

ВСЕСВІТНІЙ ДЕНЬ ОХОРОНИ ПРАЦІ:
ТУРБОТА ПРО БЕЗПЕКУ ПРАЦІВНИКІВ –
ЦЕ ТУРБОТА ПРО ЗДОРОВ'Я ВСІЄЇ ГРОМАДИ



Всесвітній день охорони праці: турбота про безпеку працівників — це турбота про здоров'я всієї громади

Щороку 28 квітня світ відзначає Всесвітній день охорони праці — день, коли ми говоримо про одне з найважливіших прав кожної людини: право на безпечні та здорові умови праці. Цей день започаткований [Міжнародною організацією праці](#) (МОП), щоб звернути увагу на масштаби травматизму та професійних захворювань і наголосити на важливості запобігання таким випадкам.

Безпека праці — це не лише про дотримання формальних інструкцій. Це передусім прояв поваги до людського життя та турботи про здоров'я кожного, хто працює поруч. Саме тому Центр громадського здоров'я України нагадує про головні правила, що допомагають зберегти здоров'я та безпеку на робочому місці.

Зручне та безпечне робоче місце

Одним із ключових чинників безпеки та збереження здоров'я працівників у виробничих приміщеннях є підтримання належних мікрокліматичних умов. До основних показників мікроклімату належать температура, вологість повітря, швидкість його руху та теплове випромінювання від обладнання.

Відповідно до [Санітарних норм мікроклімату виробничих приміщень](#), роботодавець зобов'язаний створювати оптимальні або допустимі мікрокліматичні умови для запобігання перегріванню, переохолодженню та розвитку професійних захворювань серед працівників.

Правильне освітлення відіграє надзвичайно важливу роль для профілактики травм, збереження зору та зниження втоми. Наприклад:

- 300–500 люкс — рекомендований рівень освітленості для офісної роботи, роботи за комп'ютером, у навчальних класах, кімнатах для нарад, кабінетах лікарів, адміністративних приміщеннях.
- 750–1000 люкс — необхідний рівень освітленості для робіт, що вимагають підвищеної точності, уважності та роботи з дрібними деталями. Це, зокрема, лабораторні дослідження, монтаж електроніки, ювелірні роботи, креслення, швейне виробництво.

Також правильно організований простір без зайвих предметів допомагає уникнути випадкових падінь та травм. Важливо забезпечити безперешкодний доступ до аварійних виходів, аптечок, вогнегасників.

Використання засобів індивідуального захисту

Важливо використовувати засоби індивідуального захисту (ЗІЗ), які відповідають характеру виконуваних робіт. ЗІЗ — означає всі засоби, які призначені для використання працівником з метою індивідуального захисту від одного або більше ризиків, які могли б становити загрозу безпеці та здоров'ю на роботі, а також будь-які пристосування, аксесуари чи змінні компоненти, призначені для цієї мети.

Це, зокрема, медичні працівники, будівельники, монтажники, електрики, зварювальники, хіміки, працівники лабораторій, фармацевти, працівники сільського господарства, енергетики та інші фахівці, які працюють в умовах ризику.

Термін ЗІЗ не застосовується до спеціального робочого одягу та уніформи, які не призначені для забезпечення безпеки і захисту здоров'я працівника.

Всі ЗІЗ мають відповідати вимогам [Технічного регламенту засобів індивідуального захисту](#) щодо безпеки та Державним стандартам України щодо їхнього виготовлення та випробування, якщо це зазначено в нормативно-правових актах.

Дотримання гігієнічних стандартів

Регулярна гігієна рук і дезінфекція робочих поверхонь та обладнання допомагає запобігати інфекційним захворюванням, особливо в медичних і харчових закладах. [ВООЗ наголошує](#)

, що правильна гігієна рук є одним із найефективніших способів профілактики, зокрема, гострих кишкових інфекцій та зниження ризику антимікробної резистентності.

Психічне здоров'я на роботі

Безпека праці стосується не лише фізичного здоров'я, а й емоційного стану працівників. Психологічний добробут важливий для запобігання емоційному вигоранню та стресу. [ВООЗ рекомендує](#)

роботодавцям створювати атмосферу підтримки, де є доступ до психологічної допомоги, можливість відпочинку та збалансований графік роботи.

[Нагадаємо](#) , як зберегти емоційний баланс у професійному середовищі.

Наявність укриттів — обов'язкова для безпеки на робочому місці

В умовах повномасштабної війни питання безпеки працівників охоплює готовність діяти під час надзвичайних ситуацій, зокрема в разі повітряної тривоги чи інших загроз. Згідно з Кодексом цивільного захисту України та чинною [постановою](#) Кабінету Міністрів, усі підприємства, установи та організації мають забезпечити наявність та готовність укриттів для захисту працівників.

Укриттями можуть бути як спеціально збудовані сховища чи протирадіаційні укриття, так і найпростіші укриття — це можуть бути підвальні, цокольні приміщення, які відповідають вимогам безпеки та можуть бути використані для тимчасового перебування людей під час тривоги.

Постійне навчання та інструктажі

Ефективне навчання працівників правилам охорони праці є ключовим елементом профілактики травм та збереженню здоров'я. Інструктажі мають бути регулярними та враховувати специфіку діяльності підприємства. Особливу увагу слід приділяти відпрацюванню дій у надзвичайних ситуаціях та навчання, як надавати першу допомогу.