


D. 1. 5
PLÁN POV A BOZP

| | | | |
|---|-----------------|--|--|
| Část díla ARCHITEKTONICKO – STAVEBNÍ ŘEŠENÍ | | |  ING. ROMAN KUNC - ARCADEA PROJEKT SMETANOVO NÁBŘEŽÍ 1186 500 02 HRADEC KRÁLOVÉ IČO 72884398 |
| Zodpovědný projektant | Vypracoval | | |
| Ing. Roman Kunc | Ing. Roman Kunc | | |
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|----------|
| Hlavní inženýr projektu | | <div><div>JIKACZ</div><div>Rezidence Šatlava Dlouhá 101-103 Hradec Králové 777 550 375</div></div> | |
| Ing. Jiří Slánský | | | |
| | | | |
| Investor: Středočeský kraj, Zborovská 11, 150 21 Praha 5 | | | |
| Akce | | | |
| SNÍŽENÍ ENERGETICKÉ NÁROČNOSTI OBCHODNÍ AKADEMIE V KOLÍNĚ, KUTNOHORSKÁ Č.P. 41, 280 02 KOLÍN | | | |
| Objekt | | formát | - |
| | | Stupeň PD | RDS |
| | | Datum | 12/2016 |
| | | Měřítko | - |
| Název přílohy | | Číslo přílohy | |
| PLÁN POV A BOZP | | | D. 1. 5. |

Identifikace stavby:**Místo stavby:**

Obchodní akademie v Kolíně
Kutnohorská 41, PSČ 280 02 Kolín

kat. území: Kolín,
pozemek č. 426/1, zastavěná plocha a nádvoří

Stavebník:

Středočeský kraj,
Zborovská 11,
150 21 Praha 5

IČ: 708 91 095
DIČ: CZ 708 91 095

Vlastník objektu, pozemku:

Středočeský kraj,
Zborovská 11,
150 21 Praha 5

IČ: 708 91 095
DIČ: CZ 708 91 095

Zpracovatel dokumentace:

Jika – CZ s.r.o.
Dlouhá 101-103,
500 03 Hradec Králové 3,
IČ: 25917234
DIČ: CZ25917234

Plán POV

a) informace o rozsahu a stavu staveniště, předpokládané úpravy staveniště, jeho oplocení, trvalé deponie a mezideponie, příjezdy a přístupy na staveniště,

Objekt obchodní akademie tvoří komplex budov vzájemně propojených. Hlavní budova je situována podél ulice Kutnohorská, a dále pokračuje směrem do dvorního traktu západním křídlem. Jedná se o nejstarší část objektu školy, která byla postavena v roce 1860.

Na východní straně dvorního traktu bylo v roce 1994 přistavěno další křídlo budovy školy. V roce 1997 byl potom k západnímu křídlu přistavěn jednopodlažní polozapuštěný dvorní objekt šaten. Zatím poslední úpravou byla vestavba učeben do podkroví v roce 2003 a následně navazující stavba tělocvičny v roce 2004.

Pozemek stavby je mírně svažité směrem k severu. Pozemek je zastavěn ze všech čtyř stran budovami školy a tělocvičny. Uprostřed mezi budovami je nádvoří se zpevněnou plochou a zelení. Na hlavní budovu podél ulice Kutnohorská navazují z obou stran sousední objekty.

b) významné sítě technické infrastruktury,

Na pozemku stavby se podle povrchových znaků a předpokladů projektanta nacházejí podzemní inženýrské sítě. S ohledem na druh stavby navržené tímto projektem nebylo investorem pořízeno situační zaměření - neuvažuje se totiž se zásahy do stávajících podzemních inženýrských sítí. Předpokládá se existence zejména těchto sítí na pozemku stavby :

- kanalizace,
- vodovod,
- zemní část hromosvodu
- kabelový rozvod NN, telekomunikační kabely, kabelový rozvod televize,

Pozor: před zahájením jakýchkoli prací je bezpodmínečně třeba požádat správce o vytýčení inženýrských sítí, které mohou být stavbou dotčeny, zejména v místech, kde bude v měkkém terénu používána těžká technika apod.

Budova školy má okolní dvůr se zpevněnou plochou a zatravněním. Hlavní vstup navazuje na přilehlou veřejnou komunikaci.

Projektant nepředpokládá a neuvažuje se strojním prováděním výkopových prací.

Pokud by přece jen musely být realizovány, je nutné v příslušném předpisem stanovených ochranných pásmech prováděny po povolení správce sítě odborně a ručně, a to při použití příslušných technických opatření (např. pažení výkopů). Případné výkopy budou prováděny za použití všech příslušných opatření, předepsaných obecně závaznými předpisy nebo správci komunikací a sítí /tj. např. osvětlení, oplocení, dopravní značení ap./.. Zabezpečení případných výkopů pro stavbu bude předmětem výrobní přípravy dodavatele. Je však nutno provést ochranu stávajících sítí v místech uvažované staveništní dopravy a v místech soustředěného tlaku na podloží např. od zvedacích prostředků nebo od lešení.

c) napojení staveniště na zdroje vody, elektřiny, odvodnění staveniště apod.

Objednatel poskytne zhotoviteli napojovací body pitné vody (v možnostech připojovacího bodu) a elektrické energie (~240V). Zhotovitel zajistí podružné měření spotřeby medií a

tyto spotřeby budou zhotoviteli přeučtovány. Staveniště nebude napojeno na kanalizaci. Zhotovitel zajistí vybavení zařízení staveniště mobilními WC.

d) úpravy z hlediska bezpečnosti a ochrany zdraví třetích osob, včetně nutných úprav pro osoby s omezenou schopností pohybu a orientace,

Staveniště bude oploceno předepsaným způsobem mobilním oplocením (h min 1,8m).

Zhotovitel zajistí zamezení vstupu nepovolaných osob na staveniště, zejména pak dětí.

Harmonogram stavby a zejména hlučné a prašné procesy jako bourání budou před zahájením stavby projednány se zástupci stavebníka a uživatele, existenci podzemních sítí je nutno prokázat vytýčením sítí jejich správci, případně ověřením kopanými sondami, ve schematické situaci nejsou podzemní sítě zakresleny.

Stavební činnost bude probíhat od 07:00 do 19:00 hodin. Vzhledem k charakteru objektu je možné pracovat i SO + NE.

Zhotovitel zajistí, aby nebyly stavbou překračovány jak hlukové, tak prachové hygienické limity.

Mimořádná pozornost bude věnována bezpečnosti a bezkolizovost vstupu osob do objektu. Vstup veřejnosti do objektu bude zajištěn a zabezpečen po celou dobu výstavby. Po celou dobu stavby bude zabezpečen příjezd sanitních a požárních vozidel k objektu.

Zhotovitel zajistí, aby stavbou nebylo ohroženo ani omezeno zdraví, život a majetek třetích osob.

e) uspořádání a bezpečnost staveniště z hlediska ochrany veřejných zájmů,

Stavbou nebudou dotčeny veřejné zájmy.

f) řešení zařízení staveniště včetně využití nových a stávajících objektů,

Zařízení staveniště bude prakticky omezeno na plochu lešení – viz situace, plochu zařízení staveniště buňkou, mobilními WC a volnou skladovací plochu. S využitím stávajících vnitřních proctor objektů je možno uvažovat na základě dohody s uživatelem.

g) popis staveb zařízení staveniště vyžadujících ohlášení,

Stavby zařízení staveniště vyžadující ohlášení se neuvažují.

h) stanovení podmínek pro provádění stavby z hlediska bezpečnosti a ochrany zdraví, plán bezpečnosti a ochrany zdraví při práci na staveništi podle zákona o zajištění dalších podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci,

Po celou dobu stavby budou dodržovány veškeré obecně závazné předpisy a N.v. 591/2006 Sb. o bližších minimálních požadavcích na bezpečnost a ochranu zdraví při práci na staveništích. Zejména bude dbáno ustanovení o bezpečnosti při práci s technickými prostředky, při bouracích pracích, při práci ve výšce, na lešení, při klempířských pracích ap.

V rámci výrobní dokumentace dodavatele budou řešena opatření související s výškou objektu a rozebíráním stavebních materiálů, popř. poškozené původní omítky. Budou dodržena veškerá ochranná pásma inženýrských sítí. Lešení bude z vnější strany opatřeno sítí.

Zhotovitel zajistí vypracování a dodržování plánu bezpečnosti a ochrany zdraví při práci na staveništi podle zákona o zajištění dalších podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.

Osoby na stavbě budou v odpovídající míře vybaveny OOPP.

Po celou dobu stavby bude zajištěn volný přístup a příjezd pro sanitní a hasičská vozidla a osádky.

POZOR : statický návrh a výpočet lešení, technologický postup rozebírání obkladových materiálů a jejich zajištění proti samovolnému posuvu nejsou součástí tohoto projektu, ale jako obvykle musí být součástí výrobní přípravy dodavatele.

POZOR : Projekt neobsahuje opatření, která by byla nutná v případě, že stavba bude rozestavěna v zimním období, přerušena nebo zazimována. Projektant předpokládá, že stavba bude prováděna za podmínek, které její provádění dovolují. V případě, že by z jakýchkoli důvodů byla stavba otevřena před zimním či jinak nevhodným obdobím, je nutno v rámci výrobní přípravy dodavatele navrhnout opatření, která zaručí kvalitu prováděných prací.

POZOR: Stavba a její realizace musí plně respektovat „Požárně bezpečnostní řešení“.

i) podmínky pro ochranu životního prostředí při výstavbě,

Odpady vzniklé na stavbě budou striktně separovány. Přednostně budou odpady předávány oprávněným osobám k recyklaci. O odpadech bude vedena samostatná agenda, která bude společně s kopiemi vážních lístků předána před dokončením stavby stavebníkovi. S materiály na stavbě bude zacházeno hospodárně.

