-készítő, szőrmeszügyelő és -körülnyíró, szőrmevarró, szőrmekonfekcionáló, szűcs

Készségek és kompetenciák: a szűcs és szőrmefestők számára a jó látás mellett fontosak a manuális készségek, a pontosság, a precizitás, a figyelemkoncentráció és az önállóság. Esetenként szükséges a monotóniatűrő.

A foglalkozás jellege: ülő és álló testhelyzetben, épületen belül, néha kényszertesthelyzetben végzett, közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés). Elektromechanikus gépek alkalmazása esetén zaj, kéz-kar vibráció és elektromágneses sugárzás egészségkárosító hatásai. Egyes, a munkavégzés során alkalmazott kémiai anyagok (festékek belégzési, bőrön keresztül, szájon át történő expozíciója) daganatok, szív-érrendszeri, légúti és idegrendszeri, immun, endokrin, vese, gyomor-bélrendszeri és bőrbetegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. Biológiai kóroki tényezők okozta megbetegedések lehetősége. A kényszer és statikus testhelyzetben végzett munkavégzés fokozza a váz-izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya és ülő munkavégzés esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. A szőrmé festését végzők között fokozott a vastagbél- és a májrák előfordulása, a szőrmenyírók között a tüdőrák előfordulási kockázata nagyobb.

Lehetséges kórok: fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy vegyi anyagokkal végzett vagy tartós kényszertesthelyzettel járó vagy tartós állómunka nem végezhető.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek a jó látást vagy ép színlátást vagy jó egyensúlyérzést befolyásolják vagy nem javasolt gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével vagy fokozott balesetveszéllyel járó munka végzése.

Baleseti kockázatot jelentenek olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben nem javasolt nehéz fizikai vagy fokozott baleset veszéllyel járó munka végzése.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok javasoltak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, kesztyű, szem védelme, esetleg légzésvédelem, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás-, értelmi- hallássérült, esetenként autista személyek által végezhető tevékenység, amely a fogyatékoság típusának és meglévő kompetenciáinak figyelembevételével, megfelelő módosításával segíthető elő. Különösen fontos, hogy nagyobb időt kell biztosítani az értelmi sérültek és az autisták számára a munkafolyamatok betanítása során, a munkaszervezésben az ismétlődő feladatok biztosítására.

Munkahelyi adaptáció: a közlekedő utak, szociális helységek fizikai akadálymentesítése során figyelembe kell venni a fogyatékoság típusát. Általonosságban is fontos, hogy szöveges feliratoknak kellő betűnagysággal, jól értelmezhető, egyértelműek legyenek. A tevékenységhez szükséges a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás. Lényeges, hogy a munkafolyamatok betanítására hosszabb időt kell szánni, különösen a használtban lévő gépek és szerszámok miatt. Az értelmi fogyatékos és az autista munkavállaló mellé célszerű mentort biztosítani.

Tejfeldolgozó, tejtermékgyártó – FEOR-08 7113

A foglalkozás rövid leírása: a tejfeldolgozó a beérkezett alapanyagokat a tejfeldolgozó üzemekben pasztörözött tejjé és tejtermékekké dolgozza fel. Feladatai közé tartozik az üzembe érkező alapanyagok átvétele, megmérése, minőségének ellenőrzése és előtárolása; a tej pasztörözése, zsírtartalmának beállítása és homogénezése; tejszínből vajféleségek készítése, a tejszín hőkezelése, lehűtése, érlelése és kiköpülése; savanyított tejtermékek gyártása. Mindemellett végzi a pasztörözött tej és a tejtermékek adagolását, csomagolását és tárolását; a szigorú higiéniai és technológiai előírások betartását, egyszerűbb karbantartási munkák ellátását.

Betölthető munkakörök: elsődleges tejkezelő, fehérsajtkészítő, friss és tartós tejtermékek gyártója, gomolyaalapanyag-készítő, homogenizáló (élelmiszer-ipari), kazeinkészítő, kazeinőrő, kefir-, joghurtkészítő, keménysajt-készítő, lágysajt-kezelő, margarinfeldolgozó, ömlesztettsajt-főző, sajt- és vajkészítő, sajtdaráló, sajterlelő, sajtkészítő, sajtkészelő, sajtpréselő, tej- tejszínpasztöröző és -steriliző, tejsomagoló, tejfejtő, tejfeldolgozó, tejföl- és túrókészítő, tejporkészítő, tejtermék előkészítő, tejtermékgyártó, üzemi tejátvevő, vajkészítő, vajleszedő, vajmester

Készségek és kompetenciák: a gyártósori munka igényli a megfelelő szem-kéz koordinációt, a figyelemösszpontosítást. Szükséges a jó fizikai erőnlét, a munkafázisok rutinszerű ismétlése monotóniatűrést igényel.

A foglalkozás jellege: álló, gyakran kényszerszertesthelyzetben, épületen belül, védőeszközök alkalmazása mellett végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, csúszás, sérülés, közlekedés) kockázata. Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort (hűtött helyiségek). Zaj egészségkárosító hatásai. Aeroszolok, szerves anyagok légúti, szájon át és bőrön keresztüli expozíciója okozta egészségkárosító hatások. Biológiai és kémiai anyagok egészségkárosító hatásai. Légúti, allergiás, immun, bőrbetegségek előfordulása az ágazatban dolgozókon. Kézi tehermozgatás esetén az ízületeket, váz- és izomrendszert érintő betegségek kockázata nő. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A, valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Az *Ageratina altissima*- fehérvirágú kenderbojt- toxikus anyaga, a tremetol okozta régen a gyakran halálos kimenetelű tejbetegséget (hányás, idegrendszeri károsodás remegés, kóma, nagy halálozás). A növényt a tehenek elfogyasztották, és az állatok tejével, húásával jutott a toxin az emberekbe.

Lehetséges kórokok: biológiai, fizikai, kémiai kórokok (aeroszolok légúti, szájon át és bőrön keresztüli expozíciója). Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy ép színlátást vagy vegyi anyagokkal végzett munkát nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, melyekben a jó egyensúlyérzés befolyásolt vagy nem javasolt nedves, nyirkos, párás munkahelyen vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével vagy tartós kényszerszertesthelyzettel vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy időkényszer keretei között végzett, vagy tartós állómunka.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörök esetén személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok ajánlhatók.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, biológiai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: munkaruha, védőlábbeli, kesztyű, védőszemüveg, sapka/kendő, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozást az egyes munkakörök átszervezésével, személyre szabott illesztésével hallássérültek és értelmileg akadályozottak, megfelelő fizikai és szellemi kompetenciák vizsgálatával gyakorolhatják.

Munkahelyi adaptáció: közlekedés biztosítása, áttekintő táblák, térképek, a szöveges feliratoknak jól értelmezhetőnek kell lenni egyszerű tömör, betűtípus alkalmazása. Értelmi sérültek esetében egyszerű résztvevőkenségek (pl.: tejtermék csomagoló, sajtadaráló stb.) elvégzésére nyílik lehetőség, melynek betanítása során fontos az új ismeretek fokozatos átadása, a többszöri, sokoldalú szemléltetés. Halláscsökkenés esetében fontos a tejfeldolgozó gépek, berendezések hangjelzéseinek fényjelzések használatával történő átalakítása.

Telefonos (multimédiás) értékesítési ügynök – FEOR-08 5123

A foglalkozás rövid leírása: telefon vagy egyéb elektronikus kommunikációs eszköz segítségével megkeresi a meglévő és a lehetséges ügyfeleket, hogy árukat és szolgáltatásokat reklámozzon és értékesítsen, valamint árubemutató látogatásokat, találkozót szervezzen.

