

# Csillagászati és Földtudományi Kutatóközpont

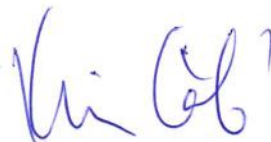
## Munkavédelmi Szabályzat

Összeállította és jóváhagyásra előterjesztette.



Murányi Gyula  
munkavédelmi ügyintéző

Jóváhagyom: 2021. 04. 12.



Dr. Kiss László  
főigazgató



2021

## Tartalomjegyzék

1. A Szabályzat hatálya
2. Munkavédelmi szervezet (feladat, felelősség)
3. A megelőzés általános szabályai (használat, biztonsági felülvizsgálat)
4. Veszélyes tevékenységek, korlátozások, előírások
5. A munkavégzés személyi feltételei (eü. alkalmasság, munkavédelmi oktatás)
6. Veszélyhelyzetek, ártalmak megelőzése, csökkentése
7. Hatályba léptetés

### Mellékletek:

- 1/a. Előírt egyéni védőeszközök
- 1/b. Nyilatkozat egyéni védőeszköz átvételéről, használatáról
- 2/a. Baleseti nyilvántartás
- 2/b. Baleseti napló
- 2/c. Baleseti jegyzőkönyv elosztása
- 2/d. Tájékoztatás és felhívás sérült részére
3. Munkaeszközök ellenőrző felülvizsgálata a 10/2016. (IV. 5.) NGM r. alapján
4. Munkavédelmi oktatási tematika és segédletek
- 4/a. Alapvető munka- és tűzvédelmi ismeretek új dolgozó részére (nyilatkozat)
- 4/b. Tűz- és munkavédelmi oktatási kérdések
- 4/c. Tűz- és munkavédelmi oktatási napló (csoportos oktatáshoz)
5. A képernyős munkahely kialakításának minimális követelményei
6. Munkavállalók védőoltása (kullancs...)
7. Besorolás munkavédelmi szakképesítéssel rendelkező személy foglalkoztatásának meghatározásához

## 1. A SZABÁLYZAT HATÁLYA

1.1. A munkavédelemről szóló 1993 évi XCIII. törvény és végrehajtási rendeletei alapján a Kutatóközpont munkavédelmi feladatait jelen Szabályzatban határozom meg.

1.2. A Szabályzat területi hatálya kiterjed a Kutatóközpont minden Intézetére, telephelyére, épületére és építményére, helyiségére és szabad terére (lásd SzMSz).

1.3. Személyi hatálya kiterjed

- minden munkavállalóra,

- mindazon személyekre, akik a Kutatóközpontot bármilyen célból felkeresik.

1.4. A Szabályzat visszavonásig érvényes

1.5. Jelen előírásoktól eltérni csak a főigazgató előzetes, írásos engedélye alapján szabad.

1.6. A Szabályzat előírásainak megszegése és annak nyomán bekövetkezett esemény súlyától és jellegétől függően, fegyelmi-, szabálysértési-, illetőleg büntetőeljárást vonhat maga után.

## 2. MUNKAVÉDELMI FELADATOK ÉS FELELŐSSÉG

A főigazgató egyszemélyes felelős vezetője a Kutatóközpontnak. Munkavédelmi feladatait

- közvetlenül,

- az igazgatókon,

- a munkavédelmi ügyintézőn,

keresztül látja el.

### 2.1. Főigazgató

a.) Felelős a munkavédelmi helyzetért.

b.) A szakmai feladatok ellátására munkavédelmi szakembert alkalmaz

c.) Kiadja a Szabályzatot, ellenőrzi, illetve ellenőrizteti az abban foglaltak végrehajtását.

d.) Telephelyek használatbavétele előtt a munkavédelmi szakvéleményt figyelembe véve engedélyezi az üzembe helyezést.

e.) Biztosítja, hogy a rendeletek és előírások változásait az érintettek megismerjék és megtartsák. Biztosítja a biztonságos munkakörülmények anyagi fedezetét.

f.) Elősegíti a balesetek kivizsgálását, eleget tesz jelentési kötelezettségeinek.

g.) Jóváhagyja a kockázatelemzést, a határidők betartását megköveteli.

h.) Az alkalmazottak által választott munkavédelmi képviselő tevékenységét a vonatkozó jogi előírásoknak megfelelően biztosítja.

### 2.2. Igazgató

Felelős az intézet és telephelyei munkavédelmi biztonságáért. E feladatok folyamatos ellátására munkavédelmi megbízottat jelöl ki, aki a Kutatóközpont munkavédelmi ügyintézőjének kapcsolattartója.

### 2.3. Gazdasági igazgató

Ütemezi a munkavédelmi feladatok anyagi fedezetét, biztosítja a szükséges anyagok, eszközök, szolgáltatások időbeni beszerzését.

Intézi a munkabalesetekhez kapcsolódó kártérítési eljárásokat.

Felelős a Foglalkozás-egészségügyi Szolgálat (FESZ) alkalmazásáért.

Megszervezi, hogy az új dolgozók belépés előtt áttanulmányozzák és aláírják az oktatási anyagot és az oktatás érdekében a munkavédelmi ügyintéző a szükséges értesítést időben megkapja.

#### 2.4. Munkairányító (osztályvezető, telephelyi vezető, laboratórium vezető, eseti munkairányító)

Felelős az általa irányított dolgozók biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotáért, előírászerű munkavégzéséért, gyakorlati oktatásáért.

Legalább a napi munkavégzés megkezdése előtt, majd szükség szerint ellenőrzi (ellenőrizteti) és folyamatosan biztosítja a helyiségek, berendezések, eszközök biztonságos állapotát, az egyéni védőeszközök megfelelőségét és használatát.

Rendellenesség esetén azonnal intézkedik.

#### 2.5. Munkavédelmi ügyintéző

a.) Jogosult és köteles a Kutatóközpont területén a saját és a külső vállalati dolgozók munkavégzésének ellenőrzésére. Ennek során:

- Szabálytalanság esetén joga és kötelessége a szabályos munkavégzés érdekében intézkedést kezdeményezni.

- Balesetveszély esetén javaslatot tesz a tevékenység felfüggesztésére a szabálytalanság megszüntetéséig.

- Egyéb súlyos szabálytalanság esetén feljegyzésben hívja fel a figyelmet az előírások betartására.

b.) A helyiségek és munkaeszközök munkavédelmi megfelelőségét rendszeresen ellenőrzi. Kezdeményezi a munkavédelmi eszközök beszerzését, az előírt felülvizsgálatok és karbantartások elvégzését.

c.) Figyelemmel kíséri a jogszabályok és előírások változásait, s intézkedik, hogy azok érvényre jussanak.

d.) Javaslatot tesz a Szabályzat elkészítésére, kiadására, módosítására

e.) Végzi az előzetes és ismétlő (éves) oktatást, vezeti nyilvántartását.

f.) Elkészíti a munkavédelemmel kapcsolatos jelentések, kimutatások tervezetét.

g.) Felelős az előírt felülvizsgálatok és karbantartások ellenőrzéséért.

h.) Felelős a kockázatelemzés elkészítéséért, szükséges felülvizsgálataáért, végrehajtásáért.

i.) Ellenőrzi a Baleseti naplókat, vezeti a baleseti nyilvántartást. Végzi és dokumentálja a balesetek kivizsgálását, jegyzőkönyvezését.

j.) Felelős a veszélyes munkaeszközök, munkahelyek munkavédelmi üzembe helyezési eljárásáért és ezek dokumentálásáért. Ellenőrzi a veszélyes eszközök időszakos biztonsági felülvizsgálatának teljesítését.

k.) Felelős a nem veszélyes munkaeszközök előzetes ellenőrző felülvizsgálataáért és 5 évenkénti időszakos ellenőrző felülvizsgálataáért, dokumentálásáért.

l.) Új létesítmény/épület/helyiség/gép üzembe helyezése előtt az előzetes ellenőrző felülvizsgálaton részt vesz, véleményét kifejti, jegyzőkönyvezi.

#### 2.6. Munkavédelmi megbízott

a.) A kutatóközponti szintű megbízottat a főigazgató, az intézeti/telephelyi szintűt az igazgató jelöli ki.

b.) Feladata: a munkahelyek és a munkavédelmi ügyintéző közötti információáramlás biztosítása (pl. új dolgozó felvilágosítása, munkabiztonságra kiható változás (pl. új

munkaeszköz) jelzése, munkavédelmi eszközök felülvizsgálatának/javításának segítése, sérülés naplózása és ügyintéző értesítése, időpont egyeztetés, helyszíni ellenőrzéskor kísérés, stb.)

c.) Munkavégzése során az általa használt közösségi tereken, helyiségekben ellenőrzi és segíti a munkavédelmi előírások teljesülését. Tapasztalatairól rendszeresen beszámol megbízójának.

## 2.7. Minden dolgozó

### a.) Köteleles

- az előírt időben és helyen, biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotban munkára jelentkezni, munkavezetőjével és kollégáival együttműködni,
- részt venni az előírt oktatásokon, egészségügyi vizsgálatokon,
- a munkaköri leírásában részletezett, ill. a munkairányítótól kapott feladatokat biztonságosan elvégezni,
- munkahelyének, a munka anyagának és eszközének ellenőrzési, kezelési és karbantartási szabályait elsajátítani, ezeket és az egyéni védőeszközöket rendeltetésszerűen használni, a fegyelmet, a rendet, a munkavédelmi előírásokat megtartani és megtartatni,
- az általa észlelt hiányosságot, rendellenességet, veszélyhelyzeteket a tőle elvárható módon kijavítani és jelenteni,
- a megelőzésben, a baleset jelentésében, a sérült ellátásában legjobb tudása szerint részt venni,
- a közös helyiségek és szabad terek hiányosságainak jelentéséért/felszámolásáért,
- a jogosulatlanok elől tiltott helyiségek zárásáért.