Zhotovitel zodpovídá za dodržování hlukových limitů uvedených v platné legislativě ČR. Hlukové limity musí být dodrženy jak vně, tak uvnitř objektu. Zhotovitel zajistí, aby okolí stavby nebylo negativně ovlivněno prachem. Komunikace znečištěné stavbou budou ihned vyčištěny přičemž nesmí docházet k naplávání bahna a dalších pevných částic do kanalizace. Čištění komunikací musí být zajištěno sběrem.

Dřeviny v rámci zařízení staveniště a na příjezdových trasách budou po dobu výstavby vhodným způsobem chráněny proti poškození a plocha staveniště (včetně příjezdu na staveniště) bude po jeho zrušení uvedena do původního stavu.

Stavba bude vybavena sorpční soupravou pro zachytávání uniklých ropných látek.

Nebezpečné látky a obaly od nich budou skladovány předepsaným způsobem s označením štítky, bezpečnostními a technickými listy.

j) orientační lhůty výstavby a přehled rozhodujících dílčích termínů.

Předpokládané zahájení: 06/2017

Předpokládané dokončení: 09/2017

Plán BOZP

- dle zák. 309/2006Sb. –

A – Všeobecná část

Provozní řád staveniště

Obsah:

1. Všeobecné

2. Organizace staveniště

- 2.1 Zařízení staveniště a jeho zajištění
- 2.2 Zásobování staveniště a odstraňování odpadů, pořádek a čistota
- 2.3 Doprava na staveništi
- 2.4 Osvětlení staveniště
- 2.5 Sanitární zařízení
- 2.6 Požární ochrana
- 2.7 Organizování první pomoci

3. Pravidla koordinace

- 3.1 Porady a jednání
- 3.2 Organizace bezpečnosti práce dodavatele
 - 3.2.1 Poučení zaměstnanců
 - 3.2.2 Přehled opatření k bezpečnosti práce
 - 3.2.3 Hlášení úrazů
 - 3.2.4 Hlášení nebezpečných situací
 - 3.2.5 Hlášení úřadům a vedení stavby, povolení

4. Staveništní požadavky bezpečnosti práce na dodavatele

- 4.1 Zaměstnanci a pracovní čas
- 4.2 Zákazy, omezení, příkazy a odkazy
- 4.3 Zásadní rizikové faktory a ochranná opatření
 - 4.3.1 Padající, řítící se předměty
 - 4.3.2 Pády, zřícení, skluz
 - 4.3.3 Lešení
 - 4.3.4 Pracovní zvedací plošiny, pojízdná lešení
 - 4.3.5 Pohyblivé dopravní a pracovní prostředky (stavební stroje a přístroje)
 - 4.3.6 Doprava břemen - ruční manipulace s břemeny
 - 4.3.7 Nebezpečné látky
 - 4.3.8 Hlučnosti
 - 4.3.9 Elektrické rizikové faktory
 - 4.3.10 Požární a výbušné rizikové faktory
 - 4.3.11 Svářečské práce a řezání plamenem
- 4.4 Osobní ochranné prostředky

5. Pověření subdodavatele

6. Uplatněné předpisy o bezpečnosti práce

1. Všeobecné

Pro všechny pracovníky na staveništi bude závazná budoucím zhotovitelem zpracovaná dokumentace bezpečnosti práce a ochrany zdraví. Dodržování zde uvedených ustanovení bude kontrolováno ze strany odpovědné osoby zhotovitele za účasti stavebního dozoru a

koordinátora pro bezpečnost práce a ochranu zdraví. Všichni zhotovitelé jsou povinni seznámit své zaměstnance působící na staveništi s obsahem dokumentace bezpečnosti práce a ochrany zdraví a prověřovat její dodržování.

Plán bezpečnosti práce a ochrany zdraví

Pro stavbu bude vypracován plán bezpečnosti práce a ochrany zdraví. Tím jsou dokumentovány uplatněná ustanovení k bezpečnosti práce, zejména soubory opatření při zvlášť rizikových pracích, popř. provozních činnostech na staveništi nebo v jeho blízkosti. Údaje uvedené v plánu bezpečnosti práce a ochrany zdraví musí být dodržovány všemi zúčastněnými firmami i jinými osobami samostatně působícími na staveništi.

2. Organizace staveniště

2.1 Zařízení staveniště a jeho zajištění

Zhotovitel provede ve své režii zařízení staveniště na plochách předaných objednatelem. Využití přidělených ploch bude před započítáním prací odsouhlaseno odpovědným zástupcem objednatele a zhotovitelem stavby, popř. koordinátorem. Na staveništi je možný přístup i jeho opuštění pouze označenými přístupy. Zejména budou vyznačeny dopravní plochy a staveništní komunikace. Privátní osobní vozy mohou být odstaveny jen na parkovacích plochách mimo objekt.

Po vyklizení budou použité plochy uvedeny do původního stavu. Pro komunikace v obvodu staveniště platí příslušný silniční zákon a provoz na nich bude zajištěn přechodnou úpravou dopravního značení včetně příslušného povolení.

Zhotovitel rozmístí bezpečnostní a dopravní značky, stávající nesmí měnit nebo neoprávněně odstraňovat žádný účastník výstavby. Pokud vyplývají pro jednotlivá řemesla a subdodávky na staveništi dodatečná bezpečnostní opatření v okruhu odpovědnosti subdodavatele zhotovitele, budou zřízeny na základě dohody se vedením zhotovitele. Umístěné bezpečnostní a dopravní značky (příkazové a zákazové značky) budou dílčími zhotoviteli respektovány a nesmějí být měněny. Každá neoprávněná demontáž bezpečnostních opatření a zařízení bude vyhodnocena a oznámena jako poškozování majetku, každé poškození nebo dopravního značení bude vyhodnoceno jako trestný čin obecného ohrožení, každé nepovolené odstranění stavebních dílů, stavebního materiálu a náradí z prostoru staveniště mimo určené skládky, bude vyhodnoceno a oznámeno jako rozkrádání majetku.

2.2 Zásobování staveniště a odstraňování odpadů, pořádek a čistota

Zajištění el. proudu provádí dle plánu zařízení staveniště zhotovitel z připojovacího bodu určeného objednatelem.

Na hlavním přívodu bude instalován staveništní rozvaděč zhotovitele. Podružný, staveništní rozvod je věcí zhotovitele případně jeho subdodavatelů a provedení musí odpovídat všem platným předpisům..

Zhotovitel používá schválená zařízení a vybavení. Závady na zařízení budou neprodleně nahlášeny nadřízeným a vedení stavby (GD stavby). Elektrická strojní zařízení a provozní prostředky zhotovitelů budou odpovídat platným předpisům, budou udržovány v dokonalém bezpečnostně technickém stavu a v pravidelných intervalech zkoušeny. Budou předloženy doklady o provedení pravidelných revizí rozvodů, přívodů a elektrozařízení.

Základním předpokladem bezpečné a úspěšné práce, je pořádek a čistota na staveništi. Každý zhotovitel má povinnost průběžně provádět úklid. To se týká především volných

únikových, provozních cest a průběžné likvidace stavebního odpadu na staveništi, úklidu montážního a stavebního materiálu, jakož i značení nebezpečných zón. Pokud nelze kompletní pořádek na pracovišti z důvodu technických podmínek zajišťovat průběžně, bude zajištěn neodkladně po dokončení výkonu.

Zhotovitel v rámci svých možností zabraňuje vzniku odpadů. Pokud jeho činností vzniká stavební průběžně jej třídí a odstraňuje. Za odstraňování odpadků je odpovědný subjekt který jej produkuje, pokud s vedením stavby (GD stavby) nebude dohodnut společný způsob likvidace odpadu. Na staveništi je zásadně zakázáno spalovat odpadky. Ostatní odpad a stavební suť jsou tříděny a neodkladně odklizeny. Zhotovitel a jeho subdodavatelé svoji povinnost zákonným způsobem likvidovat odpad dokladují a tyto náklady jsou zahrnuty v ceně díla. Místo pro odpadky bylo odděleno, zakryto a tím byla omezovat prašnost a negativní vliv na okolí staveniště. Je zakázáno vypouštění tekuté látky do výkopů/půdy (např. výplachy z autodomývačů, zbytky betonových a maltových směsí z míchaček, oleje, nátěrové hmoty, apod.). Odpadní vody z čištění provozních prostředků a zařízení je nutné zachytit a zlikvidovat.

2.3 Doprava na staveništi

Vstup a vjezd na staveniště je vzhledem ke stávajícímu stavu objektu omezený. Na vnitřní nádvoří objektu lze vstoupit pouze hlavním vstupem přes vnitřní chodbu – tato komunikace bude označena značením a bude povolena jen za účelem plnění zakázky. Dopravní plochy nesmějí být zkracovány přes stavební nebo montážní pracoviště. Výjimky jsou sjednávány s vedením stavby a koordinátorem. Materiály, stroje a přístroje jsou přiváženy dle odpovídajících pracovních postupů na staveništi. Druhy dodávek, místo nasazení jakož i nakládací a vykládací práce jsou s vedením stavby odsouhlaseny.

Zásadní povinností všech zúčastněných na staveništi je zachovávat únikové a zásahové cesty po celou dobu stavebních činností.

Tyto cesty nesmí být zastavěny a tím zneprůchodněné. Příjezdové cesty pro hasiče, záchranná, policejní a jiná pomocná vozidla budou udržována volná.

2.4 Osvětlení staveništi

Na pracovištích, dopravních, únikových a zásahových cestách, jakož i skladovacích plochách je nutné dodržovat minimální předepsané požadavky pro pracoviště. Dostatečné osvětlení pracoviště si zajišťuje samostatně každý zhotovitel. Za účelem připojení na staveništní rozvod jsou rozmístěny podružné rozvaděče.