Betölthető munkakörök: Call Center értékesítő, Internetes értékesítő, távértékesítő, telefonmarketinges, telemarketing értékesítő, telesales operátor

Készségek és kompetenciák: az átlagosnál jobb szóbeli és/vagy írásbeli kommunikációs kompetenciái mellett fontos az információkezelés, a képi információfeldolgozás képessége. Meghatározó lehet az esztétikai érzék, a szervezőkészség és a felelősségtudat.

A foglalkozás jellege: ülő, épületen belül, gyakran kényszertesthelyzetben végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségi állapotra gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) előfordulhat. Ügyfélszolgálati központokban (call center) történő munkavégzés esetén környezeti és telefonok keltette zaj, az elektronikus eszközök statikus és változó elektromágneses terei, a mesterséges fény egészségkárosító kockázatai jelentkeznek. Érzékszervi (fül, szem), gége (vokális kórképek), szív-érrendszeri, daganatos, idegrendszeri betegségek kialakulásának kockázata nő. A képernyős munkavégzés okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Gyakori a tenyér alagút szindróma, teniszkönyök előfordulása. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Munkahelyi zaklatás.

Lehetséges kórokok: Call Centerekben kombinált kórokok: zaj, elektromágneses sugárzás, ergonómiai tényezők. Képernyős munkahelyek kockázata, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők hatása, munkahelyi stressz.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben tartós ülőmunka vagy képernyő előtti munka végzése nem javasolt.

Korlátozzák olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek befolyásolják a jó látást vagy ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok

ajánlottak. Hallásvizsgálat, gégeszeti, EKG, laboratóriumi és mellkasröntgen vizsgálatok ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, hőmérsékleti, zaj hatásának, balesetek, fertőzések csökkentésére, munkahelyek ergonómiai szempontokat figyelembe vevő tervezése.

Védőeszköz: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: látás- és mozgássérültek által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Legjellemzőbb a Call Center szolgáltatásokban, illetve a távmunkában végzett tevékenység.

Munkahelyi adaptáció: gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.). A munkaállomások ergonómiai megfeleltetése. Célszerű a természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás biztosítása. Látássérülteknek kialakított speciális kommunikációs rendszer, amely magában foglalja az összes IT eszközt a telefontól a képernyőig.

Textilműves, hímző, csipkeverő – FEOR-08 7418

A foglalkozás rövid leírása: minta alapján, esetenként színezéssel, kézzel szőtt egyedi textíliát, díszítés céljából kézzel (verőpárnával, fapálcikákkal) és géppel csipkét készít; különböző anyagokra kézzel vagy géppel mintákat hímez. A készterméket eladásra előkészíti, ráhelyezi a kötelező információhordozókat és csomagolja.

Betölthető munkakörök: csipkekészítő (gépi), gépi hímző, szövő, utánhímző

Készségek és kompetenciák: a foglalkozáshoz szükséges jó látásnak párosulnia kell a kéz ügyességgel és figyelemkoncentrációval. Tevékenységi körében fontos lehet az esztétikai érzék, a képi információfeldolgozás képessége és a monotóniatűr.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmasint kényszertesthelyzetben, épületen belül végzett közepesen könnyű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, szúrt, vágott, roncolt sérülések, közlekedés). Zaj, szerves ultra finom részecskék (állati fehérjéket, növényi részecskéket tartalmazó porok, gombák) belégzési expozíciója. Egyes, a munkavégzés során keletkezett fizikai, kémiai és biológiai kóroki tényezők szív-érrendszeri, légúti, idegrendszeri, érzékszervi betegségek kialakulásának kockázatát fokozhatják. A kényszertesthelyzetben végzett munkavégzés fokozza a váz-izomrendszeri betegségek kialakulási gyakoriságát. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcsere zavarak, cukorbetegség kialakulásának kockázatát fokozza. Típusos foglalkozással kapcsolatos betegségek lehetnek a légutak és a bőr allergiás megbetegedései.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai, biológiai kóroki tényezők. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórokok, pszichés megterhelés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy tartós ülőmunka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.
Korlátozzák az ép színlátást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlhatók.

Megelőzés: kollektív védelem a baleseti, zaj, belégzési kóroki tényezők hatásának csökkentésére.

Védőeszközök: munkaköri kockázatértékeléstől függően védőszemüveg, védőruha, arc-, szemvédelem, légzésvédelem, zajvédő eszközök szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: hallás-, látás- és mozgássérültek, esetenként autisták által betölthető foglalkozás. A kompetenciáknál figyelembe kell venni a fogyatékoságuk mértékét és funkcióképességüket. Az egyes részfeladatok a szellemi kompetenciák mellett vizsgálni kell a fizikai tulajdonságokat is.

Munkahelyi adaptáció: az akadálymentes helyváltoztatás, közlekedés biztosítása (rámpa, kapaszkodók szükség szerint liftek). Információs táblák, piktogramok, egyéb jelzések, térképek megfelelő elhelyezése. A munkaterületen természetes, illetve a szórt fénnel való megvilágítás kialakítása. Hallássérültek esetében hallóhurok, hallókészülék biztosítása. Autisták, értelmi sérültek foglalkoztatása esetén, a munkaköri betanítás során, fontos a feladatok megértetése, a sokoldalú szemléltetés, a munkaműveletek rendszeres megismétlése, technikájának begyakorlása, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, valamint a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása. Szükség szerint mentor beállítása.

A foglalkozás rövid leírása: az ügyvéd a jog eszközével elősegíti az általa képviselt ügyfelek, szervezetek eredményes megállapodásait, közreműködik a törvényesség érvényre juttatásában, segítséget nyújt a jogok érvényesítéséhez, valamint a kötelezettségek teljesítéséhez.

Betölthető munkakörök: bontóperes ügyvéd, ügyvéd, ügyvédjelölt

Készségek és kompetenciák: fontos a jó látás, hallás és beszédképesség. Az intellektuális kompetenciák közül meghatározó a problémamegoldás, a lényeglátás, a kritikus gondolkodás, és az etikai érzék. Fontos a stressztűrő képesség.

A foglalkozás jellege: ülő, alkalmanként álló, épületen belül végzett, szellemi munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetséges. A képernyős munkavégzés okozta szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív-érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kórok tényezők és pszichés megterhelés hatása, kiégés.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek az ép hallást vagy érzelmi megterheléssel járó munkát vagy fokozott figyelmet igénylő munkát nem teszik lehetővé.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázatot jelentenek azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben képernyő előtti munkavégzés nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza és bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: mozgás- és látássérült személyek által végezhető munka. A foglalkozás betöltéséhez meghatározó, hogy a mozgásrendszer mely része, mikor és mennyire károsodott, ez milyen mértékű funkciócsökkenést okoz. Látássérültek esetében meghatározó a látássérülés nagysága és közlekedőképessége, fontos a pszichés megerősítés.

Munkahelyi adaptáció: akadálymentes fizikai környezet, vízszintes és függőleges akadályok leküzdése. Az infokommunikációs eszközök közül alkalmazhatóak a képernyőolvasó és a képernyőnagyító szoftverek, illetve a digitális akadálymentesített információs rendszer (Digital Accessible Information System, DAISY műszaki szabvány szerinti kialakításban). Braille konfigurációk, írott anyagok. Különböző eszközök és technikák (pl.: hangostérkép, vakvezető kutya) használatával, megfelelő képzés után a látássérült emberek önállóan is tudnak közlekedni.

