

Práce specifických skupin osob

Zvlášť ohrožení zaměstnanci (starší pracovníci, mladiství, ženy včetně těhotných a kojících) **vyžadují zvláštní pozornost odborníků pro bezpečnost a ochranu zdraví při práci.** Z tohoto důvodu by měly být zvláštnosti daných skupin příslušně zohledněny ve vzdělávání těchto odborníků. Práce a pracoviště, které jsou zakázány těhotným ženám, kojícím ženám, matkám do konce devátého měsíce po porodu a mladistvým, a podmínky, za nichž mohou mladiství výjimečně tyto práce konat z důvodu přípravy na povolání, jsou uvedeny ve **vyhlášce č. 288** z roku 2003^[1].

Ženy včetně těhotných a kojících

Mezi mužem a ženou existují geneticky a hormonálně podmíněné rozdíly. Žena disponuje menší svalovou hmotou, a tím v průměru nižší muskulární výkonností. Vzhledem k tomu, že dnes většina pracovišť vyžaduje pouze lehké svalové zatížení, nepředstavuje nižší tělesná výkonnost žen žádné znevýhodnění žen ve výdělečné práci. Práce s vyšším podílem těžkých tělesných prací by však ženy zpravidla vykonávat neměly. Je nutno dodržovat i mezní hodnoty zátěží při zvedání a nošení: při příležitostném zvedání a nošení by nemělo být překročeno 15 kg a v častějších případech 10 kg.

Pro těhotné ženy a kojící matky platí vedle ochrany proti výpovědi zvláštní ochranná ustanovení, omezení a zákazy zaměstnávání. Těhotné ženy a kojící matky nesmí být zaměstnávány pracemi s

- chemickými škodlivinami
- biologickými škodlivinami
- fyzikálními škodlivými faktory

Kromě toho existuje pro těhotné a kojící zákaz:

- prací v hornictví pod zemí,
- veškerých tělesně těžkých prací,
- práce v akordu, jakož i práce na běžícím pásu s předepsaným pracovním tempem,
- přesčasové práce
- noční (mezi 20.00 a 6.00 hodinou) a nedělní práce (s některými výjimkami), (po dovršení 5. měsíce těhotenství) práce trvale vestoje, pokud zaměstnání překračuje 4 hodiny denně,
- prací, při nichž je vyžadováno časté natahování nebo ohýbání nebo trvalý dřep nebo skloněná pozice, obsluhování přístrojů a strojů všeho druhu s vysokým zatížením chodidel, zvláště s nožním pohonem,
- prací, při nichž je žena v důsledku těhotenství ve zvýšené míře vystavena nebezpečí onemocnění nemocí z povolání nebo při nichž vzhledem k riziku vzniku nemoci z povolání existuje zvýšené ohrožení pro budoucí matku nebo nebezpečí pro plod, příp. embryo,
- prací na dopravních prostředcích (po dovršení 3. měsíce těhotenství),
- prací se zvýšeným nebezpečím úrazu, zvláště pádu nebo zřícení.

V souladu s nařízením o škodlivinách je kromě toho třeba příslušné pracovnice při zacházení s teratogenními, mutagenními nebo kancerogenními škodlivinami pravidelně poučovat o omezeních v zaměstnání a možných nebezpečích pro těhotné a kojící.

Mladiství

Zákon o ochraně mládeže předpisuje vedle speciálních lékařských prohlídek a prohlídek v rámci ochrany práce mladistvých zvláštní omezení až k zákazu zaměstnávání mladistvých. Pro děti platí všeobecný zákaz zaměstnávání kromě několika výjimek. Dítě ve smyslu zákona je ten, kdo ještě nedokončil 15 let věku nebo je školou povinný. Mladiství jsou všichni, jimž již bylo 15, ale ještě ne 18 let. Nejdůležitější omezení a zákazy zaměstnávání mladistvých podle zákona jsou:

- pracovní doba: ne více než 8 hodin denně, příp. ne více než 40 hodin týdně;
- dodržování přestávek; nejvýše 4 ½ hodiny bez přestávky, její délka nejméně 15 minut;
- záruka nepřerušené doby volna nejméně 12 hodin;
- zákaz noční práce a práce v neděli a o svátcích;
- zákaz práce v akordu.