2.5 Sanitární zařízení

Plochy pro umístění sanitárního zařízení a ostatních zařízení na staveništi jsou odsouhlaseny s objednatelem. Objednatel stanovil připojovací body pro zásobování vodou, odkanalizování a připojení elektrického zařízení,

2.6 Požární ochrana

Zaměstnanci všech zhotovitelů musí dodržovat všeobecné platné požadavky na zajištění preventivní protipožární ochrany. K provádění svářečských prací, řezání plamenem a podobným postupům na pracovišti se zvýšeným požárním nebezpečím je zapotřebí příkaz k provedení svářečských prací. Součástí je i písemné stanovení bezpečnostních opatření pro předané pracoviště

Bližší podmínky stanovuje směrnice zhotovitele pro práci s otevřeným ohněm a požární řád staveništi. Koordinátor a GD musí být o této pracovní činnosti předem vyrozuměn. Zhotovitel

má pro výkon činnosti se zvýšeným požárním nebezpečím zajistí v rámci svých bezpečnostních opatření dostatečný počet hasících přístrojů. Zhotovitel, jehož zařízení vyvolává zvýšené nebezpečí zásahem blesku, musí provést preventivní opatření ochrany před bleskem.

2.7 Organizování první pomoci

Zhotovitel zajišťuje na staveništi v dostatečném počtu prostředky první pomoci. K tomu patří mezi jiným zpracování plánu první pomoci, vybavení lékárničkou první pomoci o velikosti odpovídající nejvyššímu počtu pracovníků na stavbě a záchranné prostředky dle rozsahu rizikových činností. Zhotovitel ustanoví v dostatečném počtu osoby poučené pro poskytování první pomoci. Tyto osoby pro poskytování první pomoci jsou písemně jmenovány vedením stavby.

3. Pravidla koordinace

. Základem pro úspěšnou koordinaci je včasné a spolehlivé předávání informací mezi jednotlivými subjekty vč. koordinátora BOZP, který je důležitou zárukou bezpečné práce a ochrany zdraví na staveništi. Na základě toho je zhotovitel zavázán koordinátorovi před zahájením své činnosti na stavebním záměru a během provádění svých prací tyto informace předávat.

3.1 Porady a jednání

K realizaci koordinační činnosti v oblasti bezpečnosti práce a ochrany zdraví budou prováděny kontroly dodržování bezpečnostních opatření, kontrolní dny, porady a další jednání. Informace, které se týkají zhotovitele, budou koordinátorem oznámeny během příslušného projednávání stavby. Účast odpovědného zástupce GD a zhotovitelů je povinná. V rámci jednání vedení stavby je povinností každého zhotovitele poskytovat informace o plánovaných činnostech .

3.2 Organizace bezpečnosti práce dodavatele

Soubor opatření bezpečnosti práce zhotovitele, které vyplývají ze zákonných právních předpisů, zůstávají tímto staveništním předpisem nedotčeny. Koordinátor má právo překontrolovat bezpečnostní management zhotovitele v souvislosti s jeho působením na staveništi. Součástí BOZP jsou organizační směrnice zhotovitele k zajištění bezpečnosti práce na staveništi v rozsahu, který se vztahuje k předmětu jeho smluvního závazku.

3.2.1 Poučení zaměstnanců

Každý zhotovitel, před zahájením prací na předaném staveništi a v pravidelných intervalech během své činnosti na stavbě, poučí své zaměstnance i subdodavatele o:

- vzájemných rizikových faktorech na staveništi,
- souborech opatření a navržených opatřeních dle dokumentace BOZP a plánu BOZP na staveništi.
- změnách a doplňcích bezpečnostních opatření během stavební činnosti.

Odpovědný pracovník zhotovitele provede poučení a seznámení svých zaměstnanců, subdodavatelů a jiných osob samostatně působících na staveništi s bezpečnostní dokumentací , plánem BOZP včetně rizik a toto poučení bude písemně potvrzeno.

3.2.2 Přehled opatření k bezpečnosti práce

Zhotovitel zajišťuje a kontroluje dodržování všeobecných, ke stavbě se vztahujících souborů bezpečnostních opatření. Odpovědný pracovník zhotovitele při provádění pravidelných pochůzek na staveništi kontroluje realizaci zákonných a se stavenišťem souvisejícího souborů opatření. Všechny nedostatky budou písemně zápsány do deníku a pořížata opatření k jejich odstranění.

3.2.3 Hlášení úrazů

Každý zhotovitel je povinen neprodleně hlásit vedení stavby (GD stavby) př. koordinátorovi všechny nehody, při kterých dojde k pracovní absenci zaměstnance (úraz podléhající hlášení) nebo vzniknou těžké věcné škody nebo je postižený jiný, na stavebním záměru zúčastněný zhotovitel. Příslušný zhotovitel vyhotoví písemné hlášení o nehodě s pomocí formuláře pro hlášení úrazu. Všeobecná ohlašovací povinnost úrazů inspektorátu bezpečnosti práce a policii ČR zůstává tímto nedotčena. Přijetě soubory bezpečnostních opatření včetně zkušeností, které vyplývají z nehody, jsou neprodleně např. v rámci týdenních porad na stavbě předány všem účastníkům výstavby.

3.2.4 Vzájemná informovanost o rizicích

Před zahájením činností na staveništi, kde působí více zhotovitelů, jsou zhotovitelé povinni se vzájemně písemně informovat o rizicích, které vznikají jejich činnostmi a které mohou ohrozit zaměstnance nebo ostatní osoby působící na staveništi. Nebezpečné situace a práce musí být zaměstnanci a jejich nadřízenými ohlášeny vedení stavby (GD stavby). Pokud se jedná o nebezpečné situace a práce, které vznikají činnostmi jiných zhotovitelů nebo o rizikové faktory, které mohou ohrožovat také zaměstnance jiných zhotovitelů, musí nadřízený toto rovněž neprodleně hlásit koordinátorovi.

3.2.5 Hlášení úřadům a vedení stavby, povolení

Vyžadují-li stanovené činnosti zhotovitele úřední povolení, zhotovitel si o ně včas zažádá. Stavebník a koordinátor budou zhotovitelem informováni o povolení činnosti.

4. Staveništní požadavky na bezpečnost práce dodavatele

4.1 Personální zajištění a pracovní doba

Stavební zakázka bude personální zajištěna zaměstnanci s příslušnou odbornou způsobilostí. Zhotovitel zajistí, aby na pracovištích, na kterých jsou zaměstnanci vystaveni účinkům zákonem stanoveným zdraví škodlivým vlivům, byly tyto činnosti prováděny jen stanovenými osobami, které jsou k tomu způsobilé a sledované preventivní zdravotní péčí. Pracovní doba je zásadně stanovena vedením stavby (GD stavby). Pro práci na staveništi platí ustanovení zákonné úpravy pracovní doby. Činnosti s vyšší hladinou emisí hluku a při pracích vibracemi, je hned začátkem prací odsouhlaseno s vedením stavby (GD stavby) a zadavatelem čas, trvání těchto prací a způsob zajištění proti negativním vlivům na okolní (zejména na sousední objekty). Pracovní doba v případě zatížení okolí staveniště hlukovými emisemi a vibracemi bude upravena samostatným předpisem.

4.2 Zákazy, omezení, příkazy a odkazy

Na staveništi platí zásadně následující zákazy:

- Zákaz alkoholu
- Zákaz parkování osobních vozidel zaměstnanců na staveništi
- Zákaz parkování před bezpečnostními, protipožárními a záchrannými zařízeními, na únikových a zásahových cestách.
- Zákaz kouření v požárně nebezpečném prostoru.

Na staveništi platí zásadně následující příkazy:

- Povinnost nosit pracovní obuv
- Povinnost nosit ochrannou přilbu
- Ochrana před povětrnostními vlivy (pracovní oděv)
- V případě ohrožení dopravním rizikem - reflexní vesta

Zhotovitel má povinnost neprodleně ze staveniště vyloučit své zaměstnance a ostatní osoby na staveništi, u kterých je opodstatněné podezření na požití alkoholu a drog, Zhotovitel (GD stavby) ze staveniště vykáže osoby, které nedodržují předpisy o bezpečnosti práce a ochraně zdraví, nedodržují nebo nedbají stanovených instrukcí.

4.3 Zásadní rizikové faktory a ochranná opatření

4.3.1 Padající, uvolněné předměty

Vykonávané práce nesmí být prováděny současně nad sebou položených místech, pokud není níže ležící pracoviště a komunikace chráněna proti shora padajícím, uvolněným předmětům a materiálu. Z toho důvodu musí být zajištěno stanovení nebezpečné oblasti, její vyznačení, zakrytí, zahrazení, ochranné přístřešky a vyznačení varovnými tabulemi.

4.3.2 Pády,zřízení,skluz

Na všech pracovištích a komunikacích, na kterých vzniká nebezpečí pádu (např. pokud leží výše než 1,50 m nad podlahou) nebo přiléhají k pracovištím s rizikem pádu, musí být zajištěno trvalé zabezpečení proti pádu. Odpovědnou osobou za zajištění bezpečnosti je zásadně původce rizika nebezpečí pádu.

Je zakázáno, zabezpečení proti pádu neoprávněně odstraňovat! Toto platí zejména také pro stanovenou dobu po ukončení hrubých stavebních prací, k zajištění bezpečnosti práce při provádění následných kompletačních prací!

Při změnách pracovních postupů, kdy na přechodnou dobu je nutné bezpečnostní zařízení odstranit, musí být nebezpečné úseky a osoby vykonávající činnost na těchto nebezpečných pracovištích zajištěny jiným vhodnými náhradním bezpečnostním opatřením. Pokud není možné na příslušném pracovišti učinit zajištění proti pádu technickými prostředky, musí zaměstnanci používat osobní ochranné prostředky proti pádu (např. zachycovací sítě, zajišťovací postroje)

4.3.3 Lešení

Odpovědný zhotovitel za lešenářské práce zajišťuje přípravu, kontrolu a odstranění lešení. O realizaci lešení, které odpovídá stanoveným technickým pravidlům vydá předávací protokol, lešení bude označeno dle platných předpisů. Každý zhotovitel, který lešení používá, je povinen před zahájením nebo po přerušení prací zajistit kontrolu zjevných závad lešení. Na lešení bude dodavatelem zhotoven statický návrh, a to včetně návrhu podepření lešení na stávajících střezech.