Vegyes profilú gazdálkodó – FEOR-08 6130

A foglalkozás rövid leírása: az agrárium területén farmgazdasági körülmények szerint megtervezi, megszervezi, irányítja és elvégzi a szántóföldi és kertészeti (gyümölcs, zöldség, szőlő) növények termelésével, gazdasági állatok tartásával és tenyésztésével kapcsolatos teendőket. Feladatai között talaj-előkészítést, ültetvénytelepítést, vetést, növényápolást, növényvédelmet, trágyázást, öntözést, betakarítást végez; előkészíti az állatokat, állati termékeket vagy a terményeket értékesítésre, elszállításra; elvégzi a gazdasági épületek, a gépek és berendezések karbantartását, az istállók tisztán tartását.

Betölthető munkakörök: állat- és növénytermesztő, aranykalászos gazda, biogazda, ezüstkalászos gazda, ökogazda, önálló gazda, őstermelő

Készségek és kompetenciák: jó kognitív kompetenciái mellett alapvető a szervezőkészség, a figyelemmegosztás, a rendszerezés, a modellalkotás, az összehasonlítás képessége, a környezettudatos magatartás. Fontos lehet a jó fizikai állóképesség, esetenként a stressztűrés.

A foglalkozás jellege: álló, helyzetváltoztatással járó, épületen belül és gyakran szabadban, kényszerszertesthelyzetben végzett, nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége nagy. Kedvezőtlen klimatikus körülmények, hőérzeti diszkomfort. UV sugárzás egészségkárosító hatás, nő a bőr daganatos megbetegedéseinek (melanóma, nem festékes bőrdaganatok) kockázata. Mezőgazdasági gépek alkalmazása esetén egésztest és kéz-kar vibráció váz-izomrendszer, érrendszeri, idegrendszeri egészségkárosító hatása. Rovarcípés, állatok közvetítette betegségek. Zaj okozta halláskárosodás és hallórendszeren kívüli egészség károsító hatások. Szervetlen és szerves porok és biológiai kóroki tényezők közös expozíciója (belégzési, bőrön keresztül, szájon át) okozta megbetegedések. Vegyszerek (növényvédő szerek, peszticidek, rovarölők, gombaölők) alkalmazása esetén nő a légzőszervi, szív-érrendszeri, bőr, idegrendszeri, gyomor-bélrendszeri, érzékszervi, endokrin, vese és daganatos betegségek kialakulásának valószínűsége. Biológiai kóroki tényezők egészségkárosító hatása. Jellemzők a légzőszervei megbetegedések, szövetközi tüdőgyulladások, allergiás hörgőgyulladások, típusos foglalkozási betegség a farmertüdő, *Aspergillus* és termofil *Actinomyces* gomba fajok okozta krónikus allergiás tüdőgyulladás. A dízel kipufogógáz IARC 1, biztosan rákkeltő, a benzin kipufogógáz IARC 2B csoportba sorolt lehetséges rákkeltő.

Lehetséges kórokok: zaj és vibráció hatása. Szerves és szervetlen por expozíció. Kémiai és biológiai kóroki tényezőkkel történő expozíció lehetősége. Ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek a szabadban végzett vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka nem javasolt.

Korlátozzák az olyan betegségek és/vagy állapotok, melyek a jó látást vagy ép színlátást vagy vegyi anyagokkal vagy fokozott figyelmet igénylő vagy tartós kényszer testhelyzetben végzett vagy tartós állómunka nem javasolt.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben változó hőmérsékletű munkahelyen vagy poros, füstös, gőzös, gázos munkahelyen vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelembevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

A tej- és húsforgalmazás és feldolgozás járványügyi érdekből kiemelt munkakör, ezért személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Bőrdaganatok kialakulásának kockázata miatt a bőr rendszeres ellenőrzése. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen és laboratóriumi vizsgálatok javasolhatók.

Védőoltások: ajánlatok kullancscsípés által okozott agyvelőgyulladás, tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, fizikai, kémia, biológiai, ergonómia kórokok ellen (gép, eszköztervezés).

Védőeszközök: védőruha, védőkesztyű, védőszemüveg, védőlábbeli szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: értelmi sérültek, halláskárosodottak, esetlegesen autisták által betölthető foglalkozáson belül egy-egy részfeladat ellátására alkalmasak lehetnek. Különösen a növényvédő szerek, vegyi anyagok használatát nélkülöző biogazdálkodásban, állattartásban.

Munkahelyi adaptáció: fontos a közlekedő utak egyértelmű kijelölése, többszöri bejárása, egyes azonosítási pontok bejelölése. Hallássérültek számára hallókészüléket kell biztosítani. Értelmi sérültek, autisták esetén egyes egyszerű résztevékenységek elvégzésére történő munkaköri betanítás során fontos a sokoldalú szemléltetés, az új ismeretek fokozatos, kisebb lépésekben való közlése, a többszöri ismétlés, a munkafeladatok gyakorlása, egyértelművé tétele, a könnyen érthető kommunikáció alkalmazása.

A foglalkozás rövid leírása: a vendéglős a beszerzési, termelési, értékesítési és raktározási tevékenységet végzi, irányítja a vendéglátó egységben. Kialakítja a vendéglátó egység üzletpolitikáját és marketing stratégiáját, ápolja az üzleti és vendégkapcsolatokat, folyamatosan gondoskodik a megfelelő árukészletről. Megszervezi az egység adminisztrációs rendjét, biztosítja a tűz-, munka és tulajdonvédelmi előírások betartását, gondoskodik a higiéniai szabályok betartásáról, teljes körű leltár- és anyagi felelősséggel tartozik az egységben a készletekért.

Betölthető munkakörök: borozó üzletvezetője (1-2 személyes), büfé-, bisztróvezető, cukrászda-, fagyaltozóvezető (1-2 személyes), eszpresszó-, kávézóvezető, étkezdés, italboltvezető (1-2 személyes), kávéház üzletvezetője (1-2 személyes), kifőzdés, kocsmáros, söntés-, italboltvezető (1-2 személyes), söröző üzletvezetője (1-2 személyes), teázó üzletvezetője (1-2 személyes)

Készségek és kompetenciák: fontos érzékelési funkciói közé tartozik a jó látás, hallás és szaglás. Lényeges a megfelelő kommunikációs készség, a megosztott figyelem képessége, a szervezőkészség. Meghatározó a türelem és a stressztűrő képesség.

A foglalkozás jellege: álló és ülő, épületen belül és kívül végzett szellemi és könnyű, vagy közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, közlekedés) lehetősége. Kézi tehermozgatás esetén a váz- izomrendszer betegségeinek kialakulási kockázata nő. Számítógép használat okozta, szemet és a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógép-függőség. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai munkavégzés (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza.

Lehetséges kórokok: ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása. Munkahelyi stressz, munkahelyi zaklatás.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek jó látást vagy ép hallást vagy fokozott figyelmet igénylő vagy gyakori hajolással, gyaloglással, tárgyak emelésével járó munka végzését nehezítik.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést vagy tartós állómunka végzését befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Baleseti kockázattal járnak azon betegségek és/vagy állapotok, melyekben zárttéri meleg munkahelyen vagy nedves, nyirkos, párás munkahelyen való munkavégzés nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége a műszaki, illetve szervezési intézkedésekkel kiküszöbölni a kézi tehermozgatást vagy az ezzel járó kockázatot minimálisra csökkenteni, a munkavégzés helyét úgy alakítani, hogy a kézi anyagmozgatás feltételei a legbiztonságosabbak és egészségre ártalmatlanok legyenek (felméri a munka jellegének megfelelő egészségügyi és biztonsági követelményeket, a teher jellemzőit, ezáltal a lehető legkisebbre csökkenti a munkavállalókat fenyegető hátsérülés kockázatát). Szükséges az egyéni kockázati tényezők figyelem-

bevétele, a munkavállaló tájékoztatása (teher súlya, súlypontja), oktatása, konzultáció biztosítása.