### b.) Jogosult

- a biztonságos munkához szükséges helyiségekre, eszközökre, anyagokra, védőeszközökre és munkakörülményekre,
- csak olyan munkát végezni, amely sérülést, egészségkárosodást nem okoz,
- biztonságot elősegítő javaslatokat, kéréseket előterjeszteni.

## 2.8. Vendég

A Kutatóközpontot bármely célból felkereső személy köteles a helyi munkavédelmi előírásoknak megfelelni. Az előírások betartásáért az az alkalmazott is felelős, akit a vendég akár hivatalos, akár magáncélból felkeres.

### 3. A MEGELŐZÉS ÁLTALÁNOS ELŐÍRÁSAI

#### 3.1. A használat általános követelményei és ellenőrzése

- a.) A nem dolgozószoba jellegű helyiségek bejáratát használatra utaló felirattal (pl. könyvtár, ... raktár, ... laboratórium, padlás, stb.), az irodai jellegű helyiségeket legalább névtáblával kell ellátni. A helyiségeket csak rendeltetésszerűen, a megelőző munkavédelmi rendelkezések szerint szabad használni, a rendet és tisztaságot meg kell őrizni.
- b.) A helyiségben, szabad téren, építményben csak az ott folytatott folyamatos tevékenységhez szükséges anyagot és eszközt szabad rendezetten tárolni.
- c.) A helyiségeket használatuk előtt meg kell tekinteni, biztosítani kell a rendeltetésszerű és biztonságos használat feltételeit.
- d.) A helyiségekben a tevékenység befejezése után ellenőrizni kell a használati szabályok megtartását és a szabálytalanságokat meg kell szüntetni – a TvSz. által részletezett módon.
- e.) A helyiségek takarítását az igazgató által meghatározottak szerint kell végezni. A hulladékot naponta el kell szállítani a központi gyűjtőbe.

#### 3.2. A raktározás és tárolás általános előírásai

- a.) A különböző anyagokat elkülönítetten kell tárolni.
- b.) A bejáratnál lévő felirat (pl. minta- és közetraktár) egyértelműen határozza meg a helyiségben tárolható anyagokat.
- c.) A polcok terhelhetőségét felirattal kell jelezni.
- d.) Vegyi anyag tárolása esetén legalább 20 liternyi száraz homokot kell készenlétben tartani (kifolyt anyagok felitatására). Az ilyen helyiségek hatékony szellőztetésűek legyenek.

#### 3.3. Közlekedési utak, lépcsőházak, ajtók

- a.) A közlekedési utakat, a folyosókat, lépcsőházakat, kijáratokat, vészkijáratokat, és a hozzájuk vezető utakat teljes szélességében szabadon kell tartani, és jó állapotban tartásáról gondoskodni kell. A folyosói ajtókra szerelt olajfékek/önzárók kiiktatása tilos.
- b.) A kijáratokat az üzemeltetés ideje alatt kulccsal vagy retesszel lezárni nem szabad. Üzemszünet alatt a lezárt helyiségek kulcsait hozzáférhető, ismert helyen (pl. porta) kell tartani.
- c.) Nyílászárók kinyitásával történő szellőztetéskor a helyiségben lehetőleg ne tartózkodjanak, a nyílászárókat becsapódás ellen ki kell támasztani.
- d.) A folyosói falakon csak az igazgató által engedélyezett tárgyakat szabad elhelyezni, a közlekedést nem zavaróan, elmozdulás ellen megfelelően rögzítve.

#### 3.4. Nem dohányzók védelme

A Kutatóközpont épületeiben tilos a dohányzás. Szabadban is csak a táblával kijelölt helyen szabad dohányozni.

#### 3.5. Építészeti és épületgépészeti követelmények

Ezen előírásokat, különösen az elektromos berendezésekre vonatkozót a TvSz részletezi. Teljesülésüket a munkaidő kezdetén, majd folyamatosan ellenőrizni szükséges. A meghibásodásokat haladéktalanul jelenteni kell. A meghibásodott, balesetveszélyes eszköz használatát (pl. elzárással) meg kell akadályozni.

A villamos berendezések *érintésvédelmi (ÉV) felülvizsgálatát 3 évenként* kell elvégezteni. A felülvizsgálat kezdeményezése, lebonyolítás segítése, a feltárt hiányosságok dokumentált felszámoltatása a műszaki felelős feladata.

### 3.6. Munkaeszközök, gépi berendezések

- a.) Csak kifogástalan állapotú munkaeszközöt, gépet szabad, rendeltetésszerűen használni.
- b.) A gépet csak olyan személy használhatja, akit ezzel munkairányítója megbízott, betanított.
- c.) A gép használati utasítását hozzáférhetően kell elhelyezni.
- d.) A tisztítást, karbantartást előírászerűen kell biztosítani.
- e.) Új munkaeszköz üzembe helyezéséhez szakképzett munkavédelmi ügyintéző előzetes ellenőrző felülvizsgálata szükséges.
- f.) Meghibásodás esetén a munkaeszközöt szakszerű kijavításáig nem szabad használni, a hibás gépet úgy kell elzárni, hogy más személy ne használhassa.
- g.) A gépi berendezéseket, munkaeszközöket a munkavédelmi ügyintéző üzembe helyezés előtt, majd 5 évente időszakos ellenőrző felülvizsgálatnak kell, hogy alávesse.

### 3.7. Gázüzemű berendezések, gázszivárgás (lásd TvSz)

### 3.8. Szellőztetés, klimatizálás

- a.) A helyiségek szellőztetését úgy kell biztosítani hogy huzat lehetőleg ne keletkezzék, ill. egészségkárosodást, tárgyak (függöny, ablak, ajtó, iratok, stb.) akaratlan elmozdulását ne okozza.
- b.) Az egyedi klímaberendezéseket, helyi elszívókat és vegyi fülkéket a helyiség használója üzemelteti, karbantartásáról a műszaki felelős gondoskodik.

### 3.9. Szociális helyiségek

- a.) A vegyi laboratóriumokban dolgozóknak, porképződéssel járó munkát végzőknek, szabadban dolgozóknak pihenőhelyiséget nem kell biztosítani.
- b.) Megfelelő számú mosdót, WC-t kell biztosítani. A fizikai munkát végző és szennyező anyaggal dolgozók részére zuhanyozási és zárható szekrényű öltözési lehetőséget kell biztosítani.
- c.) Ételt fogyasztani, csak olyan helyiségben szabad ahol vegyi anyag nincs elhelyezve, illetve ilyen anyaggal nem dolgoznak, s porképződés sincs.

## 4. VESZÉLYES TEVÉKENYSÉGEK ELŐÍRÁSAI, KORLÁTOZÁSOK

### 4.1. Tűzveszélyes tevékenységek, tűzveszélyes folyadékok használata (lásd TvSz)

### 4.2. Vegyi anyagok használata

- a.) Vegyi anyagot a vonatkozó szabványok, technológiai utasítások, a csomagolóeszközökön feltüntetett használati utasítás, és a Biztonsági Adatlapon előírtak szerint kell tárolni és felhasználni hatékony szellőzésű helyen. A vegyi anyag kezelésére jogosult dolgozó használja az előírt védőeszközöket, ismerje és alkalmazza a Biztonsági Adatlap előírásait, tudja, hogy a Biztonsági Adatlapot a kijelölt helyen bármikor megtekintheti.
- b.) Vegyi anyag csak szabványos, ép, feliratozott, jól záródó edényzetben tárolható a biztonsági előírások maradéktalan betartása mellett. Étel, ill. ital tárolására készült edényzetbe vegyi anyag nem tölthető. A feliratnak tartalmazni kell a vegyszer nevét, veszélyességét és a reá vonatkozó H és P mondat számát.
- c.) Vegyi anyagot elkülönítetten, illetéktelenektől elzártan kell tárolni.
- d.) Fokozott gondossággal kell a vegyszerek áttöltését végezni (szükség szerint tálca, tölcser, gumikötény, kesztyű és hosszú ujjú - az ujjánál elkötött - védőruha, védőszemüveg vagy - álarc)
- e.) Meg kell akadályozni, hogy a vegyi anyag a szájba jusson, a bőrfelületet érje, a szembe fröccsenjen. A szájba jutott vegyi anyagot azonnal el kell távolítani (kitörlés, öblítés) s azonnal orvoshoz kell fordulni. A bőrfelületre jutott anyagot le kell törölni, bő szappanos vízzel kell lemosni és öblögetni 10-15 percig. Szembe jutott vegyszert 15-20 perces bő vizes öblögetéssel kell dörzsölés-mentesen eltávolítani és haladéktalanul orvosi ellátást kell biztosítani.
- f.) A spray - típusú dobozokban túlnyomás uralkodik és sokszor tűz- és robbanásveszélyes gázzal vannak töltve, ezért a kezelési utasítás tanulmányozása és betartása rendkívül fontos. (Dohányzás, nyílt láng és szikra tilalma, fölmelegedéstől és ütődéstől történő védelem, stb.)
- g.) A kifolyt anyagokat azonnal fel kell takarítani.
- h.) Az igazgató által kijelölt személy tartja készenlétben az ÁNTSZ engedélyét/visszaigazolását, ellenőrzi a tárolást (fémszekrény vagy külön helyiség, zárás, feliratok, stb.), ellenőrzi a felhasználást, vezeti a nyilvántartást, gyűjti a veszélyes hulladékot, biztosítja a Biztonsági Adatlapok meglétét, hozzáférhetőségét.

### 4.3. Belépési korlátozások

Csak az adott helyen munkavégzésre jogosult részére adható ki/át a kulcs: ahol vegyi anyaggal vagy gázpalackkal dolgoznak, vagy ilyen anyagokat tárolnak, ahol forgó-mozgó, daraboló berendezések vagy emelő berendezések vannak. A kulccsal rendelkező jogosult dolgozó felelős más dolgozók belépéséért, tevékenységéért.