Žádné práce:

- které překračují jejich fyzickou a psychickou výkonnost;
- při nichž jsou vystaveni mravnostnímu nebezpečí;
- které jsou spjaté se zvláštním nebezpečím úrazu;
- u nichž je jejich zdraví ohroženo neobvyklým horkem nebo chladem nebo silným vlhkem;
- u nichž jsou vystaveni škodlivým vlivům hluku, otřesů nebo paprsků, škodlivinám ve smyslu zákona o chemikáliích nebo biologickým pracovním látkám.

Mladiství smějí být zásadně zaměstnáváni jen tehdy, jestliže se v posledních 14 měsících ve smyslu nařízení o prohlídkách pro ochranu práce mladistvých podrobili lékařské prohlídce u lékaře podle své volby. U této prohlídky nejde ovšem o zjišťování způsobilosti pro určité profese a činnosti, nýbrž o všeobecné posouzení, není-li zdraví a

vývoj mladistvého ohrožen prováděním určitých prací nebo zaměstnáním.

K zábraně zdravotně podmíněných přerušení profesního vzdělávání, jakož i pozdějšímu odchodu z povolání je třeba bezpodmínečně dbát na zdravotní způsobilost mladistvých pro dané povolání ve smyslu primární prevence. Před volbou povolání by měl proto mladistvý obdržet kompetentní konzultaci z oboru pracovní a sociální medicíny, zvláště tehdy, má-li zdravotní omezení. Lékařská služba Spolkového ústavu pro práci provádí v této souvislosti odpovídající sociálně lékařské posudky a konzultace.

Starší pracovníci

Starší pracovníci jsou často mylně zahrnováni do skupiny se sníženou výkonností a konfrontováni s předsudky, že jsou stále nemocní a častěji mívají pracovní úraz, jejich tělesná i duševní výkonnost je nižší a že jsou proti novinkám. Tento deficitní model starších zaměstnanců je vědecky neúnosný. Starší pracovník není sám o sobě méně výkonný než jeho mladší kolega. Dochází sice k určitým změnám výkonnosti v průběhu let, ty se však nevyznačují pouze snížením schopností a dovedností.

Věkem podmíněné snížení výkonnosti v některých oblastech je plně vyrovnáváno ostatními výkonnostními faktory, přičemž jsou zde ovšem velké individuální rozdíly. Změny v moderním světě práce s posunem podílu tělesné práce ve prospěch duševní a intelektuální je pro starší zaměstnance v zásadě příznivý. Zatím co před 100 lety bylo ještě u 80 % pracovních míst vykonávála těžká tělesná práce, je to nyní už pouze cca 5 %. Více než 80 % dnešních pracovišť vyžadují výlučně lehkou tělesnou práci, kterou mohou bez problémů zastat i starší pracovníci.

Lze pozorovat další **věkově podmíněné fyziologické a psychologické změny**:

▪ Vytrvalá výkonnost

Vytrvalá výkonnost, měřeno na maximálním příjmu kyslíku, se po 40. roce života pozvolna snižuje, přičemž tento proces může být pravidelným tělesným cvičením dlouho kompenzován. Tělesná práce je vynikajícím prostředkem, jak bránit stářím podmíněným kardiopulmonálním involučním procesům. Zvláště problematickou je u stárnoucího zaměstnance v této souvislosti předčasná ztráta pracovního místa. Každodenní několikahodinový trénink náhle odpadne a příslušné adaptační mechanismy se brzy ztrácejí. „Kdo chvíli stál, již stojí opodál.“ Schopnosti a dovednosti, které leží ladem, se během doby snižují.

▪ Opěrný a pohybový aparát

Svalová síla se od 30 do 65 let snižuje v průměru o cca 30 %. I zde platí, že se tyto věkem podmíněné involuční jevy mohou minimalizovat pravidelným cvičením. Opěrný a pohybový aparát vykazuje se vzrůstajícím věkem degenerativní změny, občas i sníženou zatížitelnost, způsobenou osteoporózou. Přesto nejsou cca v 80 % případů příčiny bolestivosti zad způsobeny páteří, nýbrž mají častější psychosociální příčiny. Problémy a starosti, např. i strach ze ztráty zaměstnání a z toho, že starší člověk se nevyrovná s novými požadavky tak jako jeho mladší kolega, vedou k přepětí muskulatury zad a šíje, které podmíní páteřní obtíže.

▪ Smyslové orgány

V procesu stárnutí se snižuje zrak i sluch. Jedno i druhé lze však zpravidla velmi dobře kompenzovat pomůckami (brýle, příp. sluchadlo). Důležité je rovněž dobré osvětlení pracoviště. Starší zrak potřebuje více světla. Často je horší zrak a sluch příčinou toho, že je starší pracovník při zavádění novinek v pracovním procesu horší než mladí kolegové, což se mylně vysvětluje stářím podmíněnou sníženou mentální výkonností.