4.3.4 Pracovní zvedací plošiny, pojízdná lešení

Při použití pracovních zvedacích plošin/pojízdného lešení je třeba dbát na bezpečnou, vhodnou nástupní plochu. Stabilita pojízdného lešení je zajištěna dostatečně poměrem šířky : výšky, nebo dodatečnými vzpěrami. Kola a vzpěry musí být zajištěny proti pohybu.

Pojízdná lešení nebo pracovní plošiny nesmí být přesunovány, pokud se na nich nachází osoby. Činnost na pojízdném lešení je zakázána, pokud se pod ním pracuje.

4.3.5 Pohyblivé dopravní a pracovní prostředky (stavební stroje a přístroje)

Vedle respektování požadavků na materiál, použité pracovní prostředky (t.j. jejich způsobilost, nezávadnost atd.) jsou zhotovitelé povinni zabezpečit pracoviště při činnosti dopravních a pracovních prostředků (např. manipulační prostor zemních strojů, výtahy, jeřáby apod.) . Ve stanoveném dosahu se nesmí zdržovat žádné osoby. Pokud je jejich činnost dána technologickým postupem, jsou pracovníci v těchto zónách zajištěni např. osobními ochrannými prostředky, odolnými ochrannými přístřešky, reflexními vestami apod.

4.3.6 Doprava břemen - ruční manipulace s břemeny

Příslušný zhotovitel musí zajistit, že zdvihací a vázací prostředky odpovídají platným normám a předpisům bezpečnosti práce a podle toho jsou pravidelně zkoušeny. Samostatně používat zdvihacích a vázacích prostředků jsou oprávněny jen pověřené osoby, které jsou odpovídajícím způsobem poučeny a proškoleny. Vázací prostředky musí být zvoleny pro příslušnou přepravní činnost tak, že při příslušném použití bezpečně přenesou zatížení, vydrží a mohou být znovu použity.

Pro společnou práci více jeřábů budou s vedením stavby stanovena pravidla k průběhu prací, úpravě předností apod. .

4.3.7 Nebezpečné látky

Při použití nebezpečných látek musí být zásadně zajištěn dostatečný přívod čerstvého vzduchu na pracoviště, tak aby nevznikaly žádné zdravotně nebezpečné koncentrace ve vzduchu. Zvláště je potřeba zabránit nahromadění výparů obsahujících rozpouštědla a výparů hromadících se při podlaze.

Pokud se na staveništi vyskytují činnosti s azbestem, chemickými karcinogeny a biologickými činiteli a pracovní procesy s rizikem chemické karcinogenity, je zhotovitel povinen zajistit tyto činnosti v rozsahu stanoveným prováděcím předpisem, vždy v kontrolovaných pásmech. Tyto pásma budou zabezpečena tak , aby do nich nevstupovali zaměstnanci, kteří nevykonávají práci.

Zaměstnavatel vede evidenci o kontrolovaných pásmech a zaměstnancích, kteří vstupují do kontrolovaných pásem, vede a zachovává po stanovenou dobu evidenci o těchto skutečnostech.

4.3.8 Hluk

Pokud se vyskytuje se při pracích obzvláště silná, neodstranitelná hluková zátěž (> 85 dB (A), musí se stanovit ze strany zhotovitele odpovídající bezpečnostní opatření (technická ochrana, vhodný pracovní režim jakož i použití osobních ochranných prostředků).

To platí obzvláště tehdy, pokud jsou intenzivní hlučnou prací zhotovitele ohrožována jiná řemesla na staveništi.

4.3.9 Ohrožení elektrickým proudem

Práce na elektrických zařízeních a provozních prostředcích smí provádět pouze zaměstnanci s příslušnou kvalifikací pro stanovené činnosti na těchto zařízeních. Ochrana osob proti nebezpečnému zasažení elektrickým proudem musí být zajištěna v souladu s právními předpisy.

Zaměstnavatelé jsou povinni používat elektropřístroje, jakož i přívody k nim pouze s platnou revizí, nebo dokladem o provedení periodické prohlídky. Uvedené doklady budou vždy k dispozici na staveništi.

4.3.10 Požární ohrožení a rizikové faktory výbušného prostředí

V prostředí s požárním a explosivním nebezpečím je zakázáno kouřit, zacházet s otevřeným ohněm a vykonávat práci, od které hrozí nebezpečí vzplanutí nebo výbuchu. Snadno zápalné nebo samozápalné látky se smějí skladovat jen v takovém množství, které je vyžadováno přímo k postupu prací.

Odpadní, lehko vznětlivé látky, jako papír, balící materiál, čisticí vlna, atd. musí být odstraňovány pravidelně, nejméně jednou denně.

Kdo zpozoruje příznaky požáru nebo objeví oheň musí neprodleně varovat ohrožené osoby a uvědomit nejbližší dosažitelnou odpovědnou osobu zhotovitele. Při vzniku požáru je přitom možné provádět hasební zásah pouze pokud nehrozí přímé ohrožení života zasahující osoby. Povinností zhotovitele je zajišťovat v průběhu výstavby potřebné hasící prostředky v rozsahu daným požárním zatížením zařízení staveniště a realizované stavby. Zhotovitel je povinen prokazatelně proškolit své zaměstnance i ostatní osoby na staveništi o činnostech dle požárního řádu a požární poplachové směrnice.

4.3.11 Svářečské práce a řezání plamenem

Svářečské práce a řezání plamenem na staveništi v oblasti s požárním nebezpečím, se smějí provádět jen na základě písemného příkazu vedením stavby a za podmínky že po stanovenou dobu bude zajištěn požárního dozoru na pracovišti. Dozorem může být pověřena vhodná osoba, která je seznámena se svářením a řezáním a s tím spojeným nebezpečím požáru a výbuchu. Před zahájením prací budou učiněna odpovídající ochranná opatření dle vyhodnoceného nebezpečí. Na pracovišti s požárním rizikem bude v dosahu prováděných prací připraven dostatečný počet vhodných hasících přístrojů. Zhotovitel má povinnost volit takové postupy, při kterých se zdraví škodlivé látky uvolňují minimálně. Podle postupů a pracovních podmínek musí zaměstnavatel zaměstnancům na pracovišti poskytovat vhodné osobní ochranné pomůcky a zajišťovat, že budou používány podle pracovních podmínek.

4.4 Osobní ochranné prostředky

Zaměstnanci všech zhotovitelů na staveništi musí používat při každé příslušné činnosti odpovídající osobní ochranné prostředky dle platných předpisů. Podnikatel je povinen, toto vybavení dát k dispozici a zajistit nutné poučení zaměstnanců k jejich používání, provádět jeho kontrolu a kontrolu používání těchto prostředků. Osobní ochranné prostředky musí být spolehlivé a musí být udržovány ve spolehlivém stavu. Používání pracovní obuvi je základní povinností na celém staveništi. Na staveništi je povinností všech účastníků výstavby používat předepsanou ochrannou přilbu.

Osoby bez předepsaných osobních ochranných prostředků mohou být příkaz koordinátora nebo stavebního dozoru zadavatele vykázaný prostřednictvím odpovědné osoby zhotovitele ze staveniště.

5. Pověření subdodavatele

Práce může být dále předána na subdodavatele jen se souhlasem GD. Zhotovitel má při předání prací jinému podnikateli povinnost splnit svoji koordinační povinnost odpovídající ze zákoníku práce. Dokumentace bezpečnosti práce a ochrany zdraví platí v plném rozsahu také pro subdodavatele. Koordinátor bude o pověřených subdodavatelích informován.

Nezávisle na aktivitě koordinátora má pověřený podnikatel povinnost své zaměstnance před začátkem své činnosti na pracovišti proškolit o všech zákonných i v plánu BOZP přijatých opatřeních k zajištění bezpečnosti práce a ochrany zdraví. Toto školení je povinen na vyžádání předložit ke kontrole.

6. Uplatněné předpisy o bezpečnosti práce

Při provádění stavební prací na staveništi je nutné respektovat zákonné předpisy dle prováděných činností:

Ochrana zdraví

- **zákon 258/2000 Sb.**, o ochraně veřejného zdraví
- **vyhl. 432/2006 Sb.**, podmínky pro zařazování prací do kategorií
- **vyhl. 394/2006 Sb.**, stanovení práce a ojedinelou a krátkodobou expozicí azbestu
- **NV 148/2006 Sb.**, o ochraně zdraví před nepříznivými účinky hluku a vibrací
- **vyhl. 523/2006 Sb.**, vyhláška o hlukovém mapování (mezní hodnoty hluku)
- **NV 361/2007 Sb.**, kterými se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci

Bezpečnost práce

- **zákon. 251/2005 Sb.**, o inspekci práce
- **zákon. 262/2006 Sb.**, zákoník práce (dále jen ZP) ve znění pozdějších předpisů
- **zákon 40/2009 Sb.**, trestní zákoník
- **NV 589/2006 Sb.**, úprava pracovní doby a doby odpočinku zaměstnanců v dopravě
- **NV 590/2006 Sb.**, okruh a rozsah jiných důležitých osobních překážek v práci
- **NV 495/2001 Sb.**, kterými se stanoví rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků, mycích, čistících a dezinfekčních prostředků
- **NV 494/2001 Sb.**, kterým se stanoví způsob evidence, hlášení a zasílání záznamu o úrazu
- **NV 11/2002 Sb.**, kterým se stanoví vzhled a umístění bezpečnostních značek a zavedení signálů
- **NV 101/2005 Sb.**, o podrobnějších požadavcích na pracoviště a pracovní prostředí
- **NV 378/2001 Sb.**, kterými se stanoví bližší požadavky na bezpečný provoz a používání strojů, technických zařízení, přístrojů a náradí
- **NV 362/2005 Sb.**, o bližších požadavcích na bezpečnost a ochranu zdraví při práci na pracovišti s nebezpečím pádu z výšky nebo do hloubky
- **NV 168/2002 Sb.**, kterým se stanoví způsob organizace práce a pracovních postupů při provozování dopravy dopravními prostředky
- **Vyhl. 77/1965 Sb.**, o výcviku, způsobilosti a registraci obsluh stavebních strojů
- **zákon 309/2006 Sb.**, o zajištění podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci
- **NV 591/2006 Sb.**, o bližších požadavcích na bezpečnost a ochranu zdraví při práci na staveništi
- **NV 361/2007 Sb.**, kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci

Technické požadavky na výrobky

- **zákon 22/1997 Sb.**, o technických požadavcích na výrobky
- **NV 21/2003 Sb.**, kterým se stanoví technické požadavky na osobní ochranné prostředky
- **NV 26/2003 Sb.**, kterým se stanoví technické požadavky na tlaková zařízení
- **Vyhl. 18/1979 Sb.**, kterou se určují vyhrazená tlaková zařízení
- **Vyhl. 19/1979 Sb.**, kterou se stanoví vyhrazená zdvihací zařízení
- **Vyhl. 20/1979 Sb.**, kterou se stanoví vyhrazená elektrická zařízení
- **Vyhl. 21/1979 Sb.**, kterou se stanoví vyhrazená plynová zařízení
- **Vyhl. 85/1978 Sb.**, o kontrolách, revizích a zkouškách plynových zařízení
- **Vyhl. 50/1978 Sb.**, o odborné způsobilosti v elektrotechnice

Požární ochrana

- **zákon 133/1985 Sb.**, o požární ochraně
- **vyhl. 246/2001 Sb.**, o požární prevenci
- **vyhl. 23/2008 Sb.**, o technických podmínkách požární ochrany staveb
- **vyhl. 87/2000 Sb.**, kterou se stanoví podmínky požární bezpečnosti při svařování a nahřívání živců v tavných nádobách

Životní prostředí - odpadové hospodářství

- **zákon 185/2001 Sb.**, zákon o odpadech
- **vyhl. 383/2001 Sb.**, o podrobnostech nakládání s odpady
- **vyhl. 381/2001 Sb.**, katalog odpadů

Životní prostředí – ochrana vod

- **zák. č. 254/2001 Sb.**, o vodách

Životní prostředí – ochrana ovzduší

- **zák. č. 86/2002 Sb.**, o ochraně ovzduší

Stavební řád

- **zákon č. 183/2006 Sb.**, stavební zákon v aktuálním znění
- **vyhl. 526/2006 Sb.**, kterou se provádějí některá ustanovení SZ ve věcech SŘ
- **vyhl. 137/1998 Sb.**, o obecných technických požadavcích na výstavbu

Plán BOZP

- dle zák. 309/2006Sb. –

B – Všeobecná část

| Poplachový plán | | |
|----------------------------|----------------------------|----------|
| | Jméno: | Telefon: |
| Hasiči (nouzové číslo) | | 150 |
| Lékařská záchranná služba | | 155 |
| Integrovaný záchr.systém | | 112 |
| Odběratel | | |
| Stavební dozor | | |
| Zhotovitel | | |
| Odpovědný zástupce GD | | |
| Hlavní stavbyvedoucí | | |
| Mistr | | |
| Koordinátor BOZP | | |
| | | |
| Důležitá telefonní čísla | Jméno: | Telefon: |
| Policie (nouzové číslo) | | 158 |
| Služba první pomoci | Nemocnice | 155 |
| Nemocnice | Nemocnice | |
| Poruchová služba | | |
| - el. proud | ČEZ Distribuce, a.s. | |
| - plyn | RWE, a.s. | |
| - telekomunikace | O2 CZ,a.s. | |
| Oblastní inspektorát práce | Oblastní inspektorát práce | |

Plán BOZP

- dle zák. 309/2006Sb. –

C – Všeobecná část

Požární řád

1. Rozsah platnosti

Tento požární řád reguluje práva a povinnosti jakož i úlohy účastníků výstavby k zajištění protipožární ochrany na staveništi.

Platí pro:

- všechny odborné činnosti na staveništi
- osobně pro všechny účastníky výstavby, ke kterým patří vedle zaměstnanců zúčastněných firem, také jiné osoby a zaměstnavatelé, kteří vykonávají samostatnou činnost na staveništi.

2. Preventivní protipožární opatření

Všeobecně

Všichni účastníci výstavby jsou povinni při svých činnostech na staveništi dodržovat zásady protipožární ochrany, jakož i dodržovat preventivní opatření k odvrácení nehod. K tomu patří zejména udržování pořádku a čistoty na pracovišti, dodržování preventivních protipožárních opatření a správná činnost při vyhodnocování hrozících rizik a odstraňování nedostatků.

Odpovědný zástupce zhotovitele musí zajistit podrobnou informovanost o požárním nebezpečí přidělené práce a právě tak informovat okolí o souborech opatření při hrozícím nebezpečí.

Odpovědní partneři při zajištění preventivních protipožárních opatření:

Funkce Jméno

Odp. zástupce stavebníka :

Zhotovitel - stavbyvedoucí:

Vybavení staveniště

Při umístění objektů zařízení staveniště (např. dřevěné buňky, obytné maringotky) a pomocných staveb pro provoz dílen a pro uskladnění stavebních materiálů, vyrobených převážně z hořlavých hmot, je nutné dodržovat dostatečné odstupy odpovídající požárním předpisům, aby se předešlo přenosu ohně a v nebezpečné situaci nebyla ohrožována činnost požárního sboru.

Pomocné stavby pro uskladnění snadno zápalných nebo hořlavých hmot budou zvenku zřetelně označeny.

Oheň a otevřený plamen

Spalování staveništních odpadů

Spalování staveništních odpadů je na celém staveništi zakázáno

Kouření

Kouření je zakázáno na místech, kde:

- je to dle vývěsky a vyhlášky vyznačeno
- jsou zpracovávány nebo uloženy lehce vznětlivé a výbušné hmoty
- se mohou vyskytovat výbušné plyny, směsi par se vzduchem nebo směsi prachu se vzduchem

Hořlavé, žhnoucí jakož i doutnající látky nebo předměty (např. zápalky, doutníky, cigarety, žhnoucí uhlíky) se nesmí nevšímavě odhazovat nebo odkládat. Otevřený plamen se má uhasit, žhavé uhlíky se mají zničit.

Provoz topenišť

Topeniště se musí instalovat na nehořlavých podkladech a provozovat tak, že i při nadměrném přetopení se nemohou vznítit hořlavé předměty a stavební prvky nacházející se v blízkosti.

Pevné nebo kapalné hmoty se nesmí v topeništi podpalovat hořlavými kapalinami nebo pevnými látkami, které mohou být třaskavé nebo vybuchovat.

Topeniště se nesmí uvádět do provozu v blízkosti následujících prostor :

- ve kterých je zpracováváno nebo skladováno větší množství lehce vznětlivých, jakož i výbušných materiálů
- v kterých se vyskytují výbušné plyny a směsi výparů se vzduchem a prachu se vzduchem.

Topeniště nesmějí být uvedena do provozu na pracovištích přetlakově větraných. V těchto prostorách mohou být uvedena do provozu za podmínky, že kamna nebo spotřebiče jsou pro toto použití úředně schválená zkušebnou.

Osvětlení otevřeným ohněm, nechráněným světlem

Otevřený oheň a nechráněné světlo nesmí být použit v prostorách, ve kterých se snadno hořlavé materiály vyrábí, zpracovávají nebo skladují.

Obdobně je přístupováno k výbušným látkám nebo výbušným plynům, směsím výparů se vzduchem nebo prachu se vzduchem , kde je nepřipustné každé osvětlení vyvolané otevřeným ohněm nebo nechráněným světlem.

Požárně nebezpečné přístroje a práce

Požárně nebezpečné přístroje

Plynové a olejové spotřebiče, elektrické přístroje jakož i jiné tepelné přístroje musí odpovídat všeobecně platným technickým předpisům a musí být instalovány takovým způsobem, že při jejich provozu ani při odstávce, nemohou způsobit požár.

Musí být odstaveny na nehořlavých, žáruvzdorných podložkách, tak že ani při nadměrném zahřátí nemůže dojít ke vznícení v blízkosti se nacházejících hořlavých předmětů nebo materiálů.

Přístroje během provozu musí být dostatečně kontrolovány. Je nepřipustné dolévání tekutých hořlavých hmot do topných, varných a tepelných spotřebičů, jakož i pájecích lamp během provozu, resp. dříve než přístroje opět vychladnou na normální okolní teplotu.

Požárně nebezpečné práce

Od zahájení prací je nutné provést opatření k zamezení vzniku požáru nebo výbuchu, a to zejména při práci se svářecím nebo řezacím agregátem, s pájecími, rozmrazovacími a vysušovacími přístroji, s bruskami a jinými přístroji, u kterých otevřeným ohněm, horkem z tření, rozžhavenými kovovými částmi, úletem jisker, odkapávajícími žhavými kapkami materiálu nebo jiným způsobem vzniká požární nebezpečí.

Pokud nelze zcela vyloučit požární a výbušné nebezpečí Provozně technickými prostředky, potom smí být práce v uvedeném prostoru provedeny jen na základě písemného příkazu odpovědné osoby zhotovitele.

Jedná se o místa:

- na kterém jsou vyráběny, zpracovávány nebo skladovány lehce vznětlivé pevné látky,
- na kterém se mohou vyskytovat výbušné plyny, směsi výparů se vzduchem, směsi prachu se vzduchem,
- na kterých je obvykle zakázáno kouřit a používat oheň a nechráněné světlo. Výše vyjmenované práce smějí se provést, pokud jsou předtím učiněny následující protipožární opatření:
 - zajištěno účinné provětrání a odvětrání, takže se nemohou vyskytovat výbušné plyny, směsi výparů se vzduchem nebo směsi prachu se vzduchem
 - z místa požárního nebezpečí odstraněny pohyblivé hořlavé věci (např. zbytky papíru, dřevěné pily) a vrstvy prachu, stabilní hořlavé hmoty a stavební díly.
 - nehořlavým materiálem utěsněny otvory do prostorů s hořlavým obsahem, spáry, štěrbiny a trubkové průchodky v podlahách, stěnách, stropech
 - pokud jsou při práci na trubních vedeních nebo nádržích odstraněny z nebezpečné oblasti hořlavé obklady a tepelné izolace
 - připravena požární voda nebo v dostatečném počtu vhodné provozuschopné hasící přístroje
 - pokud se v okolí pracoviště nachází hořlavé předměty a materiály musí být písemně ustanovena požární hlídka s vhodnými hasícími přístroji, připravenými k použití

Svářecí a řezací agregáty nebo letovací lampy se smějí odkládat jen na vhodné podložky a otevřený plamen se musí preventivně sledovat. Letovací lampy nesmí být plněny nebo žhaveny v blízkosti lehce vznětlivých látek.