Járványügyi érdekből kiemelt munkakörökben személyi higiénés alkalmassági vizsgálat végzendő – „Egészségügyi nyilatkozat és vizsgálati adatok” könyv szükséges.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem a balesetek, inhalációs expozíció megelőzésére, megfelelő élelmiszer tárolás, minőségbiztosítás (HACCP).

Védőeszköz: munkaruha szükséges.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: e foglalkozás egyes részfeladatainak elvégzésére, mozgásukban és hallásukban korlátozott munkavállalók alkalmazhatók. Fontos, hogy a tevékenységet nem megváltozott munkaképességű munkatárssal végezzék, figyelemmel a megmaradt funkciókra (például a hallórendszer minőségére).

Munkahelyi adaptáció: a fizikai akadálymentesítésen (rámpák, közlekedő utak, kapaszkodók stb.) túl, a hallássérült munkavállalók esetében szükséges a jó szájról olvasási képesség, a vizuális szemléltetés, a jelnyelv egyes elemeinek ismerete. Amennyiben konyhai gépet használ, legyenek olyan jelzések (fény), amelyek a meghibásodást közvetítik számára.

Villamos gépek és készülékek műszerésze, javítója – FEOR-08 7341

A foglalkozás rövid leírása: meghatározott előírások szerint elektromos, elektronikus, távközlési és ügyvitel-technikai készülékek (pl.: fénymásoló, számítógép, fax, pénztárgép), berendezések és műszerek bemérését, javítását és karbantartását végzi. Feladatkörébe tartozhat még különféle elektromos gépek és motorok, generátorok, kapcsoló és vezérlő berendezések, műszerek, elektromos alkatrészei, kapcsolódó berendezések, háztartási készülékek, ipari gépek és egyéb készülékek szerelése, beállítása és javítása.

Betölthető munkakörök: akkumulátor-javító és kezelő, autóelektronikai műszerész, automatikai műszerész, autóvillamossági szerelő, bányaelektro-lakatos, bányamentő műszerész, biztosítóberendezés műszerész, elektrolakatos, elektromechanikai műszerész, elektromos gép- és készülékszerelő, elektronikai műszerész, elektronikus műszer és készülékjavító, elektronikus vagyonvédelmirendszer-szerelő, erősáramú berendezésszerelő, gépjárműriasztó-szerelő, háztartás-elektronikai műszerész, háztartásigép-szerelő, híradástechnikai műszerész, ipari- és kereskedelmi hűtőgép-szerelő, kábelkészítő, kötőtpályásjármű-elektronikai műszerész, kötőtpályásjármű-villamossági szerelő, közlekedésautomatikai műszerész, mechatronikai műszerész, mechatronikai szerelő, orvoselektronikai műszerész, repülőgép műszerész (rádió és lokátor műszerész), távközlőberendezés műszerész, transzformátorkészítő, ügyvitel-technikai műszerész, vasúti villamos jármű szerelője, villamosgép- és készülékszerelő, villamosgép-tekerceselő és szerelő, villamosművi fogyasztásmérő-javító és -szabályozó, villamossági szerelő

Készségek és kompetenciák: a műszerész munkájában az összerendezett mozgások közül kiemelt jelentőségű a szem-kéz koordináció. Fontos kompetenciái lehetnek a megbízhatóság, a pontosság, a felelősségérzet.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül, védőeszközök alkalmazásával végzett közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, áramütés, közlekedés). Zaj, UV sugárzás, statikus és változó elektromágneses terek (IARC 2B lehetséges rákkeltő), porok, kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Biológiai kórokok károsító hatása lehetséges. Több ágazati tevékenység, alkalmazott kémiai anyagok (forrasztás, kolofónium, fémek) daganatok, szív- érrendszeri, idegrendszeri, bőrbetegségek kialakulásának kockázatát növelik. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza.

Lehetséges kórokok: fizikai, biológiai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Képernyős munkahelyek kockázata, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyek a jó látást vagy ép színlátást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését befolyásolják.

Korlátozzák a tartós ülőmunkát nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás ellen ajánlható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, biológiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiség, berendezések, gépek, eszközök tervezése).

Védőeszközök: védőruha, arc, szem és fejvédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: megfelelő munkaszervezéssel, a fogyatékos-ság minőségének és a megmaradt funkcióképességnek megfelelően hallás- és mozgássérültek is elláthatnak műszerési feladatokat, amennyiben előképzettségük ezt biztosítja. Figyelembe kell venni, hogy a foglalkozáson belül nem minden munkakör betöltésére alkalmasak, ezért elsősorban a helyhez kötött feladatok elvégzése ajánlott.

Munkahelyi adaptáció: az előírt védőeszközök mellett a fizikai akadálymentesítés meghatározó elemei közé tartozik a vízszintes és függőleges akadályok leküzdése. A megfelelően kialakított szerelőpadok, esetlegesen a szerszámok ergonómikus átalakítása. Az infokommunikációs eszközök tekintetében a hallássérült munkavállalók számára hallókészülék, hallólórok, egyértelmű írásos kommunikáció szükséges.

Villamosipari technikus (elektronikai technikus) – FEOR-08 3122

A foglalkozás rövid leírása: az elektronikai technikus elektronikus berendezések tervezésével, gyártásával, összeszerelésével, építésével, üzemeltetésével, karbantartásával és javításával összefüggő műszaki jellegű kisegítő feladatokat lát el. Munkájához tartozik a segítségnyújtása elektronikus rendszerek tervezésében, fejlesztésében, üzembehelyezésében, kezelésében és karbantartásában.

Betölthető munkakörök: gyengeáramú villamosipari technikus, jármű-elektronikai technikus, jelzőberendezés-technikus, koncert-fénytechnikus, koncert-színpadtechnikus, mérő-technikus (közműépítés), világítási technikus, villamosgép- és készülékgyártó technikus, villamosgép és villamosberendezési technikus, villamossági műszerezési technikus

Készségek és kompetenciák: a villamosipari (elektronikai) technikus számára kiemelt fontosságú a fokozott figyelem és koncentráció képesség. Fontos a kapcsolatteremtő készség. A foglalkozásokon belül egyes területeken jelentős képesség a szín- és térlátás. Külső szerelési munkáknál meghatározó lehet a fizikai állóképesség.

A foglalkozás jellege: ülő és álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül és kívül védőeszközök alkalmazásával végzett szellemi és közepesen nehéz fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, áramütés, közlekedés). Kedvezőtlen klimatikus viszonyok, hőérzeti diszkomfort. Zaj, UV sugárzás, statikus és változó elektromágneses terek, porok, kémiai anyagok egészségkárosító hatása. Több ágazati tevékenység, alkalmazott kémiai anyagok és a statikus és változó elektromágneses terek (IARC 2B, lehetséges rákkeltő) daganatok, szív- érrendszeri, idegrendszeri, bőr, gyomor-bélrendszeri, immun, endokrin, vese-megbetegedések kialakulásának kockázatát növelik. A képernyős munkavégzés okozta, szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. Az ágazatban, egyes vizsgálatokban gyakrabban találták az agy-, az emlő-, a tüdő-, a bőrdaganatok és a vérképzőrendszeri daganatok gyakoriságát. A villanyszerelők között a herezacskó daganat és a vérképzési zavar okozta vérszegénység gyakoribb. A magasfeszültségű távvezetékek és a rádiótelefon bázisállomások környezetében a gyermekkori leukémiák előfordulásának gyakoriságát egyes megfigyelések fokozottabbnak találták. A megfigyelések azonban nem egyértelműek. Az IARC az extrém alacsony frekvenciájú elektromágneses tereket, a mobil telefonokat 2B, lehetséges rákkeltő kategóriába sorolja. Más szervezetek a daganatos kockázatot elhanyagolhatónak tartják.