### 4.4. Munkavégzés közben tiltott eszközök

Fizikai munka (anyagmozgatás, karbantartás, stb.) közben a gyűrű, karóra/karkötő, viselése tilos. Hajolásnál nyaklánc, létrán/magasban zsebből kieshető tárgyak hordása tilos.

### 4.5. Egyedül nem végezhető:

- létráról folyó tevékenység,
- 20 litert meghaladó vegyi anyag mozgatása,
- emelő berendezések használata, hegesztés.



4.6. A mellékhelyiség fertőtlenítő takarítására megfelelő anyagot (pl. Hypó, Domestos) biztosítanak.

4.7. A kullancsencephalitis elleni védőoltást a melléklet részletezi

#### 4.8. Védőital

Ha a munkahelyi klíma zárttéri és szabadtéri munkahelyen a 24 °C (K) EH értéket meghaladja, részére igény szerint, de legalább félóránként védőitalt kell biztosítani. A folyadékvesztéséget általában 14–16 °C hőmérsékletű ivóvízzel kell pótolni. E célra alkalmas azonos hőmérsékletű ízesített, alkoholmentes ital is, amelynek cukortartalma az ital 4 súlyszázalékát nem haladja meg, vagy amely mesterséges édesítőszerrel ízesített.

A hidegnek minősülő munkahelyen (ha a várható napi középhőmérséklet a munkaidő 50%-nál hosszabb időtartamban, szabadtéri munkahelyen a +4 °C-ot, illetve zárttéri munkahelyen a +10 °C-ot nem éri el) a munkavállalók részére +50 °C hőmérsékletű teát kell adni. A tea ízesítéséhez cukrot, illetve édesítőszerrel kell biztosítani. A védőital és a tea elfogyasztásához legalább a dolgozók létszámát elérő mennyiségben, személyenként és egyéni használatra kiadott ivópoharakról kell gondoskodni. A védőital, valamint a tea készítése, tárolása, kiszolgálása a közegészségügyi követelmények betartása mellett történhet. Az ellátást a munkairányító biztosítja.

#### 4.9. Védőeszköz

A munka közbeni veszélyek, ártalmak megelőzésére, csökkentésére egyéni védőeszközt kell biztosítani az 1. sz. melléklet szerint.

4.10. Elsősegély egységcsomagot kell készenlétben tartani a helyi szabályzatokban előírt helyeken. Ugyanitt van a Baleseti napló is elhelyezve. Elsősegélynyújtásra az igazgató jelöl és képezte ki legalább két olyan alkalmas személyt, akik általában a létesítmény területén dolgoznak, hogy munkaidőben valamelyikük mindig elérhető legyen

## 5. A MUNKAVÉGZÉS SZEMÉLYI FELTÉTELEI

### 5.1 Szakmai alkalmasság

A dolgozók szakmai képzettségét a főigazgató és a gazdasági igazgató köteles megkövetelni.

### 5.2. Egészségügyi alkalmasság

a.) Csak olyan dolgozó foglalkoztatható, aki az előírt előzetes és időszakos orvosi vizsgálaton megfelelt. Fiatalkorú, terhes, nyugdíjas korú dolgozó foglalkoztatását jelen Szabályzat nem korlátozza. Ha a főigazgató és az igazgató az adott személyt a munka biztonságos végzésére alkalmasnak tartja, akkor az orvos a kitöltött kártyán és az egészségügyi felülvizsgálat alapján dönt.

b.) A foglalkozás-egészségügyi szolgálattal (FESZ) való kapcsolattartás, a vizsgálatokra küldés és ezek nyilvántartása a gazdasági igazgató (megbízottja) feladata.

c.) Előzetes vizsgálatra kell küldeni minden újonnan belépő dolgozót, azt akinek munkaköre, ill. Kutatóközponton belüli munkahelye megváltozik és a korábbinál nagyobb, vagy eltérő jellegű megterhelésnek lesz kitéve.

d.) Időszakos vizsgálat gyakorisága (eü. besorolás alapján):

- A kateg. (ionizáló, rákkeltő anyaggal d.): 1 évente,
- B kateg. (BEM vizsgálatra kötelezett laboratóriumi dolgozók): 1 évente
- C kateg.(takarítók, műszaki dolgozók, egyéb laboratóriumi d., terepen és/vagy laborban is dolgozó kutatók.): 1 évente,
- D kateg. (admin. d., laborban/terepen nem dolgozó kutató): 3 évenként,
- képernyős munkakörben dolgozók. 2 évente.

BEM (Biológiai expozíciós –hatás -mutatók)-t kell vizsgálni az alábbi anyagok használata esetén: Anilin, Arzén, Benzol, Dimetilformamid, Etil-benzol, Fluorid vegyületek, Fenol, Higany (szervetlen), Kadmium, Króm, Kobalt, n-Hexán, Nikkel, Nitro-benzol, Ólom (szervetlen), Szelén, Szénmonoxid, Szerves foszforsav-észter tartalmú peszticidek, Sztírol, Toluol, Triklór-etilén, Xilol.

-

e.) Soron kívüli vizsgálatot kell végezni, ha a dolgozót egészségi állapotának változása feltehetően alkalmatlanná teszi feladatai további biztonságos ellátására, munkahelyi okokra visszavezethető rosszullét esetén, 6 hónapot meghaladó távollét után, terhesség esetén. A vizsgálatot kezdeményezheti, ill. kezdeményezni köteles az igazgató.

f.) Záró vizsgálatot kell végezni az ionizációs munka, a rákkeltő és az ún. BEM- anyagok használatának megszűnésekor, munkakör váltáskor, munkaviszony megszűntekor.

### 5.3. A dolgozók munkavédelmi felvilágosítása

Azok a dolgozók, akik a munkakörükhez szükséges munkavédelmi ismeretekkel nem rendelkeznek – annak megszerzéséig az adott munkakörben nem foglalkoztathatók. Ennek végrehajtásáért a munkahelyi vezető felelős.

#### 5.3.1. Előzetes oktatás

a.) Minden dolgozót munkába állása előtt, áthelyezés előtt, új és veszélyes technológia bevezetése előtt és hat hónapot meghaladó távollét után a munka felvétele előtt munkavédelmi oktatásban kell részesíteni.

b.) Elméleti oktatásnak minősül a 4/a. sz. melléklet áttanulmányozása, a nyilatkozat aláírása munkába állás előtt a beléptetést intéző ügyintézőnél.

c.) A munkára jelentkező új dolgozót munkahelyi vezetője (vagy a munkavédelmi megbízott) helyismeretszerző gyakorlati oktatásban részesíti, s egyidejűleg kitöltik és aláírják a 4/b. sz. mellékletet.

d.) A dolgozó belépéséről a munkavédelmi megbízott által kellő időben értesített munkavédelmi ügyintéző (Budapesten 8 napon belül, Sopronban 15 napon belül) felkeresi a dolgozót és a munkavédelmi ismeretek meglétéről meggyőződik, ill. azokat kiegészíti. Mindezt az oktatási lap aláírásával igazolja.

#### 5.3.2. Ismétlő oktatás

a.) Minden dolgozót évenként (365 napon belül) egyszer ismeretfelújító oktatásban kell részesíteni. Ezen oktatás a munkavédelmi ismeretek felfrissítésén és bővítésén túl terjedjen ki az előző oktatás óta bekövetkezett változásokra, a menekülési tervre, a biztonsági eszközök elhelyezésére, szükség szerinti alkalmazására.

b.) Az oktatás megszervezéséért az igazgató felelős, az oktatást a munkavédelmi ügyintézővel közösen végzik.

c.) Az oktatásról jegyzőkönyvet kell készíteni (4/c. sz. melléklet, vagy azzal egyenértékű módon).

d.) Az oktatásról távolmaradt részére az akadály megszűnése után 15 napon belül pótkutatást kell szervezni.

#### 5.4. Biztonságos munkavégzésre alkalmas állapot és ellenőrzése

a.) Biztonságos munkavégzésre alkalmas állapot a dolgozó olyan fizikai és pszichikai állapota, amely lehetővé teszi, hogy a rábízott munkát saját és mások egészségét megőrizve végezze. Ennek ellenőrzését a dolgozó tevékenységének sajátosságait figyelembe véve a közvetlen munkairányító köteles lehetőleg munkakezdekor elvégezni, s szükség szerint megismételni.

b.) A biztonságos munkavégzésre képes állapotot az alkoholos és drogos befolyásoltság kizárja. Ebből a szempontból alkoholos befolyásoltságnak minősül amennyiben az alkoholellenőrző eszköz 0,2 ezreléket meghaladó értéket mutat. Ha a dolgozó az alkoholos befolyásoltság vizsgálata alól magát kivonja (megtagadja), ismételt felszólítás után ezt úgy kell tekinteni mintha alkoholos befolyásoltság alatt lenne. A pozitív eredményt vitató dolgozót vérvételre kell kísérni.

c.) Az ellenőrzésről jegyzőkönyvet kell felvenni. Az ellenőrzésen két tanúnak is jelen kell lenni.

d.) „Szondázásra” jogosult a főigazgató, az igazgató és az általa megbízott munkairányító, valamint a munkavédelmi ügyintéző.

e.) Káros mellékhatást kiváltó gyógyszeresedés esetén, ha a dolgozó nem kellően kipihent, vagy egészségügyi zavarai vannak, akkor eseti elbírálás alapján a dolgozó más munkával bízható meg, haza, ill. orvoshoz küldhető (kísérendő).

f.) Ha a dolgozó nincs megfelelő fizikai, szellemi, lelki állapotban a munkahelyi vezető nem állíthatja, ill. nem tarthatja munkában. Ha ez az állapot a dolgozónak felróható (pl. ittasság miatt) ellene fegyelmi felelősségrevonást kell kezdeményezni.

## 6. VESZÉLYHELYZETEK, ÁRTALMAK MEGELŐZÉSE, CSÖKKENTÉSE

### 6.1. Tűz, égési sérülés, füstártalom

Tűz esetén nagy az egészségkárosodás (égési sérülés, füstmérgezés veszélye), ezért a TvSz vonatkozó előírásait és a Tűzriadó Terv követelményeit oktatni, teljesülését megkövetelni szükséges.