Bezprostředně po ukončení prací je kontrolováno, jestli nehořeli v nebezpečné oblasti ležící stavební díly, obaly nebo nežnou, nekouří nebo jsou nepřiměřeně horké jiné předměty, přitom jsou zejména kontrolovány spáry, štěrbiny a jiná těžko přístupná místa.

Tyto kontroly se opakují v krátkých intervalech. Oheň a doutnající místa bude pečlivě dohašeno. Pokud nebude nalezena příčina podezřelého požárního zápachu nebo kouře, je bezpodmínečně nutné vyrozumět hasiče.

Tavení a zahřívání povlakových a izolačních hmot.

Při tavení a zahřívání živice, téru a podobných hmot je třeba zajistit, aby nedošlo ke vznícení zahřátých a natavených hmot.

Hmoty s nebezpečím požáru a výbuchu.

Staveništní odpady

Hořlavé staveništní odpady (např. dřevo, střešní lepenka, balící materiál, hořlavé a výbušné látky jakož i jejich nádoby) nesmí být zabudovány ve stavbě, na stavbě jakož i v umělých dutinách a pod úrovní země. Tyto stavební odpady musí být skladovány na vhodném místě a budou průběžně odváženy.

Čistící prostředky a rozpouštědla, lepidla

Čistící prostředky, rozpouštědla, izolační, nátěrové a konzervační prostředky, jakož i lepidla mohou vytvářet hořlavé nebo jejich výpary mohou se vzduchem vytvářet výbušné směsi. Je nutné dbát nápisů, bezpečnostních listů, pokynů pro zpracování a výstražných symbolů na nádobách těchto látek. Zvláštní péče se musí věnovat dostatečnému odvětrání a provětrání prostorů a zcela se vyvarovat používání zdroje vznícení.

Zdrojem vznícení mezi jiným jsou:

- Elektrické jiskření silnoproudého nebo slaboproudého zařízení
- Samovznícení
- Ventilátory
- Teplé venkovní nebo vnitřní plochy plynového, uhelného, olejového nebo elektrického topení nebo elektrických akumulárních kamen
- Elektrostatické výboje
- Rozbrušovací brusky

Hořlavé tekutiny, které mají zápalný bod pod 21°C, se nesmí používat k čištění podlah, stěn, krytů a strojů jakož i jejich částí.

Hořlavé plyny

Skladové prostory pro plynové láhve musí být dostatečně provětrávány, u kapalného plynu nesmí být skladovány společně s lehce zápalnými a hořlavými materiály. Je třeba je chránit před zahřátím (např. před delším slunečním zářením) jakož i proti úderu, nárazu a otřesu. Na pracovištích se smějí umístit používané ležící láhve.

Při práci v úzkých prostorách nesmí být uvnitř postaveny nebo položeny láhve s hořlavým plynem a kyslíkové láhve.

Kapalným plynem smí být použit v tunelech, šachtách, štolách, kanalizacích a podobných stavebních prostorách, pokud je předložen k tomu účelu jednoznačný příkaz podnikatele a zařízení je střeženo odpovědnou osobou.

3. Šíření ohně a kouře

Až do příchodu hasičů musí být zamezeno zbytečnému přívodu vzduchu k ohnisku požáru. To znamená uzavřít požární uzávěry, okna a dveře a dále odstranit nebo zamezit nahromadění hořlavých hmot, zejména stavebního odpadu.

4. Únikové a zásahové cesty

Únikové cesty, schodiště a komunikace v budově a do volného prostranství musí být udržovány v plné šíři volné.

Dveře na únikových cestách a nouzové východy se nesmí během pracovní doby uzamykat. Nouzové východy musí být neustále ve směru úniku přechodné.

Každý, kdo působí na staveništi je poučen o poloze a průběhu únikových a zásahových cest. Tím přebírá odpovědnost, že tyto cesty nebudou zataraseny skladovaným materiálem.

5. Signalizační a hasící zařízení

Všichni pracovníci, kteří působí na staveništi jsou poučeni o rizicích na svém pracovišti, umístění a principu činnosti hasících přístrojů a požárních hlásičů (pokud jsou instalovány). Účastníci výstavby jsou tímto zodpovědní, že před zahájení prací pracovníky seznámí s činnostmi v případě požáru a při zacházení s hasícími přístroji. Všichni účastníci výstavby jsou povinni udržovat volné přístupy k hasícím přístrojům. Neoprávněné použití hasících zařízení, přístrojů a poplachových zařízení je zakázáno

6. Činnost při požáru

Základním příkazem v případě požáru je zachovat klid a rozvahu. Nerozvážené jednání může vést k panice! Každý požár je nutné ihned ohlásit na poplachovém čísle hasiči **Tel. 112**.

Při bezprostředním ohrožení osob má záchrana osob přednost před zdoláváním požáru. Hořící osoby se nesmí nechat pobíhat. Je nutné je povalit na zem a oheň zadusit zakrytím do pláště, bund, dek, ručníků apod..

Při požáru elektrického zařízení je nutné okamžitě, pokud je to možné proud vypnout.

Zásahové cesty hasičů je nutné udržovat volné, průjezdné.

Další činnost řídí hasiči.

7. Hlášení požáru

Základním nařízením v případě požáru je, zachovat klid a rozvahu. Každý požár je nutné telefonicky ohlásit hasit s uvedením přesných údajů:

- **Kde hoří !**
- **Co hoří !**
- **Jsou v nebezpečí nebo zraněny osoby!**
- **Jméno ohlašovatele !**

Po úspěšném ohlášení ihned nezavěšovat, nýbrž očekávat dotazy, doporučení hasičů apod.

8. Respektovat poplachové signály a příkazy

Teprve po ohlášení požáru hasičům následuje ohlášení požáru zadavateli, koordinátorovi bezpečnosti práce a ochrany zdraví a příslušným nadřízeným.

Údaje k telefonické dosažitelnosti těchto osob musí být uvedena v poplachovém plánu.

9. Zajištění bezpečnosti

Základní povinností je pomoc postiženým a zraněným osobám. V případě uzavřených únikových cest je nutné při úniku se zaměřit na nejbližší možný otvor z budovy. Výtahy se nikdy nesmí používat jako únikové cesty. Silně zakouřené prostory se osoby opouští sehnuté nebo plazením. Osobní věci se při vyklizení budovy pokud možno berou s sebou. Pokud existuje bezprostřední ohrožení lidí, má přednost záchrana osob před likvidací požáru.

10. Zdolávání požáru.

Požár se zdolává pokud možno následujícími, vhodnými hasícími přístroji. Proces hašení lze provádět jen bez ohrožení osob provádějících zásah.

Při požáru na elektrickém zařízení je nutné neprodleně odpojit proud.
Přehled tříd hořlavosti a příslušný hasící prostředek:

| Třída hoř. | Charakteristické hořlavé hmoty | Vhodné hasící prostředky |
|-------------------|---------------------------------------|--|
| A | dřevo papír, umělé hmoty | Vodní, práškový, Pěnový RHP |
| B | Olej, tuky, rozpouštědla, benzín | CO ₂ , práškový, Pěnový RHP |
| C | všechny hořlavé plyny | CO ₂ , práškový RHP |
| D | Požár kovů | Práškový RHP |

Doporučení ke správnému použití ručních hasících přístrojů:

- Hasit ve směru větru !
- Plošné požáry (tekutiny, benzín) hasit od okrajů !
- Požáry kapajících nebo stékajících látek hasit odshora dolů !
- Použít přiměřený počet hasících přístrojů!
- Požářiště dále pozorovat z důvodu nebezpečí opětovného vznícení !
- Požární uzávěry, okna a dveře zůstávají zavřené !

11. Zvláštní pravidla chování

Každý požár je nutný neprodleně hlásit přímému nadřízenému, stavbyvedoucímu, koordinátorovi bezpečnosti práce a ochrany zdraví nebo příslušné osobě odpovědné za požární bezpečnost.

Po požáru jsou neodkladně přijata následující opatření ke snížení následných škod po požáru:

- Zajištění místa požáru proti opakovanému vzplanutí (požární hlídka)
- Zajištění místa požáru proti vstupu nepovolaných osob
- Veškeré použité hlásiče požáru, jakož i ruční hasící přístroje budou připraveny k opětovnému použití
- Vyvětrání zakouřených prostor
- Zakrýt poškozené střechy a okenní výplně.
- Průzkum budovy/náprava škod které mohly vzniknout chemickou reakcí během požáru
- Než uvedou do provozu opět bezpečně elektrická zařízení, musí se provést revize dle platných předpisů
- Vstupovat do prostoru po požáru teprve po jeho uvolnění hasiči nebo vedením stavby.

Závěrečná ustanovení

Tento požární řád je dán na vědomí všem zúčastněným na stavbě a zhotovitelé jsou odpovědní za poučení platné pro stavbu svých zaměstnanců na staveništi. Nezávisle na tomto požárním řádu mohou být vydány odborné popř. staveništní protipožární opatření, vztahující ke speciálním činnostem.

Provinění proti tomuto požárnímu řádu bude stíháno na základě platných právních předpisů.

Plán BOZP

- dle zák. 309/2006Sb. –

D – Všeobecná část

Plán první pomoci

Úvod

- 1 **Zásady poskytnutí první pomoci při otravách jedy nebo zasažení chemickou látkou**
- 2 **Zásady poskytnutí první pomoci při popálení**
- 3 **Zásady poskytnutí první pomoci při krvácení**
- 4 **Zásady poskytnutí první pomoci při zlomeninách**
- 5 **Zásady pro poskytnutí první pomoci po zásahu elektrickým proudem**
- 6 **Stavy ohrožující život**
- 7 **Popis první pomoci**

Úvod

Zabezpečení první pomoci se týká všech stavů ohrožujících zdraví a život. Nejdůležitější je pomoc poraněným při úrazech, jak pracovních, tak i nepracovních tak, aby škody na zdraví i následky úrazu byly co nejmenší.