▪ Psychomentální výkonnost

Na rozdíl od fyzické výkonnosti, jakož i zraku a sluchu, zůstává psychomentální, příp. intelektuální výkonnost, daleko přes 50. rok věku na stabilní úrovni. Samozřejmě to vyžaduje i zde denní trénink. Výdělečná činnost se stále novými požadavky k tomu poskytuje zpravidla optimální podmínky. Vědecké výzkumy jednoznačně ukázaly, že i na inovativních pracovištích dokážou starší pracovníci držet krok. S přibývajícím věkem lze dokonce zjistit vzrůstající schopnosti ohledně psychomentální výkonnosti.

Často se starším pracovníkům automaticky připisuje častá nemocností podmíněná absence. Toto není paušálně správné. Co se týče pracovní neschopnosti, mají ji starší dokonce nižší než ti mladí. Délka pracovní neschopnosti při jednom případě nemoci se ovšem výrazně zvyšuje. Zatím co u osoby mladší 20 let je to průměrně šest dní, u osoby nad 50 let je to cca 23 dny.

Co se týče četnosti úrazů, u starších pracovníků se dokonce lehce snižuje. Zatím co však mladší mívají úraz pro nepozornost, nezkušenost a riskování, u starších jsou úrazy způsobeny častěji snižující se reakcí a zpomaleným vnímáním.

Změněný aspekt pracovní kapacity	Preventivní opatření
Zhoršené vidění	Silnější osvětlení pracoviště, kontrast panelů, pracovní brýle přizpůsobené druhu práce, práce bez potřeby změny ohniska.
Zhoršený sluch	Zřetelné zvukové signály a hlasová komunikace.
Zhoršená krátkodobá paměť	Potřebné informace převezmou elektronická zařízení.
Potíže s absorbováním informací sdělovaných několika informačními kanály	Zjednodušení pracovního procesu.
Snížené intuitivní chápání	Vnášení větší rutiny opakování do pracovního procesu.
Snížená schopnost práce při rychlém tempu strojových zařízení (pásová výroba)	Přizpůsobování tempa pracovního zařízení možnostem starších pracovníků.
Menší fyzická síla	Omezení nárazové fyzické zátěže a kombinace fyzické námahy ve stoje a přehřátého pracovního prostředí.
Snížená pohyblivost	Vyhýbání se pracovištím s nerovnou podlahou, přepravování těžkých nákladů, chvění obráběných součástí a používaných nástrojů, použití ochranných pomůcek.
Zvýšená potřeba přestávek během pracovní doby	Organizace pracovního času s častějšími přestávkami, samostatná práce, pružná pracovní doba.
Rezistence vůči změnám	Průběžná komunikace s vedením při zavádění změn na pracovišti (individuálním způsobem).

Odkazy

Zdroj

- KOSTOLANSKÝ, Rudolf. *Úprava pracovních podmínek pro starší pracovníky* [online]. Moderní řízení, ©2007. [cit. 2011-10-11]. <<https://www.bozpinfo.cz/uprava-pracovnich-podminek-pro-starsi-pracovniky>>.

Reference

1. ČR. VYHLÁŠKA 288 ze dne 25. srpna 2003, kterou se stanoví práce a pracoviště, které jsou zakázány těhotným ženám, kojícím ženám, matkám do konce devátého měsíce po porodu a mladistvým, a podmínky, za nichž mohou mladiství výjimečně tyto práce konat z důvodu přípravy na povolání. 2003. Dostupné také z URL <<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2003/sb097-03.pdf>>.
2. KOSTOLANSKÝ, Rudolf. *Úprava pracovních podmínek pro starší pracovníky* [online]. Moderní řízení, ©2007. [cit. 2011-10-11]. <<https://www.bozpinfo.cz/uprava-pracovnich-podminek-pro-starsi-pracovniky>>.

Použitá literatura

- UEBERSCHÄR, I a W HEIPERTZ. Besonders schutzwürdige bzw. gefährdete Personengruppen als Themenfeld in der neuen Fachkraftausbildung für Arbeitssicherheit. *Zeitschrift für Arbeitswissenschaft*. 2003, vol. 57, no. 3-4, s. 123-126, ISSN 0340-2444.