### 6.2. Baleset

a.) Baleset esetén azonnal gondoskodni kell a sérült, szakszerű ellátásáról (elsősegély, orvoshoz kísérés, mentők). A balesetet és körülményeit jelenteni kell a munkairányítónak, ki kell tölteni a Baleseti naplót. Ha a baleset munkakieséssel jár, akkor értesíteni kell az igazgatót is, s a baleset helyszínét változatlanul kell hagyni. Ha lehetséges fotófelvételek készítenők a helyszínről, a sérülést okozó eszközről és a sérültről.

Munkakieséssel járó balesetet a munkavédelmi ügyintézővel kell kivizsgáltatni és jegyzőkönyvet kell felvenni.

Munkabalesetből eredő 3 napot meghaladó keresőképtelenség esetén a jegyzőkönyvet nemcsak a dolgozónak és a TB ügyintézőnek, hanem a területileg illetékes munkavédelmi felügyelőségének is meg kell küldeni. Súlyos munkabalesetről ezen szervet és a rendőrséget azonnal értesíteni kell, *s a baleset helyszínét változatlanul kell hagyni/megőrizni.*

Súlyos az a munkabaleset, ami

- a sérült halálát (halálos munkabaleset az a baleset is, amelynek bekövetkezésétől számított egy éven belül a sérült orvosi szakvélemény szerint a balesettel összefüggésben életét veszítette), magzata vagy újszülöttje halálát, önálló életvezetését gátló maradandó károsodását;
- valamely érzékszerv (vagy érzékelőképesség) és a reprodukciós képesség elvesztését, illetve jelentős mértékű károsodását okozta;
- orvosi vélemény szerint életveszélyes sérülést, egészségkárosodást;
- súlyos csonkulást, hüvelykujj vagy kéz, láb két vagy több ujjá nagyobb részének elvesztését (továbbá ennél súlyosabb esetek);
- *beszélőképesség elvesztését vagy feltűnő eltorzulást, bénulást, illetőleg elmezavart okozott.*

b.) Munkabalesetet szenvedett dolgozó kártérítési ügyében az előírt határidőn belül intézkednie kell a gazdasági igazgatónak.

c.) Ha a dolgozó balesete munkába jövet, hazafelé menet, vagy társadalombiztosítással kapcsolatos ügyben történik a balesetet a Kutatóközpont TB ügyintézője vizsgálja ki, a sérült dolgozó pedig köteles a szemtanúk nyilatkozatát beszerezni. A kivizsgálásba be lehet vonni a munkavédelmi ügyintézőt is.

d.) A baleset eltitkolása TILOS!

e.) A balesetek szakszerű ellátására kiképzett elsősegélynyújtókat és elsősegély egységcsomagot kell biztosítani.

### 6.3. Gázszivárgás

Gázszivárgás esetén a TvSz vonatkozó előírásai szerint kell eljárni.

### 6.4. Bombariadó, földrengés, környezeti veszélyhelyzet miatti tevékenység/kiürítés

Az igazgató irányításával, az eljáró hatóságok/szervek utasítása szerint, a tűzriadónál tanult ismeretek rugalmas alkalmazásával kell a dolgozók egészségének védelme, szükség esetén az anyagi javak mentése érdekében összehangoltan, nyugodtan, de határozottan cselekedni.

## 7. ZÁRÓ RENDELKEZÉSEK

7.1. A Munkavédelmi Szabályzatban foglaltak alkalmazását a mai nappal elrendelem, a korábbi Szabályzatokat visszavonom.

7.2. A Szabályzatot kapják:

- főigazgatói titkárság,
- igazgatók.

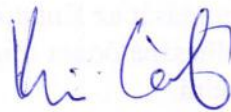
A szabályzat közzétételre kerül a CSFK belső honlapján.

7.3. A Szabályzat előírásait a közelmúltban tartott oktatásokon ismertettük, ezért rendkívüli oktatást nem rendelék el.

7.4. A kockázatelemzés elvégzését 60 napon belül kell teljesíteni.

7.5. Felkérek, s egyben utasítok minden egyes dolgozót, hogy munkavédelmi feladatait maradéktalanul teljesítse.

Budapest, 2021. 04. 12.



Kiss László  
főigazgató

A Szabályzat és mellékletei tervezetét összeállította Murányi Gyula munkavédelmi ügyintéző.  
(OMKTI. 71/1986. V/Üm. 06304002439, [muranyi.gyuszi@cserhatszentivan.com](mailto:muranyi.gyuszi@cserhatszentivan.com))

A Szabályzat és mellékletei munkaegészségügyi előírásaival egyetértek

FESZ-orvos

## Előírt egyéni védőeszközök

A vonatkozó rendeletek és az igazgatóságokon és telephelyeken elvégzésre került ellenőrzések és kockázatbecslések alapján az egyéni védőeszközöket az alábbiak szerint kell biztosítani és használatát megkövetelni.

Csak az előírt jelöléssel (CE, MSZ EN..., piktogramm), megfelelőségi nyilatkozattal/tanúsítvánnyal és kezelési utasítással ellátott védőeszközt szabad beszerezni, ezeket dokumentáltan kell átadni a dolgozónak, akit a helyes használatra és karbantartásra ki kell oktatni.

A védőeszköz rendeltetésszerű és biztonságos használata a munkavégzés alapfeltétele. Ezt szükség szerint, de legalább műszakonként a munkairányító ellenőrizni köteles. A védőeszköz használatát megtagadó dolgozót a munkavégzéstől el kell tiltani, s fegyelmi eljárást kell ellene indítani.

A védőeszközök tisztítását, karbantartását az Kutatóközpontnak kell biztosítani. Kihordási idő nincs. Ha az egyéni védőeszköz elhasználódása miatt védelmi szerepét nem tudja teljesíteni, akkor haladéktalanul újra kell cserélni.

Új veszélyes anyag/munkaeszköz/technológia használata esetén munkavédelmi szakember közreműködését kell kérni a használatbavételhez, a szükséges védőeszközök és előírások meghatározásához.

Gyakorlatilag nincs olyan dolgozónk, aki munkája során ne használna számítógépet, ne kellene képernyőt figyelnie. Képernyős munkakör: olyan munkakör, amely a munkavállaló napi munkaidejéből legalább négy órában képernyős munkahelyen képernyős eszköz használatát igényli, ideértve a képernyő figyelésével végzett munkát is.

A munkáltató a munkafolyamatokat úgy szervezi meg, hogy a folyamatos képernyő előtti munkavégzést óránként legalább tízperces - össze nem vonható - szünetek szakítsák meg, továbbá a képernyő előtti tényleges munkavégzés összes ideje a napi hat órát ne haladja meg. A munkáltató köteles - a foglalkozás-egészségügyi orvosnál (a továbbiakban: orvos) kezdeményezni a munkavállaló szem- és látásvizsgálatának elvégzését. Ha az orvos megállapítja, hogy a munkavállaló részére a képernyő előtti éleslátást biztosító szemüveg biztosítása szükséges lehet, a munkavállalót szemészeti szakvizsgálatra küldi. Ha szemészeti szakvizsgálat eredményeként indokolt, illetve a munkavállaló által használt szemüveg vagy kontaktlencse a képernyő előtti munkavégzéshez nem megfelelő, a munkáltató a munkavállalót ellátja a minimálisan szükséges, a képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveggel. Mindezekből eredő költségek a munkavállalóval szemben nem érvényesíthetők.

Biztosítandó egyéni védőeszközök

<b>Munkakör, munkafeladat</b>	<b>1.sz. védelmi kategóriájú</b>	<b>2. sz. véd. kateg.</b>
Karbantartó, műszerész, udvaros munkát végző, anyagmozgatást végző, emelő berendezés kezelő  (pl. gondnokok, műszaki ügyintézők is)	kétrészes munka ruha, v. overall (MSz EN 340), téliestített mellény/kabát (MSz EN 340), esőkabát/esőköpeny, (MSz3 EN 40, 343), gumicsizma (MSz EN 344), HT gumikesztyű (MSz EN420)	Védőcipő (csúszásgátló talpú, bőr felsőrészü) MSz EN 220, 344/ Talpcsúszással szembeni véd.. Mechanikai védőkesztyű, bőr, 5 ujjas MSz EN 420, 388, / Mechan. véd Zárt védőszemüveg Köszörüléshez/darabológéphez MSZ EN 166, (170), Fej-arc és szemv. Plexi álarc fa gépi vágásához/darabolásához és damilos/késes fűnyíráshoz Hallásvédő fültok, MSZ EN 351- 1 (25 dB)
Takarító (felmosás, mosdó-WC tak., ablakpucolás, létrahasználat)	munkaruha vagy pamut köpeny, HT gumikesztyű, műa. (vízlepergetős) kötény	Védőcipő (csúszásgátló talpú, bőr felsőrészü) MSz EN 220, 344/ Talpcsúszással szembeni. Zárt védőszemüveg MSZ EN 166, (170), Fej-arc és szemv. Nitril védőkesztyű, Msz EN 420, 374 vegyszer elleni véd.
Vegy laboratóriumban dolgozó	pamut munkaruha és/vagy hosszú ujjú pamut köpeny, polietilén (nyakba akasztós) kötény	Zárt védőszemüveg v. álarc MSZ EN166, (170), Fej-arc és szemv. Hő (350 C <sup>0</sup> ) elleni védőkesztyű MSZ3 EN 88,407, 420/ Hő- és láng. e.v. Nitril védőkesztyű, Msz EN 420, 374 vegyszer elleni véd. (laborban Szemöblítő)
Képernyős munkakörben dolgozó		Szakorvosi vélemény alapján képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg
Terepen mérést végző, mintát vevő	Zárt cipő vagy csizma, időjárásnak megfelelő ruházat	
Kőzet mintavétel	Zárt cipő vagy csizma időjárásnak megfelelő ruházat	Plexi álarc MSZ EN166, (170), Mech. védőkesztyű MSz EN 420, 388, Kobak fejjvédő Msz EN 397
kőzet kézi darabolása	munkásruha vagy köpeny	Plexi álarc mech. védőkesztyű
kőzet gépi darabolása és csiszolása	munkásruha vagy köpeny, sapka/kendő	Plexi álarc teljes arc véd. Mech. védőkesztyű Porálarc FFP2 szelepes, MSZ EN 143, 149 Hallásvédő fültok, MSZ EN 351- 1 (25 dB)

Nyilatkozat  
egyéni védőeszköz átvételéről, használatáról

Munkahely: .....