Lehetséges kórokok: fizikai, kémiai kóroki tényezőkkel történő expozíció. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők

Kizáróak a jó látást vagy ép színlátást vagy fokozott figyelmet igénylő munka végzését nehezítő betegségek és/vagy állapotok.

Korlátozzák a jó egyensúlyérzést befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Fokozott baleseti kockázatot jelentenek azon betegségek és/vagy állapotok, amelyekben az ép hallás vagy fokozott balesetveszéllyel járó vagy szabadban vagy képernyő előtt végzett munka nem javasolt.

Prevenációs előírások és javaslatok

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stresszkezelés) javasolt egészségfejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbetegedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Hallásvizsgálat, szemészeti, EKG, mellkasröntgen, laboratóriumi vizsgálatok szükségesek.

Védőoltások: tetanusz, szezonális influenza, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás javasolt.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai, ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, berendezések, gépek, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtés, fűtés tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: védőruha, arc-, szem- és fejevédelem, védőkesztyű, védőlábbeli, zajvédelem szükségesek.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a foglalkozás és a kapcsolható munkakörök egyéni specifikációja alapján a mozgás-, látás- és hallássérültek, munkavállalók is alkalmassak lehetnek a munkafolyamatok jelentős részének elvégzésére. Számukra a munkafeladatok kijelölése függ az egészségkárosodás mértékétől a megmaradt funkcióképességtől.

Munkahelyi adaptáció: a foglalkozáshoz kapcsolódó kötelezően előírt védőeszközök mellett, gondoskodni kell az egyéni szükségletnek megfelelő fizikai akadálymentesítésről (pl.: rámpák, szociális helyiségek, liftek, bútorzat, taktilis jelzések látássérültek részére stb.). Az infokommunikációs akadálymentesítésről (Braille feliratok, beszélő lift, képernyőolvasó, indukciós hurok hallássérülteknek stb.). E mellett a speciálisan kialakított IT eszközökről (pl.: érintő képernyő, software támogatás, lapbeolvasó stb.).

A foglalkozás rövid leírása: a webrendszer-technikus internetes és intranetes weboldalakat, valamint a hozzájuk tartozó szerverháttér hardver- és szoftverkomponenseit üzemelteti, felügyeli, hibáit hárítja el. Az internetes és intranetes weblapokat karbantartja.

Betölthető munkakörök: hálózati informatikus (webmester), internet koordinátor, internet operátor, internet specialista, internetfejlesztő, intranet specialista, webmenedzser, webmester/felügyelő, weboldal adminisztrátor, weboldal technikus

Készségek és kompetenciák: az informatikai foglalkozások magukban foglalják a matematikai készségeket, a rendszerszemléletet és a rendszerezést, a modellalkotást, a kommunikációértékelést.

A foglalkozás jellege: ülő, álló, alkalmanként kényszertesthelyzetben, épületen belül folytatott szellemi és könnyű vagy közepes nehézségű fizikai munka.

A foglalkozás egészségre gyakorolt hatása: baleseti egészségkárosodás (esés, sérülés, áramütés, közlekedés) lehetősége. A statikus és változó elektromágneses terek egészségkárosító hatása. Zaj egészségkárosító hatása (szerver) lehetséges. Az elektromágneses sugárzás (IARC 2B lehetséges rákkeltő besorolás) daganatok és szív- érrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázatát növeli. Az éjszakai műszak (IARC 2A valószínűleg rákkeltő) daganatok és szív- érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát fokozza. A képernyős munkavégzés okozta szemet, a váz- és izomrendszert érintő terhelések. Számítógépfüggőség kockázata. Megfelelő fizikai aktivitás hiánya esetén a szív- érrendszeri és daganatos betegségek, elhízás, anyagcserezavarok, cukorbetegség kialakulásának kockázata fokozódik.

Lehetséges kórokok: zaj, nem ionizáló sugárzás expozíció. Képernyős munkahelyek kockázatai, ergonómiai, pszichés, pszichoszociális kóroki tényezők és pszichés megterhelés hatása.

Kizáró, korlátozó okok és tényezők:

Kizáróak olyan betegségek és/vagy állapotok, amelyekben képernyő előtti vagy fokozott figyelmet igénylő vagy tartós ülőmunka nem végezhető.

Korlátozzák a jó látást befolyásoló betegségek és/vagy állapotok.

Prevenációs előírások és javaslatok

A munkáltató kötelessége felmérni és értékelni a képernyő előtti munkavégzés kockázatait. Munkáltatói kötelezettség biztosítani a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzését, valamint az alábbi kockázatok előfordulásának rendszeres vizsgálatát: látásromlást előidéző tényezők, pszichés (mentális) megterhelés, fizikai állapotromlást előidéző tényezők.

A munkáltató köteles a munkafolyamatokat úgy megszervezni, hogy a folyamatos munkavégzést óránként legalább 10 perces szünetek szakítsák meg és a tényleges munkavégzés összes ideje a napi 6 órát ne haladja meg.

Általános megelőzési stratégia, egészséges életmód tartása (dohányzás kerülése, testtömeg, has körfogat, BMI optimális szinten tartása, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges táplálkozás, stressz kezelés) javasolt egészség fejlesztés, szív- és érrendszeri, daganatos megbete-

gedések megelőzése céljából. Ezen betegségek korai felismerését célzó szűrővizsgálatok ajánlottak. Rendszeres szemészeti kontroll szükséges.

Védőoltások: szezonális influenza ellen évente ajánlható, bakteriális tüdőgyulladás elleni védőoltás megfontolható.

Megelőzés: kollektív védelem balesetek, fizikai, kémiai és ergonómiai kockázatok ellen (helyiségek, gépek, berendezések, eszközök, megvilágítás, szellőzés, hűtő/fűtő rendszerek tervezése, kivitelezése, karbantartása).

Védőeszközök: munkaruha, képernyő előtti munkavégzéshez szükséges éleslátást biztosító szemüveg használata.

Fogyatékosági és képességbeli megfelelés: a munkafolyamatok, egyes munkakörök átstrukturálásával látás-, mozgás- és hallássérültek által is elvégezhetők a kapcsolódó munkafeladatok, amelynek függvénye a megmaradt funkcionális képességek együttese. A hallás- és látásvesztés nagysága, illetve a mozgás-akadályozottság minősége más és más munkaköri specifikumokat és technikákat igényel.

Munkahelyi adaptáció: a munkafeltételeket biztosító fizikai és infokommunikációs akadálymentesítést a vonatkozó munkavédelmi előírások szerint kell biztosítani, különös tekintettel a közlekedésre, a munkahasználatban lévő bútorok ergonómiájára. Eszközrendszerét tekintve a látássérültek esetében használatos eszközök lehetnek a speciális beszélőegység, képernyőolvasó programok (JAWS), Braille- kijelzők és nyomtatók, képernyőnagyító programok. Hallássérülteknél CLD-1 kompakt indukciós hurokerősítő, WCAG szabvány szerinti webrendszer, hallókészülékhez kapcsolható adó-vevő készülék. Mozgáskorlátozottak körében alternatív kezelőfelülettel működtethető billentyűzet és speciális egér.