Zabezpečení první pomoci se týká všech stavů ohrožujících zdraví a život. Nejdůležitější je pomoc poraněným při úrazech, jak pracovních, tak i nepracovních tak, aby škody na zdraví i následky úrazu byly co nejmenší.

Včasné, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může pak nejenom omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života. K tomuto účelu slouží tento plán, jehož ustanovení nařizuje všem zaměstnancům dodržovat a plnit dále uvedené zásady.

Zaměstnavatel je povinen vybavit pracoviště potřebným počtem lékárníček a zabezpečit jejich pravidelnou kontrolu spojenou s kontrolou použitelnosti léků a materiálu a evidenci při výdeji. Za obsah (doplňování a výměnu prošlých léků) odpovídá pověřená osoba zhotovitele.

Na každém stálém pracovišti musí být umístěna lékárníčka, která musí být vybavena s přihlédnutím k povaze prováděné činnosti.

Lékárnička musí být umístěna na volně přístupném, suchém a čistém místě. Určený zaměstnanec je povinen nejméně 1x za půl roku provést kontrolu vybavení lékárníčky a v případě potřeby ji doplnit chybějícími prostředky. **Kontrolovat expiraci léků!**

Zaměstnavatel je dále povinen zajistit a určit podle druhu činnosti a velikosti pracoviště potřebný počet zaměstnanců, kteří organizují poskytnutí první pomoci, zajišťují přivolání zejména zdravotnické záchranné služby, Hasičského záchranného sboru České republiky a Policie České republiky a organizují evakuaci zaměstnanců. Zaměstnavatel zajistí ve spolupráci se zařízením poskytujícím lékařskou péči jejich vyškolení a vybavení v rozsahu odpovídajícím rizikům vyskytujícím se na pracovišti.

Povinnosti zaměstnavatele:

- vybavit pracoviště potřebným počtem lékárníček,
- určit obsah lékárníček pro jednotlivá pracoviště, příp. toto zajistit u smluvního lékaře,
- zabezpečit pravidelnou kontrolu lékárníček spojenou s kontrolou použitelnosti léků a materiálu a evidenci při výdeji,
- určit počet zaměstnanců, kteří organizují poskytnutí první pomoci a zajistit jejich vyškolení smluvním lékařem.

Povinnosti odpovědné osoby:

- nejméně 1x za půl roku provést kontrolu vybavení lékárníčky,
- v případě potřeby doplnit chybějící prostředky, příp. vyměnit prošlé léky, vést evidenci o výdeji léků a zdravotnického materiálu.

Včasně, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může pak nejenom omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života. K tomuto účelu slouží tento plán, jehož ustanovení nařizuje všem zaměstnancům dodržovat a plnit následující zásady:

1 Zásady poskytnutí první pomoci při otravách jedy nebo zasažení chemickou látkou

1.1 rychlá orientace

Správné poskytnutí první pomoci vyžaduje účelnost, rychlost a rozhodnost. Vždy je nutné vzniklou situaci posoudit s ohledem na:

- a) možnosti zajištění vlastní bezpečnosti a bezpečnosti postiženého.
- b) zachování životně důležitých funkcí postiženého (dýchání, krevní oběh, vědomí), neboť při zástavě dýchání a krevního oběhu mozkové buňky odumírají již za 3-5 min.

Dále se pokusíme zjistit, zda jde o otravu, kterým přípravkem, jakou cestou došlo k poškození zdraví postiženého a kdy k otravě došlo. Upřesníme si, kdo je k dispozici pro další pomoc (přivolání lékaře, doprovod postižené osoby, zajištění vody k omytí potřísněné osoby, pomoc při poskytování první pomoci, zajištění náhradního oblečení a pod.), jaké prostředky pro asanaci jsou k dispozici, atd.

V případě, že postižený nemá zachovány životně důležité funkce, je třeba přikročit k neodkladné resuscitaci /oživování/, t.j. provést dle potřeby dýchání z úst do úst, nebo nepřímou masáž srdce v kombinaci s dýcháním z úst do úst.

1.2 přerušení expozice

Postup se řídí způsobem, jakým k otravě došlo a v jakém zdravotním stavu je postižený. Uvádíme několik situací, které mohou nastat:

zasažení kůže:

přerušení expozice spočívá v **odstranění nasáklého oděvu a v oplachu kůže vodou**. Oděv nepřetahujeme potřísněnou částí přes obličej, v případě nutnosti ho rozstříháme nebo rozřízíme. Mytí vodou provádíme opakovaně a dbáme na to, aby stékající voda nezasáhla ty části těla, které nebyly znečištěny. Po důkladném, asi 10 minut trvajícím oplachování provedeme omytí mýdlem a na závěr opět oplach vodou.

Při zasažení látkami s leptavými účinky nepoužíváme neutralizační roztoky, jen prodloužíme dobu oplachu a postižené místo překryjeme sterilním obvazem jako popáleninu. Pamatujeme na to, že voda je nejdůležitější prostředek pro přerušení expozice při zasažení kůže.

zasažení oka:

přerušení expozice spočívá opět ve **výplachu vodou**, pokud možno proudem vody tak, aby směřoval do vnitřního koutku postiženého oka a voda by měla vytékat koutkem vnějším, **aniž by stékala do druhého (nepostihnutého) oka, úst, nosu**. Výplach oka provádíme 5-10 minut. Používání speciálních vaniček k výplachu očí není vhodné, protože objem oplachové vody je malý. Nemá se používat ani borová voda či Ophthal apod. (ze stejného důvodu).

Pamatujeme na to, že voda je nejdůležitější prostředek pro přerušení expozice při zasažení oka.

nadýchání:

expozice se přeruší tak, že postižený se co **nejrychleji vzdálí z místa, kde se škodlivá látka vyskytuje**. Nemůže-li se vzdálit sám, je nutné ho odvést či odnést. Je účelné odstranit parami nasáklý oděv (převléknout), v případě intenzivního nadýchání prachu lze doporučit i vyvolání zvracení. Při nadýchání dráždivých látek hrozí závažná komplikace - **edém plic** (otok plic), t.j. zaplavení plic tekutinou z poškozené (poleptané) tkáně. **Postižený nesmí chodit ani se vystavovat jiné tělesné námaze**. I při pouhém podezření musí být pod lékařským dohledem v nemocnici.

požití:

u většiny jedovatých látek expozici přerušíme tak, že se pokusíme jed odstranit co nejrychleji ze žaludku tím, že vyvoláme zvracení. Zvracení vyvoláváme obvykle do 2 hodin po požití. Zvracení se vyvolává podrážděním měkkého patra prstem nebo nějakým neostrým předmětem. Zvracení je možno usnadnit tím, že postižený si naplní žaludek, t.j. vypije cca 0.5 litru vody (může být vlažná, příp.osolená). Do vody podané zachraňovanému je vhodné rozmíchat až 10 tablet živočišného uhlí, na něž se většina jedů ochotně váže. Podání vody a zvracení je třeba pakovat a na závěr podat trochu vody s živočišným uhlím.

Zvracení nevyvoláváme u níže jmenovaných chemických látek:

- **dvojchroman sodný, dvojchroman draselný, oxid chromový**
obětím nehody se má podat 5 - 10 g kyseliny askorbové (nikoliv v šumivé formě) rozpuštěné ve vodě. Opakované denní dávky 5 - 10 g kyseliny askorbové mohou být podávány, jsou-li stále příznaky otravy.
- **síran měďnatý**
- **hydroxid sodný, kyselina orthofosforečná**

Zvracení se nesmí vyvolávat:

- **při požití žíravín**, protože hrozí nebezpečí proděravění zažívacího traktu (maximálně provést výplach úst vodou),
- pokud je zachraňovaný **v bezvědomí**, aby nedošlo k vdechnutí zvratků,
- pokud je zachraňovaný **v křečích**, aby nedošlo k vdechnutí zvratků.

1.3 kontrola stavu

O postiženého je třeba pečovat do příchodu lékaře – chránit před prochlazením, uklidňovat, chránit před poraněním při křečích, chránit před vdechnutím zvratků úpravou polohy hlavy, pečovat o průchodnost dýchacích cest, upravovat polohu těla k usnadnění dýchání, provádět při zástavě dechu umělé dýchání atd.

Zásadně se nesmí při otravě chemickými přípravky podávat mléko, alkohol, léky, nechat postiženého bez dozoru nebo pokračovat v práci či odejít domů bez lékařského vyšetření. Příznaky otravy se mohou projevit až po delší době (několik hodin i dní).

1.4 lékařská pomoc

Nebylo-li možno lékaře rychle přivolat, nutno zajistit transport do nemocnice s doprovodem, který jednak pečuje o postiženého, jednak je způsobilý podat v nemocnici všechny potřebné informace o celé příhodě a provedených opatřeních první pomoci.

2 Zásady poskytnutí první pomoci při popálení

- zachovat co největší čistotu, nedotýkat se rány a chránit ji před znečištěním.
- neodstraňovat z rány zbytky oděvu nebo jiné ulpělé předměty.
- popáleniny I. a II. stupně menšího rozsahu lze chránit čistou proudící vodou (15-20 minut).
- popáleninu lze přikrýt sterilní rouškou nebo přezhelenou tkaninou.
- zajistit protišoková opatření (ticho, teplo, tekutiny, tišení bolesti, transport). Na cestu k lékaři vždy doprovod.

3 Zásady poskytnutí první pomoci při krvácení

Bezprostřední opatření stlačit krvácející cévu přímo v ráně nebo v tlakovém bodě

Další opatření přiložit tlakový obvaz nebo zaškrcovadlo

- podle možnosti znehybnit postiženou oblast
- zajistit protišoková opatření (ticho, teplo, tekutiny, tišení bolesti, transport)
- stálá kontrola rány a celkového stavu postiženého
- na cestu k lékaři vždy doprovod

4 Zásady poskytnutí první pomoci při zlomeninách

Jak se pozná zlomenina?