Munkakör, munkafeladat:  
.....

Név: .....

Egyéni használatra átvett védőeszköz (megnevezés, mennyiség):  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Közös használatra biztosított védőeszköz (tárolási hely, megnevezés, mennyiség):  
.....  
.....  
.....

Alulírott kijelentem, hogy munkahelyi vezetőm tájékoztatott azokról a kockázatokról, valamint ezek mértékéről, melyek munkavégzésem során jelentkezhetnek és melyek elleni védelemül a fenn részletezett védőeszközöket részemre átadta, ill. használatát biztosítja és megköveteli. Elismerem, hogy ismertette és elsajátítottam a védőeszköz használatának, tárolásának és karbantartásának tudnivalóit, átvettem a védőeszköz magyar nyelvű ismertetőjét és kezelési utasítását, a minősítő bizonyítványt/tanúsító jelet. Tudomásul veszem, hogy a védőeszköz rendeltetésszerű használata nélkül az adott feladatot nem végezhetem, a védőeszközt munkahelyemről nem vihetem el és haladéktalanul tájékoztatnom kell munkahelyi vezetőmet, hogy ha a védőeszköz elveszti védelmi képességét, vagy olyan új veszély jelentkezik amelyhez megítélésem szerint a biztosított eszközök nem megfelelőek, ill. nem elegendőek.

Egyéb kiegészítés, észrevétel, javaslat  
.....  
.....  
.....

202 év        hó        napján  
.....  
dolgozó

Későbbi módosítások, kiegészítések (kelt, leírás, aláírások)



**Baleseti nyilvántartás  
20..**

Ssz.	Név munkahely munkakör	Szül. hely idő Anyja n.	Sérülés ideje	S. ellátása, munkakiesés	Jegyzőkönyv (OMMF, TB., sérült)	

CSFK .....  
Adószáma: ..... Gazd.foma: ..... TEAOR: .....  
Összes dolgozó: fő Felelős vezető neve és beosztása: .....

4/b. sz. melléklet

### Baleseti napló (Ssz.: /202 )

Sérült neve : ..... születési neve:.....

Születési helye, ideje: ..... Anyja neve: .....  
Sérült munkahelye: ..... munkaköre: ..... FEOR száma: .....  
Szakképzettsége:.....Munkaviszonya ..... határo.....-ig,  
napi/heti .... órás, állampolgársága ..... TAJ száma: .....  
Ezen munkakörben dolgozik: ..... év ..... hó ..... nap óta  
Sérült lakcíme:..... Tel.: .....  
Sérülés ideje: 20..... év ..... hónap.....nap ... óra ... perc. Munkaidő kezdete volt: .....

Sérülés pontos helyszíne: .....

A baleset előzménye (munkafeladat), a baleset részletes leírása:

.....  
.....  
.....  
.....

A sérült testrész, a sérülés jellege: .....

Intézkedés a sérült egészségügyi ellátására: .....

A sérült folytatta-e a munkavégzést? ..... (keresőképtelenségének kezdete: .....)

Szemtanúk neve és lakcíme:

.....  
.....

A sérült biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotban dolgozott? .....

Utolsó FESZ-vizsgálat ideje, eredménye: .....

Sérült közvetlen munkairányítója (név, beosztás): .....

A munkakörnyezet, a munka eszköze, anyaga, a védőeszköz rendeltetésszerű és biztonságos használatra alkalmas volt-e?

.....  
Így is használták? .....

A sérült utolsó munkavédelmi oktatásának ideje és helye:.....

A kitöltő szerint ki/mi volt a baleset oka, mit kell tenni hasonló esetek megelőzése érdekében:

.....  
.....

Kitöltő neve, beosztása: .....

Kelt:.....

aláírás

**Sérült és munkahelyi vezető, mv. képviselő észrevétele, kiegészítése, aláírása:**

.....  
.....  
.....

Munkavédelmi megbízott és ü.i. intézkedése (nyilvántartásba-vétel, kivizsgálás, jk., kártérítés, felelősségre vonás, stb.):

..... 20 .....-i munkabaleseti  
jegyzőkönyvének elosztási listája

A jegyzőkönyvi adatok egyeztetése (szükség szerinti javítása) után kinyomtatandó és ügyintézővel, majd főigazgatóval aláíratandó (+pecsét)

<i>Címzett</i>	<i>Példány</i>	<i>Elküldés/átvétel igazolása (kelt, aláírás)</i>
TB-ügyintéző	2	
Sérült	1	
3 napot meghaladó munkakiesés esetén: területileg illetékes Munkavédelmi Felügy. (legkésőbb tárgyhót követő 8-ig)	1	
Irattár	1	
Igazgató	1 (másolat is lehet)	
Munkavédelmi üi.	1 (másolat is lehet)	

Budapest, 20.....

.....  
munkavédelmi. üi.

Sérült későbbi felgyógyulása esetén haladéktalan értesítést kérünk, mert módosító jegyzőkönyvet kell küldeni a Munkavédelmi Felügyelőségnek

## Munkaeszközök ellenőrző felülvizsgálata a 10/2016. (IV. 5.) NGM r. alapján

Helye: CSFK .....

Ideje: 20.....

Végzői: Murányi Gyula mv. üi., felh.képv.: .....

Ép., szint, helyiség	Munkaeszköz megnev., gyártm., típus, száma	Észrevétel, hiányosság, veszély, teendő	Megfelel Javítandó Nem megf.

Kmf. aláírások:

## Munkavédelmi oktatási tematika

**1. Új dolgozók oktatási tematikája**

- 1.1. Az oktatás alaptémái a munkavédelmi szabályozások és a Tűzvédelmi Szabályzat alapján
  - 1./ Biztonságos munkavégzésre alkalmas állapot. Ennek ellenőrzése, jogok és kötelezettségek.
  - 2./ Munkahelyi rend, tisztaság, munkarend (fokozottan a vendégek által használt helyiségekben).
  - 3./ Védőruha, védőeszköz használati és karbantartási előírásai.
  - 4./ Munkaeszköz ellenőrzése, karbantartása, használata. Tennivalók meghibásodás esetén.
  - 5./ Közlekedés, közlekedési utak követelményei, ezek biztosítása.
  - 6./ Tennivalók baleset esetén (jelentés, segítségnyújtás, tennivalók rosszulát, ájulás, nyílt seb, áramütés, mérgezés, füstmérgezés, égési sérülés esetén).
  - 7./ Dohányzás és nyílt láng használata tilalma.
  - 8./ Vegyi anyagok használati és tárolási alapelőírásai. Biztonsági adatlap hozzáférhetősége.
  - 9./ Tűzjelző rendszer ismertetése (érzékelők, kézi jelzésadók, sziréna, ...).Tennivalók tűz és robbanás esetén. Jelzés (telefon, élszó), mentés, menekülés, tűzoltás (tűzoltó készülék, víz), tűzvizsgálat. A dolgozó speciális (egyedi) feladatai:
  - 10./ Elektromos berendezések használata, veszélyeinek megelőzése, tennivalók meghibásodás, áramütés, tűz esetén. elzárók helye.
  - 11./ Tennivalók gázszivárgás, fenyegetés, környezeti ártalom veszélye, az intézmény kiürítése esetén. gázlezáró helye.
  - 12./ A dolgozó által használt gépi eszköz és anyag használati szabályai, a használat bemutatása, begyakorlása.
  - 13./ A munkahely helyiségeinek **megtekintése**, alapvető biztonság szabályai. Biztonsági eszközök helyének és használatának **bemutatása** (áramtalanító, gázlezáró, elsősegélynyújtó hely, tűzoltó készülék, menekülési út). Tűzoltó készülék **használati** szabályai..
  - 14./ Tennivalók a munka szüneteltetésekor és befejezésekor. Anyag, munkaeszköz, helyiség, munkahely elhagyása.

**1.2. Munkaköri kiegészítések**

Adott munkakör munkaeszközeinek, berendezéseinek és anyagainak használati szabályai, védőeszközei és azok megfelelő használata, tisztítása

Számítógép használat minimum követelményei (munkahely, eszközök, idő"normák" ...)

Vegyi anyagok (fájta, mennyiség, tárolási követelmények/helyek/eszközök, felhasználás, védőeszközök, vegyi fülke, semlegesítés, elsősegélynyújtás, Biztonsági adatlap, spec. mentés és mentesítés) biztonságos használata. H és P mondat. Piktogramok. Edényzetek feliratozása. Rákkeltő anyagok szabályzata. BEM.

Anyagmozgatási feladatok biztonsági előírásai (anyag, mennyiség, eszköz, hely)

Laboratóriumi eszközök, takarítási eszközök, műhelymunkák eszközei helyes használata és karbantartása

Emelő berendezések használata, dokumentálása. Létrahasználat eszközei és szabályai.

Terepi mintavétel és mérés biztonsága (munkaszervezés, munkakörnyezet, öltözet/lábbeli)

MSSZ vonatkozó előírásai

Játművezetés/tankolás/hibajelentés.

Kockázatelemzés szerinti veszélyek.