3. Fizikai képességek mérése ErgoScope rendszerrel

A hazai gyakorlatban kiépített ErgoScope vizsgálati rendszer a statikus terhelés és testhelyzet, a dinamikus terhelés, a finommotorika, valamint a szenzormotoros teljesítmény mérésére alkalmazható. A vizsgálati eszköz hárompaneles típusa az egyes paneleken a következő mérési lehetőségeket biztosítja.

Első panel – statikus és dinamikus erő kifejtés.

Vizsgálati lehetőségek: statikus húzás/nyomás, fogantyú húzás/nyomás, statikus nyomás, dinamikus emelés szék- illetve polcmagasságra, láda emelés szék-, illetve polcmagasságra.

Második panel – ülő munkával szembeni tolerancia.

Vizsgálati lehetőségek: marokszorítás jobb/bal, hárompontos fogás ujjal, csukló hajlítás/nyújtás, csukló pronatio/supinatio, tapintás bal/jobb, billentyűzet kezelés bal/jobb/ mindkettő, ceruzahasználat bal/jobb.

Harmadik panel – álló munkával szembeni tolerancia.

Vizsgálati lehetőségek: forgatás szemből/fej felett, kapcsolók használata szemből/fej felett, nyomógombok használata szemből/fej felett, munkabírás: ládamozgatás, golyóválogatás, gurítás, monotonitástűrés: tálcamozgatás, golyóválogatás, tálcarakodás.

A kötet szerzői az EFOP-3.6.1-16-2016-00004 sz. pályázat keretében folytatott kutatásaik során meggyőződtek arról, hogy az ErgoScope vizsgálati rendszer jól alkalmazható a megváltozott munkaképességű személyek fizikai képességeinek vizsgálatában. Éppen ezért a könyv utolsó részében valamennyi ismertetett foglalkozás esetén megadjuk, hogy a rendszer mely panelje tud releváns eredményeket biztosítani a foglalkozásra való alkalmasság megítélésében.

Foglalkozás megnevezése	Első panel	Második panel	Harmadik panel
Adatrögzítő, kódoló FEOR-08 4114		X	X
Adó- és illetékhivatal ügyintéző FEOR-08 3652		X	X
Alkalmazásprogramozó FEOR-08 2144		X	X
Általános irodai adminisztrátor FEOR-08 4112		X	X
Bérelszámoló FEOR-08 4122		X	X
Bolti eladó FEOR-08 5113	X	X	X
Bolti pénztáros, jegypénztáros FEOR-08 5117		X	X
Bőrdíszműves, bőröndös, bőrtermék készítő-javító FEOR-08 7216	X	X	X
Burkoló FEOR-08 7534	X	X	X
Bútorasztalos FEOR-08 7223	X	X	X
Cipész, cipőkészítő, javító FEOR-08 7217	X	X	X
Cukrász FEOR-08 5135	X	X	X
Dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő FEOR-08 6115	X	X	X
Egészségügyi dokumentátor FEOR-08 3322		X	X
Egyéb egyszerű építőipari foglalkozású FEOR-08 9329	X	X	X
Egyszerű erdészeti, vadászati és halászati foglalkozások FEOR-08 9332	X	X	X
Egyszerű ipari foglalkozású FEOR-08 9310	X	X	X
Egyszerű mezőgazdálkodási foglalkozású FEOR-08 9331	X	X	X
Elemző közgazdász FEOR-08 2624		X	X
Építésmérnök FEOR-08 2115		X	X
Erdészeti foglalkozású FEOR-08 6211	X	X	X

Foglalkozás megnevezése	Első panel	Második panel	Harmadik panel
Faesztergályos FEOR-08 7222	X	X	X
Fa-és könnyűipari technikus FEOR-08 3114		X	X
Fakitermelő (favágó) FEOR-08 6212	X	X	X
Famegmunkáló FEOR-08 7221	X	X	X
Festékszóró, fényező FEOR-08 7327	X	X	X
Festő és mázoló FEOR-08 7535	X	X	X
Finommechanikai műszerész FEOR-08 7420		X	X
Fizioterápiás asszisztens, masszőr FEOR-08 3332		X	X
Forgácsoló FEOR-08 7323	X	X	X
Gépészmérnök FEOR-08 2118		X	X
Gépésztechnikus FEOR-08 3116		X	X
Gipszkartonozó, stukkózó FEOR-08 7512	X	X	X
Gyógynövénytermesztő FEOR-08 6116	X	X	X
Gyógyszergyártó gép kezelője FEOR-08 8133	X	X	X
Halászati foglalkozású FEOR-08 6230		X	X
Hivatalsegéd, kézbesítő FEOR-08 9233	X	X	X
Hulladékosztályozó FEOR-08 9212		X	X
Humánpolitikai adminisztrátor FEOR-08 4134		X	X
Informatikai és kommunikációs rendszereket kezelő technikus FEOR-08 3141		X	X
Informatikus és telekommunikációs berendezések műszerésze, javítója FEOR-08 7342		X	X
Intézményi takarító és kisegítő FEOR-08 9112	X		X
Iratkezelő, irattáros FEOR-08 4136		X	X
Járműtakarító FEOR-08 9114		X	X
Jelnyelvi tolmács FEOR-08 3514		x	
Jogász, jogtanácsos FEOR-08 2611		X	
Jogi asszisztens FEOR-08 3642			X
Kalapos, kesztyűs FEOR-08 7213	X	X	
Kályha- és kandallóépítő FEOR-08 7537	X	X	X
Kárpitos FEOR-08 7224	X	X	X
Keramikus FEOR-08 7413	X	X	X
Kerékpár karbantartó, javító FEOR-08 7335	X	X	X
Készlet és anyagnyilvántartó FEOR-08 4131		X	X
Kézi csomagoló FEOR-08 9225	X	X	X
Konyhai kisegítő FEOR-08 9236	X	X	X
Kőfaragó, műköves FEOR-08 7536	X	X	X
Kőműves FEOR-08 7511	X	X	X
Könyvelő (analitikus) FEOR-08 4121		X	X
Könyvkötő FEOR-08 7233		X	X
Könyvtáros, informatikus könyvtáros FEOR-08 2711		X	X
Könyvvizsgáló, könyvelő, könyvszakértő FEOR-08 2513			
Levéltáros FEOR-08 2712		X	
Manikűrös, pedikűrös FEOR-08 5213		X	X
Mechanikaigép-összeszerelő FEOR-08 8211	X	X	X
Minőségbiztosítási technikus FEOR-08 3135		X	X
Műanyagtermék-gyártó gép kezelője FEOR-08 8135	X	X	X
Műsorszóró és audiovizuális technikus FEOR-08 3145		X	X
Műszaki rajzoló, szerkesztő FEOR-08 3136		X	X
Nád- és fűzfeldolgozó, seprű, kefegyártó FEOR-08 7417	X	X	X