- změna tvaru končetiny (zkrácení či pokřivení),
- nepřirozená pohyblivost končetiny,
- křupání kostních úlomků při pohybu,
- silná bolestivost v oblasti zlomeniny při pohybu,
- otok v místě zlomeniny s krevním výronem,
- roztržení kůže, krvácení, někdy i vyčnívající kost.

Zlomeniny nohou

- Je-li při zlomenině poraněna kůže a rána krvácí nebo trčí-li z rány kost, je třeba ji nejdříve sterilně přikrýt a obvázat. Teprve pak zlomeninu znehybníte.
- Dlahu přikládejte tak, aby překrývala kloub nad a pod zlomeninou.
- Pokud nemáte dlahu, postačí provizorně hůl, klacek apod.

Zlomeniny rukou

- Končetinu ohněte v lokti, zavěste na šátek a přivažte k trupu.

Zlomeniny kostí hlavy a páteře

- Nejdůležitější je zraněného přesunout na rovnou a tvrdou podložku v rovině (vysazené dveře, prkna apod.).
- Pod záda nic nepodkládejte a se zraněným zbytečně nehýbejte.
- Při přesunu se nesmí zvrátit hlava, musí být stále ve stejné rovině s tělem.
- Zásadně nezvedejte postiženého za ruce a nohy!
- U poranění krční páteře zabraňte pohybu hlavy obložním ze stran.
- Zajistěte okamžitý převoz do nemocnice.

Zlomeniny pánve

- Postiženého opatrně položte na pevnou a tvrdou podložku, ohněte mu kolena a stehna svažte pevně k sobě.

5 Zásady pro poskytnutí první pomoci po zásahu elektrickým proudem

Před započítím záchrany zasaženého elektrickým proudem musí zachraňující dbát na to aby sám nebyl elektrickým proudem zasažen. Musí stát na nevodivé podložce, nesmí se dotýkat kovových předmětů, mokré zdi, mokrého oděvu postiženého apod. Zasažený se sám nemůže pustit předmětu, který svírá, neboť působením elektrického proudu vzniká křečovitě stažení svalstva. Je-li v takové poloze, že by po přerušení styku s el. proudem nebo vodičem spadl (není-li připásán a drží-li se vodiče na sloupu el. vedení, na žebříku apod.), musí být před přerušením el. proudu zajištěn před spadnutím a tím před dalším zraněním.

Postiženého je třeba vyprostit (vytáhnout) z dosahu el. proudu. Zachránce se nesmí dotýkat holou rukou jeho těla ani vlhkých částí oděvu, pokud nebyl el. proud vypnut. Hoří-li postižený (šaty) účinkem el. proudu nebo z jiné příčiny, hasí se po vypnutí el. proudu suchou látkou, nejlépe však nehořlavou pokrývkou. Po vyproštění z obvodu el. proudu je zachránce povinen poskytnout první pomoc až do příchodu lékaře. Zachránce se nezdržuje ošetřováním poranění, jako je běžné krvácení, zlomeniny, popáleniny. Soustředí se pouze na rány, které krváčí silně z tepny, kam přiloží prozatímní stlačující obvaz. U postiženého, který nedýchá, musí ihned zahájit **a až do příchodu lékaře udržovat umělé dýchání.**

Při úrazech elektřinou je hlavní zásadou nepřenášet, nepřevážet postiženého, není-li popálen na větší ploše kůže a nekrvácí-li nezadržitelně z tepen.

6 Stavy ohrožující život

Bezvědomí

Postižený je v bezvědomí, pokud s námi nekomunikuje, nereaguje na hlasité oslovení ani na důrazný dotyk. Když je postižený v bezvědomí, musíme zjistit, zda dýchá, zda má zachovanou srdeční činnost.

Zda pacient dýchá, zjistíme pozorováním pohybu hrudníku (zvedání a klesání), poslechem či přiložením tváře k nosu a ústům postiženého (při vydechování je na tvář patrný vydechovaný vzduch).

Bezdeší

Bezdeší je stav, kdy postižený nedýchá nebo dýchá jen nedostatečně. V tom případě zjišťujeme, zda nedošlo i k zástavě srdeční činnosti. Srdeční činnost kontrolujeme na velkých tepnách, nejlépe krční tepně (krkavici).

U postiženého, který nedýchá, ale má zachovanou srdeční činnost, se provádí umělé dýchání z úst do úst.

Zástava srdeční činnosti

Při zástavě srdeční činnosti (tedy i krevního oběhu) provádíme **nepřímou masáž srdce**.

7 Popis první pomoci

Umělé dýchání z úst do úst

Před začátkem umělého dýchání položí zachránce zasaženého na záda, která pod lopatkami podloží svinutou pokrývkou, složeným kabátem a pod. Je-li postižený v bezvědomí, otevře mu ústa a zbaví je případných zbytků jídla nebo jiných nečistot. Má-li postižený zubní náhradu, kterou je možné z úst vyjmout, zachránce jí odstraní. Bezvědomému uvolní šat, vázanku, límec, pásek, šle apod. a po uvolnění dýchacích cest mu zakloní hlavu co nejvíce vzad. Hlava postiženého musí být v trvalém záklonu po celou dobu umělého dýchání. Zachránce tuto polohu udržuje tak, že jednu ruku obrácenou dlaní vzhůru podsune pod krk postiženého a nadzvedá ho, druhou rukou mu položí na čelo a stlačuje hlavu mírně dozadu. Tím se napne krk a kořen jazyka se oddálí od zadní strany hrtanu. Obvykle se také otevrou ústa postiženého. Pokud jsou křečovitě zaťatá, zachránce je násilně neotevřít a provádí umělé dýchání nosem zasaženého.

V umělém dýchání je nutné pokračovat až do oživení ! Při všech způsobech umělého dýchání musí zachránce neustále kontrolovat, zda hrudník postiženého vykonává dýchací pohyby. První známkou vracejícího se dýchání je, že postižený učiní polykací pohyb, po němž zpravidla následuje první samovolný vdech.

Po zajištění umělého dýchání se ošetří popáleniny a zlomeniny. Při zlomenině je nutno končetinu znehybnit pomocí dlah. Rány mohou krváčet ze žil (krev se řine trvale) nebo tepen (krev vystřikuje přerušovaným proudem).

Míjí-li se umělé dýchání s účinkem, zůstává-li obličej postiženého nadále bledý, rozšířené zornice se nezužují a tep na velkých cévách (krkavice, stehenní tepna) je nehmátný, přistoupí zachránce k nepřímé masáži srdce.

Nepřímá masáž srdce

Jejím principem je stlačení hrudní kosti (proti páteři). Postižený musí ležet na zádech, na pevné podložce. Po vyhledání dolní části hrudní kosti určíme tlakový bod, který je na hrudní kosti 2 prsty od špičky směrem k hlavě. Zápěstí hrana dlaně se položí na tlakové místo a na ni se přiloží zápěstí druhé ruky. Prsty musí být zvednuty tak, aby se ruce zachránce dotýkaly hrudní kosti co nejmenší plochou. Zachránce má ramena nad hrudníkem postiženého, lokty narovnány a na své zkřížené ruce působí tlakem svého těla tak, aby došlo ke stlačení hrudníku o 4 -5 cm. Hrudník se stlačuje pravidelně s frekvencí 60- 80 za minutu.

Nepřímá masáž srdce, prováděná u postiženého se zástavou dýchání a krevního oběhu, musí být vždy kombinována s umělým dýcháním. Poměr stlačování hrudníku (masáž srdce) a umělého dýchání je 5 : 1 pro dva zachránce, tedy po pátém stlačení hrudníku se provede jeden vdech a poměr 15 stlačení hrudníku a dva vdechy pro jednoho zachránce, ovšem popsany způsob je fyzicky značně náročný.

Zachránce pokračuje v nepřímé srdeční masáži tak dlouho, až se srdeční činnost obnoví. Původně bledý obličej a zevní sliznice pak zrudnou, rozšířené zornice se zužují a tep na velkých tepnách je pozorovatelný.

Postiženého ani na okamžik neopouštět !

Pokud je postižený v bezvědomí a dýchá, ukládá se do stabilizované polohy (na boku). Tato poloha umožňuje udržovat volné dýchací cesty a brání vdechnutí případných zvratků do plic. Při ukládání postiženého do stabilizované polohy se zachránce postaví či poklekne k boku postiženého, který leží na zádech. Nohu postiženého, která je blíže k zachránci, pokrčí v kolenní, ruku, která je blíže, vsune pod hýždě postiženého. Ruku, která je vzdálenější od zachránce, položí přes břicho postiženého, tahem za tuto paži postiženého převalí na bok. Hlavu postiženého je nutno upravit do mírného záklonu a položit na ruku tak, aby ústa byla volná a s oděvem kolem krku, břicha a hrudníku co nejvíce uvolněným. Postiženého přikrytím chráníme proti prochladnutí a neustále sledujeme, zda nedochází ke zvracení či nedostatečnému dýchání.

Nesmí se mu do úst vlévat žádný nápoj ani podávat léky a to až do příchodu lékaře.

Těžce raněný musí být co nejdříve dopraven do nemocnice. Před převozem je třeba k němu připevnit lístek s přesným údajem, kdy bylo přiloženo škrtící obinadlo. Zraněného doprovází při převozu do nemocnice průvodce, který má mít sebou teplý nápoj. Průvodce podá lékařům v nemocnici přesnou informaci o tom, jak poranění vzniklo, o druhu, velikosti napětí a síle proudu i o všech průvodních okolnostech úrazu.

Rychle a odborně provedená první pomoc často zachrání život postiženého. Podrobnosti o poskytování první pomoci, včetně obrázků, jsou v učebnicích první pomoci. Nejvhodnější jsou praktické ukázky a zácvik na modelu.

Vypracoval : Ing. Roman Kunc, 12/2016