**2. Ismétlődő oktatások tematikája**

Munkahelyi tapasztalatok/hiányosságok, baleset, rend, tárolási és felhasználási előírások, stb. (nem)teljesülése alapján részletesebb kiemelés, ill. főbb munkavégzési, megelőzési, segítségnyújtási, mentési, jelentési kötelezettségek ismétlése oktatási naplóban jelzett témák sorrendjében

### **Alapvető tűz- és munkavédelmi ismeretek új dolgozó részére (nyilatkozat)**

A dolgozónak munkába állása előtt az alapvető tűz- és munkavédelmi ismereteket el kell sajátítani. Az elméleti ismeretek elsajátítása jelen ismertető figyelmes tanulmányozásával és aláírásával történik.

1. Munkahelyen csak biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotban, azaz kellően kipihenten, alkohol és más, a munkavégzés biztonságát károsan befolyásoló szer hatásától mentesen szabad megjelenni. Ilyen szerek a munkahelyre nem hozhatók be, illetve itt nem fogyaszthatók. Gyógyszerei megválasztásához közölje orvosával esetleges egyéni érzékenységet, közlekedési módját, munkakörülményeit.
2. Munkarendjét – hely, idő, feladat – munkairányítója határozza meg, ettől önkényesen eltérni nem szabad. Munkahelyét csak a munkairányító előzetes tudtával (engedélyével) hagyhatja el.
3. Ruházata, lábbelije feleljen meg a munkakörére vonatkozó előírásoknak. Anyagmozgatást végző, géppel dolgozó, kesztyűt viselő, kézmosásra kötelezett személyek gyűrűt, karórát, karkötőt nem viselhetnek. A biztosított védőeszköz használata kötelező.
4. Ügyeljünk a rendre, tisztaságra. A rendetlenség, a megszokott környezet indokolatlan megváltoztatása kellemetlenséget, balesetet okozhat. A közlekedési útvonalakat mindig hagyjuk szabadon.
5. A munka megkezdése előtt ellenőrizze az Önre bízott helyiség, anyag, munkaeszköz, gép megfelelőségét, s csak akkor kezdjen munkájához, ha a biztonságos munkavégzés minden feltétele teljesül.
6. Munkáját figyelmesen, pontosan, az előírásoknak (szóbeli utasításoknak, kezelési utasításoknak, szabályzatoknak) megfelelően végezze. Rendellenesség esetén meg kell szakítani a munkavégzést, s csak a hiba szakszerű kijavítása után, a biztonsági feltételek teljesülése esetén szabad folytatni a munkát.
7. Teljesítse a munkájához előírt tisztítási és karbantartási feladatokat. Csak olyan tevékenységet végezhet, amivel megbízzák, és amit biztonságosan tud teljesíteni.
8. Közlekedjék nyugodtan, figyelmesen, határozottan.
9. Rosszullét, baleset esetén azonnal intézkedni kell a gyors és szakszerű segítségnyújtás érdekében. Elsősegélyhely: az Igazgatóságon. Eszméletvesztés után, szemsérülés, nyílt seb esetén orvosi rendelőben is jelentkezni kell. Áramütést szenvedetthez orvost kell hívni. Ragaszkodjon ahhoz, hogy balesetét rögzítsék az ún. Baleseti naplóban, amely az igazgatóságon található. Ha munkába jövet vagy hazafelé menet éri sérülés, azt is jelentse munkahelyi vezetőjének. Egészségügyi panaszával forduljon orvoshoz.
10. Dohányozni, ételt és italt fogyasztani és tárolni, kozmetikázni csak olyan helyiségben szabad, ahol nem történik vegyi anyag tárolása vagy felhasználása és az Igazgató engedélyezte.
11. Vegyi anyaggal, gázpalackkal, sugárzó anyaggal/eszközzel csak olyan személy dolgozhat, akit erre kellően kioktattak. Fokozott figyelemmel dolgozzon, használja a védőeszközöket (szemüveg, kesztyű, köpeny, kötény, munkaruha, stb.). Szembe jutott anyagot bő vízzel kell 10-15 percig öblögetni, s azonnal orvoshoz kell fordulni. A hulladék szelektív gyűjtését előírászerűen végezze. A veszélyes anyagok Biztonsági Adatlapját a tűzvédelmi dokumentumoknál bármikor megtekintheti. A Kutatóközpont és az Intézet/telephely Tűzvédelmi Szabályzata, Munkavédelmi Szabályzata, s ezek mellékletei elérhetők az igazgatóságon és a honlapon

**12.** Csak szabványos, ép, biztonságos berendezést használjon rendeltetésszerűen. Elektromos berendezéshez nedves kézzel sohase érjen. Elektromos hiba esetén munkahelyi vezetőjén keresztül forduljon a karbantartókhoz. Kerülje a hosszabbító használatát. A berendezés elhelyezésével is tegye egyértelművé, hogy a gép hol csatlakozik a hálózatra, hol lehet kikapcsolni, ill. leválasztani. Ügyeljen rá, hogy elektromos vezeték se mechanikai (pl. rálépés, dörzsölődés, becsípődés), se hőhatás ne érjen. Személyi tulajdonú telefontöltő, laptop elektromos igényét meghaladó berendezést (pl. rezsó, vasaló, hőszugárzó, mikromelegítő, kávéfőző, vízforraló, hűtő, stb.) tilos a munkahelyre behozni. Az Intézet által kihelyezett ilyen eszközöket rendeltetésszerűen kell használni, a hűtő kivételével bekapcsolt állapotban nem hagyhatók őrizetlenül.

**13.** A gép/munkaeszköz/berendezés karbantartási utasítása szerint végezze az előírt tisztítást, karbantartást (kikapcsolás, hálózatról leválasztás, előírt eszközök és anyagok használata).

**14.** Tűz esetén rendkívül fontos a tűzoltóság (112), a közelben/épületben tartózkodók értesítése. Áramtalanítsa az égő gépet/helyiséget/épületet.

**15.** Ha munkahelyén, vagy közelében rendkívüli esemény történne, akkor Önnek az a feladata, hogy befejezze az adott munkát, gépét helyezze üzemem kívül, és munkahelyi vezetője utasításait fegyelmezetten hajtsa végre.

**16.** Mielőtt munkahelyét elhagyná – akár csak egy kézmosás idejére is – gondoskodni kell arról, hogy ott biztonságos körülmények maradjanak (gép kikapcsolása, anyagok elhelyezése, stb.).

**17.** Ahol tűzérzékelők és jelző központ van telepítve ott tudnia kell:: Ha a mennyezetekre szerelt automata hő- és füstérzékelők tüzet észlelnek, akkor a tűzjelzés a portára fut be, az épületben tartózkodókat pedig a mennyezet alá szerelt (piros színű) szirénák értesítik a veszélyről. A kézzel működtethető tűzjelző üvegének betörésével, a jelzőgomb benyomásával lehet a tüzet jelezni a porta felé. A portára befutott tűzjelzést ebben az esetben a portás/automata továbbítja a tűzoltóság felé. Ha a jelző közelében nem szólal meg a (piros) veszélyjelző az azt jelenti, hogy a jelzés nem futott be a portára, ezért azt személyesen vagy telefonon haladéktalanul meg kell ismételni.

**18.** Igényelje, hogy új munkahelyén kellő helyismeretre tegyen szert, s a biztonsági eszközök (áramtalanító, elsősegélynyújtó, gázlezáró, tűzoltó készülékek, menekülési út, tűzjelző, stb.) helyét és működtetését megmutassák.

**19.** Munka- és tűzvédelmi észrevételeivel, kérdéseivel forduljon bizalommal munkahelyi vezetőjéhez.

Aláírással igazolom, hogy jelen munka- és tűzvédelmi előírásokat tartalmazó anyagot átolvastam, megértettem, az előírásokat betartom és betartatom. Helyismeretszerzés és a gyakorlati ismeretek elsajátítása érdekében jelentkezem munkahelyi vezetőmnél.

Kelt	Név	Munkahely, munkakör	Aláírás
202			

## Munka- és tűzvédelmi oktatás ellenőrző kérdései

Kitöltő neve: ..... munkahelye: ..... szakképz./beosztás: .....  
 Szül.év: 19 ..... FESZ –orvosnál voltam: ..... Munkafeladatok: .....

1) Kijelentem, hogy a mai napon (202.....) megtartott konzultáción részt vettem, az MvSz, a TvSz, a veszélyes anyagok és hulladékok helyi szabályozásai, a Kockázatelemzés és a Biztonsági adatlapok alapján megtartott oktatás anyagát ....., a kérdésekre kielégítő választ ..... Az előírásokat betartom és ..... A szabályozásokat bármikor megtekinthetem .....

2) A munkavégzés alapfeltétele, hogy biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotban, a munkáltató által biztosított védőruhában, a munkahelyi vezető utasítása és a biztonsági előírások, szabályzat, kezelési utasítás, szakmai szabályok, stb. maradéktalan megtartásával, az anyagok, eszközök és védőfelszerelések rendeltetésszerű használatával dolgozunk. Ha hiányosságot tapasztalok .....

3) Az alábbi kifogástalan állapotú munkaeszközöket tudom rendeltetésszerűen és biztonságosan használni: PC, fénymásoló, létra, mikro, teafőző, kávéfőző, .....

4) Az általam használt veszélyes anyagok Biztonsági adatlapjai (kezelési utasítása) tűz- és munkabiztonsági előírásait ismertették, ezeket áttanulmányoztam, s munkám során bármikor megtekinthetem .....-nél. A veszélyes anyagok felhasználásának nyilvántartást vezetem. Kijelentem, hogy az alábbi veszélyes anyagokat és készítményeket tudom rendeltetésszerűen és biztonságosan használni:

Anyag megnev.,	Veszélyei	Felh. célja, módja	Haszn. gyakorisága, átl. ideje	Felh. menny. alkalom/hét/hó/év
hipo, domestos sav, lúg oldószer				

Az esetlegesen kifolyó vegyszer gyors felitását a ..... található ..... -kal végzem.

Csak olyan edényzetet használok, melynek feliratozása, zárási lehetősége előírászerű. A feliratozás pótlását megoldom.