Foglalkozás megnevezése	Első panel	Második panel	Harmadik panel
Nyomdai előkészítő FEOR-08 7231	X	X	X
Ortopédiai eszközkészítő FEOR-08 3334	X	X	X
Pék, édesipari termékgyártó FEOR-08 7114	X	X	X
Pénzügyi ügyintéző (a pénzügyi ügyintéző kivételével) FEOR-08 3611		X	X
Pénzügyi, statisztikai, biztosítási adminisztrátor FEOR-08 4123		X	X
Pincér FEOR-08 5132	X	X	X
Portás, telepőr, egyszerű őr FEOR-08 9231	X	X	X
Postai szolgáltató (kézbesítő, válogató) FEOR-08 4135	X	X	X
Pultfeltöltő, árufeltöltő FEOR-08 9224	X	X	X
Rakodómunkás FEOR-08 9223	X	X	X
Rendszerelemző (informatika) FEOR-08 2141		X	X
Rendszergazda FEOR-08 2152		X	X
Szabó, varró FEOR-08 7212	X	X	X
Szakács FEOR-08 5134		X	X
Számítógép-hálózat elemző, üzemeltető FEOR-08 2153		X	X
Számviteli ügyintéző FEOR-08 3614		X	
Szántóföldi-növénytermesztő FEOR-08 6111	X	X	X
Szemétygyűjtő, utcaseprő FEOR-08 9211	X	X	X
Szociális munkás és tanácsadó FEOR-08 2312		X	X
Szociális segítő FEOR-08 3511		X	X
Szőlő-, gyümölcsstermesztő FEOR-08 6114	X	X	X
Szűcs, szőrmefestő FEOR-08 7214	X	X	X
Tejfeldolgozó, tejtermékgyártó FEOR-08 7113	X	X	X
Telefonos (multimédiás) értékesítési ügynök FEOR-08 5123		X	X
Textilműves, hímző, csipkeverő FEOR-08 7418		X	X
Ügyvéd FEOR-08 2615			
Vegyes profilú gazdálkodó FEOR-08 6130	X	X	X
Vendéglős FEOR-08 5131	X	X	X
Villamos gépek és készülékek műszerésze, javítója FEOR-08 7314	X	X	X
Villamosipari technikus (elektronikai technikus) FEOR-08 3122	X	X	X
Webrendszer (hálózati) technikus FEOR-08 3144		X	X

4. Felhasznált forrásmunkák jegyzéke

Szakirodalmi forrásanyagok

1. Bagó I. és mtsai (1997): *Foglalkozások egészségi tényezői*. OMMK. Budapest.
2. Bacsák D. (2020): *Megváltozott munkaképességű személyek nyílt munkaerőpiaci foglalkoztatási helyzete Magyarországon*. MKIK Gazdaság- és Vállalkozáskutató Intézet. Budapest.
3. Brunner P. (szerk. 1998): *Orvosi Útmutató a szakmai és munkaköri alkalmasság véleményezéséhez és a pályaválasztási tanácsadáshoz*. Országos Munka- és Üzemegészségügyi Intézet Ifjúsági Egészségvédelmi Intézete. Budapest.
4. Cseh J. - Pankász B. (2011): *Ergonómiai ismeretek szerepe a foglalkoztatási rehabilitációban*. In: Nemeskéri Zsolt (szerk. 2011): *Munka és egészség. Tanulmányok a foglalkoztatás és az egészségügy határterületeiről egy határmenti régióban*. EDGE 2000 Kiadó. Budapest.
5. Cseh K. - Nemeskéri Zs. - Szellő J. - Tibold A. (2014): *Kézikönyv a foglalkozások egészségi szempontjainak meghatározásához*. Pécsi Tudományegyetem. Pécs.
6. Dávid A. - Móricz R. - Szauer Cs. (2007): *Ígéretes gyakorlatok. Foglalkozási rehabilitációs példák Magyarországon*. Fogyatékosok Esélye Közalapítvány. Budapest.
7. Dávid A. - Gadó M. - Csákvári J. (2008): *Látássérült emberek elemi és foglalkozási rehabilitációja*. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány. Budapest.
8. Ember I. - Kiss I. - Cseh K. (szerk. 2013): *Népegészségügyi Orvostan*. PTE ÁOK. Pécs.
9. Egészségügyi Világszervezet (2004): *FNO. A funkcióképesség, fogyatékoság és egészség nemzetközi osztályozása*. Egészségügyi, Szociális és Családügyi Minisztérium, Országos Egészségbiztosítási Pénztár, Medicina, Budapest. [=World Health Organization (2001). ICF. International classification of functioning, disability and health. WHO, Geneva. <http://www3.who.int/icf/icftemplate.cfm>]
10. Jásper É. - Kanizsai-Nagy I. (2011): *Autizmus-specifikus támogatott foglalkoztatás*. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány. Budapest.
11. Klein B. - Klein S. - Zentai A. (2015): *Célcsoport-specifikus felmérő eszközök gyűjteménye*. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft, Budapest.
12. *Módszertani segédlet a megváltozott munkaképességű munkavállalókat foglalkoztató munkáltatók akadálymentesítési előírásaihoz*. Budapest Főváros Kormányhivatala.
13. Nagy P. (szerk. 2010): *Autizmussal élő személyek a nyílt munkaerő-piacon? Autizmussal élők foglalkoztatással kapcsolatos tapasztalatai és lehetőségei Magyarországon*. Autisták Országos Szövetsége – Jelenkutató Alapítvány. Budapest.
14. Nagy Z. (2015): *Van-e út a munkába? A fogyatékos és megváltozott munkaképességű emberek munkaerőpiaci reintegrációjának esélyei*. Doktori értekezés. Budapesti Corvinus Egyetem, 2015. http://phd.lib.uni-corvinus.hu/860/1/Nagy_Zita.pdf
15. Pandula A. és mtsai (2007): *Tervezési segédlet az akadálymentes épített környezet megvalósításához*. VÁTI Kht. Budapest.
16. Pandula A. (szerk. 2015): *Segédlet a közszolgáltatásokhoz és egyéb szolgáltatásokhoz való egyenlő esélyű hozzáférés megteremtéséhez*. Komplex akadálymentesítés. Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft. Budapest.
17. Sebők M. (szerk. 2018): *A munka világa a 21. század elején. Foglalkoztatáspolitikai és munkaerőpiaci kézikönyv*. Saxum Kiadó Budapest.
18. *Siketek a munka világában. Kézikönyv a hallássérültekről iskoláknak, munkáltatóknak, mindenkinek*. Munka-Kör Alapítvány a Hallássérültekért. Budapest. 2017.

19. Szellő J. (2020): *Biomedical Engineering lehetőségei, eszközei a foglalkozási rehabilitációban és a munka világában*. Pécsi Tudományegyetem, kézirat.
20. Szellő J. (2009): *A foglalkozási rehabilitáció elmélete és gyakorlata, jegyzet*. ELTE BGGYK. Budapest.
21. *Személyes kompetenciák és szakmák (munkakörök) kritériumainak összehangolását biztosító rendszer*. Gyakorlati kézikönyv a megváltozott munkaképességű ügyfelek számára a szolgáltatást nyújtók részére. SVI Consulting Bt. 2011
22. Zádori I. (szerk. 2016): *Alternatív munkaerőpiac: fejezetek munkatudományi, munkaerőpiaci kutatásokból 2008–2015*. PTE Kultúratudományi, Pedagógusképző és Vidékfejlesztési Kar. Pécs.