5) A legkisebb sérülés, rosszullet, rendellenesség esetén is értesitem ..... Kijelölt elsősegély-nyújtók: ..... Tudom, hogy mit kell tennem ha vegyi anyag kiömlik, szembe jut, bőrre jut. Spec. segélynyújtó eszköz/anyag: .....

6) Munkaköröm veszélyei: ..... Az alábbi, részemre biztosított egyéni védőeszközöket tudom rendeltetésszerűen és biztonságosan használni:

7. A tűzjelzés ..... történik. A tűzoltóság (112) és a munkatársak gyors tájékoztatása mindig szükséges (pontosan hol, mi ég, kit és mit veszélyeztet). A ..... elhelyezett ..... oltó készülék működtetését ismertették, szükség esetén én is tudnám ..... Tűz esetén a nem tűzveszélyes vegyi anyagokat is el kell távolítani, mert ..... keletkezhet. Gázszivárgás esetén a szellőztetés, szikrakeletkezés megakadályozása és a gázutánpótlás ..... előírásait végre tudom hajtani. Tűz esetén az éghető anyagok eltávolítása csökkentheti a tüzet és a tűzkárt. A nyílászárók (ajtók, ablakok) kilincse zárásával késleltethető a tűz terjedése. Ha nem tudom elhagyni az épületet, akkor a tűztől vízszintes és függőleges irányban is a lehető legtávolabb lévő, szabadba nyíló ablakkal rendelkező helyiségbe kell/lehet visszavonulni, közben minden ajtót be kell (kilincse) csukni.

8) Betartom és betartatom az elektromos berendezések és eszközök használata során:

Elektromos berendezéshez nedves kézzel ne érjünk. A legkisebb hiba (pl. melegedés, sercegés, fellazulás, szokatlan hang, szemmel látható sérülés, stb.) esetén is szüntessük meg a használatot a hiba szakszerű kijavításáig. Tartsuk távol tőlük a folyadékot, az éghető anyagokat (függöny, terítő, éghető díszítés).

Hibás berendezést megfelelően zárjuk el, hogy a hibáról nem tudók, azt elfelejtők ne használhassák.

Berendezést a hálózatra úgy csatlakoztassunk, hogy áramütés, tűz esetén még a helyiségben nem ismerős személynek is egyértelmű legyen, hogy hol és miként tudja áramtalanítani. Az "eldugott" (pl. szekrény/függöny/ajtó mögé került) dugalj veszély esetén megnehezítheti a segítséget. Csak indokolt esetben, körülmények között használunk szabványos hosszabbító-elosztókat, lehetőleg olyat melyen visszajelző lámpás kapcsoló is van. Az elektromos kábel védve legyen külső behatástól (pl. rálépéstől, melegedéstől).

Minden használat előtt szemrevételezzük, hogy a berendezés és csatlakozása ép, rendeltetésszerűen és biztonságosan használható. Bekapcsolt rezsót, kávé- és teafőzőt, hőszugárzót ne hagyjunk őrízetlenül, 50/100 cm-es közelükben ne legyen éghető anyag. Áramtalanítási lehetőségek: .....

9) Képernyőfigyelést munkaidőm kb. .... %-ában végzek. Képernyőfigyeléssel töltött 50 perc után 10 percig más tevékenységet kell végezni. Napi átlagos (nettó) 4 óra ilyen tevékenység esetén FESZ orvoshoz kell fordulni. A képernyőt az ablakkal párhuzamosan elhelyezve használom.

Oktatás időtartama: perc.

Kmf. Dolgozó és oktatást végző(k) aláírása:



## Tűz- és munkavédelmi oktatási napló

CSFK		Oktatásra kötelezettek száma: fő			
		Oktatáson résztvevők száma: fő			
Oktatást végző:		Oktatás időpontja: 202	hó	nap	
		Oktatás időtartama: perc			
<p><b>Oktatás tárgya:</b>  TvSz és MvSz előírásainak ismertetése. Kockázatelemzés megállapításai.  Eü. alkalm. Biztonságos munkavégzésre alkalmas állapot.  Egyéni védőeszköz, munkahely, munkaeszköz megfelelősége. Kezelési/használati utasítás. PC haszn. Létra h.  Igazgatóságon kívüli munkavégzés (város, terep, külföld)  Közlekedési utak (folyosók, helyiségen belüli közlek., lépcsőház), ajtók. Felvonó haszn. szab. (tűz esetén tilos)  Veszélyes anyagok. Biztonsági adatlap (helye, tart.). Tűzveszélyes folyadék. Maró/mérgező/irrit. Vegyifülke haszn.  Vezetékes gáz, bunsen égő. Gázpalack. Gázszivárgás. Gázveszély-jelző.  Dohányzási tilalom. Nyílt láng haszn. szabályai  Elektromos berendezések (használat, veszélyei, áramtalanítás)  Hulladék, veszélyes hulladék.  Sérülés (jelzés, segítség, napló).  Tűzjelzés (füst/hő-érékelő, kézi jelzésadó, sziréna, élő szó, telefon).  Tűzoltás (P6, CO2, letakarás, eltávolítás, víz, nyílászárók z. – tűzcsap csak t.)  Menekítés/menekülés (bizt. világ., füstmentesítő, menek. lépcsőház)</p>					
Oktatás jellege - előzetes (alap) oktatás – pótoktatás, ismétlődő oktatás - rendkívüli oktatás (oka, elrendelője)					
Megjegyzés: (pl. visszakérdezés)					oktató aláírása
Az oktatáson részt venni kötelezett dolgozó					
Ssz.	Neve	Beosztása	Részvételt igazoló aláírása	vissza-kérd.	
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

**A képernyős munkahely kialakításának minimális követelményei**  
(3. számú melléklet az 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelethez)\*

## 1. BERENDEZÉSEK

### 1.1. Általános rendelkezés

A képernyős berendezést úgy kell kialakítani, üzembe helyezni, illetve üzemben tartani, hogy rendeltetésszerű használat esetén ne jelentsen egészségi kockázatot vagy balesetveszélyt a munkavállalók számára.

### 1.2. Képernyő

a) A képernyőn megjelenő jelek jól definiáltak és világos formájúak, megfelelő méretűek legyenek, a jelek és a sorok közötti megfelelő térközzel.

b) A képernyőn megjelenő kép legyen stabil, villódzásnak vagy az instabilitás más formájának nem szabad előfordulnia.

c) A fényesség, illetve a jelek és a háttér közötti kontraszt legyen a használó által könnyen állítható és a környezeti feltételekhez könnyen hozzáigazítható.

d) A képernyő a használó igényeinek megfelelően legyen könnyen és szabadon elfordítható, dönthető.

e) Biztosítani kell külön monitorpolc vagy állítható asztal használatát.

f) A képernyő legyen mentes olyan tükröződéstől és fényvisszaverődéstől, amely a használónak kényelmetlenséget, látási nehézséget okozhat.

### 1.3. Billentyűzet

a) A billentyűzet legyen dönthető és a monitortól különálló annak érdekében, hogy a használó kényelmes munkatesttartást vehessen fel, karja és keze ne fáradjon el.

b) A billentyűzet előtt legyen elég hely ahhoz, hogy a számítógép-kezelő kezét és csuklóját megtámaszthassa.

c) A billentyűzet felszíne legyen fénytelen, a fényvisszaverődés elkerülése érdekében.

d) A billentyűkön lévő jelek egymástól könnyen megkülönböztethetőek és a munkahelyzetből jól olvashatóak legyenek.

### 1.4. Munkaasztal vagy munkafelület

a) A munkaasztal vagy munkafelület legyen olyan nem fényvisszaverő felületű és nagyságú, hogy biztosítsa a monitor, a billentyűzet, az iratok és a csatlakozó eszközök rugalmas elrendezését.

b) A laptartó legyen állítható, és a használó számára kényelmes olvashatóságot biztosító helyzetben rögzíthető.

### 1.5. Munkaszék

a) A munkaszék legyen stabil, továbbá biztosítsa a használó könnyű, szabad mozgását és kényelmes testhelyzetét.

b) A szék magassága legyen könnyen állítható.

c) A szék támlája legyen magasságában állítható és dönthető.

d)\* Igény esetén lábtámaszt vagy saroktámaszt, illetve kartámaszt kell biztosítani.

## 2. KÖRNYEZET

### 2.1. Térkövetelmények

A munkahelyet úgy kell megtervezni és méretezni, hogy a használónak legyen elegendő tere testhelyzete és mozgásai változtatásához.

### 2.2. Megvilágítás

a) Az általános, illetve helyi világítás (munkalámpa) biztosítson kielégítő megvilágítást és megfelelő kontrasztot a képernyő és a háttérkörnyezet között, tekintetbe véve a munka jellegét és a használó látási követelményeit.

b) A képernyőre és más munkaeszközökre vetődő, zavaró tükröződést és fényvisszaverődést oly módon kell megelőzni, hogy a képernyős munkahely telepítésekor a munkaterem és a munkahely megtervezését összehangolják a mesterséges fényforrások elhelyezésével és műszaki jellemzőivel.

### 2.3. Tükröződés és fényvisszaverődés

a) A képernyős munkahelyeket úgy kell megtervezni, hogy a fényforrások (ablakok és más nyílások, átlátszó vagy áttetsző falak), világosra festett berendezési tárgyak vagy falak ne okozzanak közvetlen fényvisszaverődést, és amennyire csak lehetséges, ne idézzenek elő tükröződést a képernyőn.

b) Az ablakokat igazítható takaróeszközök megfelelő rendszerével kell ellátni, hogy a képernyős munkahelyre eső nappali megvilágítást csökkenteni lehessen.

### 2.4. Zaj

A munkahelyhez tartozó berendezések okozta zajt figyelembe kell venni a munkahely berendezésekor, különös tekintettel arra, hogy ne zavarja a figyelmet és a beszédmegértést.

### 2.5. Klíma

a) A munkahelyhez tartozó berendezések nem fejleszthetnek olyan mennyiségű hőt, hogy az a munkavállalónak diszkomfort-érzést okozzon.

b) A használó legyen védve a sugárzó és áramló hőhatásoktól és az asztal alatt hőt termelő berendezésektől.

c) <sup>\*</sup>A páratartalmat megfelelő szinten kell biztosítani és tartani.

### 2.6. Sugárzás

Minden sugárzást a látható fénysugárzás kivételével, a használó egészsége és biztonsága szempontjából elhanyagolható szintre kell korlátozni.

## 3. EMBER-GÉP KAPCSOLAT

A szoftver tervezése, kiválasztása, bevezetése és módosítása, a képernyős munkafeladatok megtervezése során a munkáltató az alábbi elveket vegye figyelembe:

a) a szoftver feleljen meg a feladatnak,

b) a szoftver minden betűt a magyar helyesírásnak megfelelő formában jelenítsen meg a képernyőn és a nyomtatásban,

c) a szoftver legyen könnyen használható és szükség esetén a számítógép-kezelő ismeret- és tapasztalatszintjéhez igazítható, rendelkezzen magyar nyelvű súgóval, semmilyen a munkavállaló teljesítményére vonatkozó mennyiségi vagy minőségi ellenőrzési lehetőséget nem szabad igénybe venni a dolgozók tudomása nélkül,

d) a rendszerek a képernyő előtt dolgozóhoz alkalmazkodó formátumban és ütemben jelezzék ki az információkat,

e) alkalmazni kell a szoftver-ergonómia elveit, különösen az ember által végzett adatbeviteli és adatfeldolgozási feladatokban,

f) a rendszerek biztosítsanak visszajelzést a munkavállalóknak a teljesítményükről.

---

## Munkavállalók védőoltása

1.) A 18/1998. (VI. 3.) NM rendelet (a fertőző betegségek és a járványok megelőzése érdekében szükséges járványügyi intézkedésekről) előírja, hogy a munkáltató köteles a munkavállalók egészségét és biztonságát veszélyeztető munkahelyi biológiai megfelelően felmérni. Ennek csökkentése érdekében - a foglalkoztatás feltételeként - a külön jogszabály szerint biztosítani kell az adott veszélyeztetett munkakörben foglalkoztatott dolgozók védőoltását.

2.) Áttekintve a Nemzeti Népegészségügyi Központ módszertani levelét a 2019. évi védőoltásokról megállapítható, hogy a CSFK területén előforduló biológiai veszélyekre vonatkozóan csak az alábbi megállapítás aktuális: „

*„Kullancsencephalitis elleni védőoltásban kell részesíteni azt a munkavállalót, akinél a munkavégzés alkalmával a kullancsencephalitis-vírussal történő fertőzés kullancs expozíció révén nem zárható ki (pl. erdészeti dolgozók)”*

3.) A kockázatelemzések során megállapítható, hogy az alábbiak szerint dolgoznak erdei körülmények között.

A Konkoly Thege Miklós Csillagászati Intézet minden dolgozójának munkahelye (park)erdői körülmények között van, de a központi telephelyen (1121 Budapest, Konkoly Thege Miklós út 15-17.) csak egy fő gondnok-udvaros, a Piszkestetői Megfigyelő Állomás 3 fő gondnok-udvaros dolgozik teljes munkaidőben a szabadban. 3-4 műszaki dolgozó esetenként segíti kerti munkákat. A többi dolgozó csak közlekedik aszfaltos erdei utakon.

A Földrajztudományi Intézet és a Földtani és Geokémiai Intézet (mindkettő telephelye: 1112 Budapest, Budaörsi út 45.) néhány dolgozója esetleg dolgozik mintavétel céljából természeti környezetben.

A Geodéziai és Geofizikai Intézet 9400 Sopron, Csatkai Endre u. 6-8. néhány dolgozója esetleg gépkocsival utazik ki három, erdőben lévő telephelyére. (Alomhegyi Observatórium 9400 Sopron, Alomhegy u. 1., Sopronbánfalvi Geodinamikai Observatórium 9400 Sopron, Szikla u. 1. Széchenyi István Geofizikai Observatórium 9493 Fertőboz, Cenki u. 1.

A Kövesligethy Radó Szeizmológiai Observatórium (1112 Budapest, Meredek u. 18.) épülete erdei körülmények között van, de szabadban az udvaros kivételével nem kell dolgozni. 1 fő (technikus) esetenként műszertelepítés/karbantartás céllal több vidéki, erdei/mezei körülmények között lévő mérőhelyre is kijár.

4.) **Kötelező a kullancsencephalitis elleni védőoltás:** a Normafánál dolgozó 1 fő gondnok-udvaros és a Piszkestetőn dolgozó 3 fő gondnok-udvaros számára. Náluk ez alkalmazási feltétel. Az oltással kapcsolatos ügyintézés (FESZ-orvossal kapcsolattartás, megrendelés, fizetés, nyilvántartás, stb.) a gazdasági igazgató kijelölt dolgozója feladata.

5.) A dolgozó igazgatójának írásos kezdeményezésére **védőoltást engedélyezhet** a főigazgató. A kérelemnek tartalmaznia kell a dolgozó személyi adatain felül a kiszállás helyét (legközelebbi település is megnevezendő), az elvégzendő munkát, a kiszállás gyakoriságát, idejét (hónapját), a terepen végzett munka időtartamát.

6.) Az oltás nem véd egy a kullancsok által gyakran terjesztett másik betegség, a Lyme-kór ellen

7.) Figyelemfelhívás kullancsveszélyes helyen dolgozók részére

A kullancs élőhelyei

Kullancs főleg a lombos erdőkben, bokros, füves és csalitos területeken, illetve a mezőkön fordul elő, de városi parkokban, játszótéren és a kiskertben is egyre gyakrabban találkozhatunk velük.

A kullancsok a *magasabb páratartalmú* helyeket kedvelik, így az avarban és az aljnövényzettel benőtt területeken gyakrabban találkozhatunk velük. Ez a fő vadászterületük, ugyanis a tévhit ellenében nem tudnak ugrani, nem másznak fára, sőt, általában 1,5 méternél magasabba sem jutnak.

A kora reggeli órákban több, *a szárazabb időszakokban* kevesebb a támadó kullancs.

*Április-július* a legveszélyesebb időszak.

Megelőzés

A megfelelő öltözék (zokni alá gyűrt nadrágszár, betűrt ing) megnehezíti, hogy a kullancs a lábszáron vagy az övtájon a ruha alá jusson. Ruházatunkat – főleg a nyaknál, csuklónál, deréknál és a bokánál – fújjuk le vagy kenjük be a gyógyszertárakban kapható kullancsriasztó szerrel.

A kullancsriasztó szerek távol tartják ugyan a kullancsokat, de használatukat 3-4 óránként meg kell ismételni (megjegyzendő, hogy a szájon át szedhető vitaminkészítmények kullancsriasztó hatékonyságát eddig nem támasztották alá tudományos vizsgálattal). Rendkívül fontos a munkavégzés utáni "kullancsvizit", amelynek során nemcsak a befűródött, hanem a bőrön mászó és minden nehézség nélkül eltávolítható kullancsot is felfedezhetjük. A ruhában megkapaszkodó kullancs legtöbbször a fénytől védett testtájak felé mászik (hajas fejbőr, testhajlatok, ruha alatti területek), majd a számára megfelelő helyen a bőrbe fúrja magát, és néhány óra múlva már vért szív. Ez a pár óra áll rendelkezésünkre, hogy megtaláljuk és eltávolítsuk a kullancsot.

#### Eltávolítás

A kullancs *időben történő* eltávolításával valamennyi kullancs terjesztette betegség eredményesen megelőzhető.

Ne csavargassuk! A speciális kullancscsípéssel egyszerűen kiszedhetjük, amely eszköznek az a lényege, hogy nem nyomja össze a kullancs testét, ezzel nem jutnak belénk a kórokozók.

- Kerüljünk minden olyan megoldást, ami a kullancs fulladozásával, öklendezésével vagy összenyomásával jár, mint például a krémezés, olajozás. Ilyenkor ugyanis megnöveljük a fertőzés kockázatát!
- Ha a bőrünkben benne maradt a kullancs szájszerve (nem a feje), ne piszkáljuk. Szervezetünk rövid időn belül észrevétlenül kilöki magából.
- A felületet fertőtlenítsük, főleg, ha vérző vagy hámiányos a csípés helye, ám ez a kullancs által terjesztett fertőzések megakadályozására hatástalan.

#### Mikor keressünk fel Ambulanciát?

Amennyiben a csípés után (és többnyire annak helyén) lappangási idővel jelentkező, fokozatosan növekvő, legalább 3 napja fennálló, legalább 5 cm-es pír jelentkezik. Ha nem vett észre a kullancscsípést, 5 napja fennálló, 8 cm-es átmérőt szabad csak diagnosztikusnak tartani.

A kullancscsípés helyén az első 2-3 napon jelentkező, maximum egy centiméter átmérőjű bőrpír nem utal Lyme-fertőzésre, hanem általában a kullancs nyála által okozott allergiás-irritatív reakció, ami 2-3 nap alatt magától elmúlik. A kullancscsípés helyét legalább két hónapig tanácsos figyelemmel kísérni.

#### 8.) Kullancsencephalitis elleni védőoltás

Az oltások (az első két adag mindenképpen) célszerű a kullancsok tavaszi aktivitása előtt, azaz télen, fertőzésveszély-mentes időszakban elvégezni vagy megkezdeni.

Az alapimmunizálás 3 oltásból áll. Az első oltást követő 1-3 hónap múlva kell beadni a 2. oltást, és ezt követő 9-12 hónap múlva a 3. oltást.

Amennyiben gyors védettség kialakítása szükséges akkor a 2. oltást, az elsőt követő 7. napon, a 3.-at pedig az oltás megkezdését követő 21. napon lehet beadni.

Az oltás sajnos nem véd egy, a kullancsok által gyakran terjesztett másik betegség, a Lyme-kór ellen!