Internetes források és adatbázisok

A kiválasztás és feldolgozás alapját képező adatbázisok:

1. Piarista Kilátó Központ foglalkozás leírások adatbázisa.
<https://www.kilato.piarista.hu/modszertani-anyagok/foglalkozas-leirasok/>
2. Workforce rehabilitációs foglalkoztatási adatbázis. <https://workforce.hu/munkaadoknak/megvaltozott-munkakepessegu-dolgozok/>
3. Munkaerőpiacon Maradás Egyesület munkalehetőségek adatbázisa megváltozott munkaképességű munkavállalók számára. <https://mpme.hu/allaslehetosegek/>
4. HÍD és SNI szakmai tantervi adaptációk. NSZFH.
5. EMMI Foglalkozási Rehabilitációs Főosztálytól megkapott NAV FEOR főcsoportok szerinti adatok (2020. november)

További felhasznált honlapok:

1. Autisták Országos Szövetsége, <https://aosz.hu/>
2. Beszédhibások és Segítőik Országos Érdekvédelmi Egyesülete,
<http://demoszthenesz.hu/>
3. Értelmi Fogyatékosággal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetsége,
<https://efoesz.hu/>
4. Down Alapítvány, <https://www.downalapitvany.hu/>
5. Központi Statisztikai Hivatal, <http://www.ksh.hu/>
6. Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége, <https://www.mvgyosz.hu/>
7. Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége, <http://www.meosz.hu/>
8. Nemzeti Fogyatékoságügyi- és Szociálpolitikai Központ Közhasznú Nonprofit Kft.
<https://fszk.hu/>
9. Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége, <https://sinosz.hu/>

5. Foglalkozások mutatója FEOR szerinti sorrendben

FEOR-08 2115 Építészmérnök	50
FEOR-08 2118 Gépészmérnök	72
FEOR-08 2141 Rendszerelemző (informatikai).....	170
FEOR-08 2144 Alkalmazásprogramozó	16
FEOR-08 2152 Rendszergazda	172
FEOR-08 2153 Számítógép-hálózati elemző, üzemeltető.....	178
FEOR-08 2312 Szociális munkás és tanácsadó.....	186
FEOR-08 2513 Könyvvizsgáló, könyvelő, könyvszakértő	132
FEOR-08 2611 Jogász, jogtanácsos	102
FEOR-08 2615 Ügyvéd.....	200
FEOR-08 2624 Elemző közgazdász.....	48
FEOR-08 2711 Könyvtáros, informatikus könyvtáros.....	130
FEOR-08 2712 Levéltáros.....	134
FEOR-08 3114 Fa- és könnyűipari technikus	56
FEOR-08 3116 Gépésztechnikus	74
FEOR-08 3122 Villamosipari technikus (elektronikai technikus)	208
FEOR-08 3135 Minőségbiztosítási technikus	140
FEOR-08 3136 Műszaki rajzoló, szerkesztő.....	146
FEOR-08 3141 Informatikai és kommunikációs rendszereket kezelő technikus.....	90
FEOR-08 3144 Webrendszer- (hálózati) technikus	210
FEOR-08 3145 Műsorszóró és audiovizuális technikus	144
FEOR-08 3322 Egészségügyi dokumentátor	38
FEOR-08 3332 Fizioterápiás asszisztens, masször	68
FEOR-08 3334 Ortopédiai eszközkészítő	152
FEOR-08 3511 Szociális segítő	188
FEOR-08 3514 Jelnyelvi tolmács.....	100
FEOR-08 3611 Pénzügyi ügyintéző (a pénzügyi intézeti ügyintéző kivételével).....	156
FEOR-08 3614 Számviteli ügyintéző.....	180
FEOR-08 3642 Jogi asszisztens	104
FEOR-08 3652 Adó- és illetékhivatali ügyintéző	14
FEOR-08 4112 Általános irodai adminisztrátor.....	18
FEOR-08 4114 Adatrögzítő, kódoló	12
FEOR-08 4121 Könyvelő (analitikus).....	126
FEOR-08 4122 Bérelszámloló	20
FEOR-08 4123 Pénzügyi, statisztikai, biztosítási adminisztrátor	158
FEOR-08 4131 Készlet- és anyagnyilvántartó	116
FEOR-08 4134 Humánpolitikai adminisztrátor	88
FEOR-08 4135 Postai szolgáltató (kézbesítő, válogató).....	164
FEOR-08 4136 Iratkezelő, irattáros	96
FEOR-08 5113 Bolti eladó.....	22
FEOR-08 5117 Bolti pénztáros, jegypénztáros	24
FEOR-08 5123 Telefonos (multimédiás) értékesítési ügynök	196
FEOR-08 5131 Vendéglős	204
FEOR-08 5132 Pincér	160
FEOR-08 5134 Szakács.....	176
FEOR-08 5135 Cukrász	34
FEOR-08 5213 Manikűrös, pedikűrös	136
FEOR-08 6111 Szántóföldi-növénytermesztő	182
FEOR-08 6114 Szőlő-, gyümölcstermesztő	190

FEOR-08 6115 Dísznövény-, virág- és faiskolai kertész, csemetenevelő.....	36
FEOR-08 6116 Gyógynövénytermesztő	78
FEOR-08 6130 Vegyes profilú gazdálkodó	202
FEOR-08 6211 Erdészeti foglalkozású	52
FEOR-08 6212 Fakitermelő (favágó).....	58
FEOR-08 6230 Halászati foglalkozású	82
FEOR-08 7113 Tejfeldolgozó, tejtermékgyártó.....	194
FEOR-08 7114 Pék, édesiparitermék-gyártó	154
FEOR-08 7212 Szabó, varró	174
FEOR-08 7213 Kalapos, kesztyűs.....	106
FEOR-08 7214 Szűcs, szőrmefestő.....	192
FEOR-08 7216 Bőrdíszműves, bőröndös, bőrtermék készítő, -javító.....	26
FEOR-08 7217 Cipész, cipőkészítő, -javító	32
FEOR-08 7221 Famegmunkáló.....	60
FEOR-08 7222 Faesztergályos.....	54
FEOR-08 7223 Bútorasztalos.....	30
FEOR-08 7224 Kárpitos.....	110
FEOR-08 7231 Nyomdai előkészítő	150
FEOR-08 7233 Könyvkötő	128
FEOR-08 7323 Forgácsoló.....	70
FEOR-08 7327 Festékszóró, fényező.....	62
FEOR-08 7335 Kerékpár-karbantartó, -javító.....	114
FEOR-08 7341 Villamos gépek és készülékek műszerésze, javítója.....	206
FEOR-08 7342 Informatikai és telekom. berendezések műszerésze, javítója	92
FEOR-08 7413 Keramikus	112
FEOR-08 7417 Nád- és fűzfeldolgozó, seprű-, kefégyártó.....	148
FEOR-08 7418 Textilműves, hímző, csipkeverő	198
FEOR-08 7420 Finommechanikai műszerész	66
FEOR-08 7511 Kőműves	124
FEOR-08 7512 Gipszkartonozó, stukkózó.....	76
FEOR-08 7534 Burkoló	28
FEOR-08 7535 Festő és mázoló.....	64
FEOR-08 7536 Kőfaragó, mőköves.....	122
FEOR-08 7537 Kályha- és kandallóépítő	108
FEOR-08 8133 Gyógyszergyártó gép kezelője.....	80
FEOR-08 8135 Műanyagtermék-gyártó gép kezelője.....	142
FEOR-08 8211 Mechanikaigép-összeszerelő	138
FEOR-08 9112 Intézményi takarító és kisegítő	94
FEOR-08 9114 Járműtakarító	98
FEOR-08 9211 Szemétgyűjtő, utcaseprő	184
FEOR-08 9212 Hulladékosztályozó.....	86
FEOR-08 9223 Rakodómunkás.....	168
FEOR-08 9224 Pultfeltöltő, árufeltöltő.....	166
FEOR-08 9225 Kézi csomagoló.....	118
FEOR-08 9231 Portás, telepőr, egyszerű őr.....	162
FEOR-08 9233 Hivatalsegéd, kézbesítő	84
FEOR-08 9236 Konyhai kisegítő	120
FEOR-08 9310 Egyszerű ipari foglalkozású.....	44
FEOR-08 9329 Egyéb egyszerű építőipari foglalkozású	40
FEOR-08 9331 Egyszerű mezőgazdasági foglalkozású.....	46
FEOR-08 9332 Egyszerű erdészeti, vadászati és halászati foglalkozások.....	42

