



Dokumentacja

oceny ryzyka zawodowego
wg Polskiej Normy PN-N-18002

Grupa stanowisk:

Pracownik wykonujący pracę zdalną

Szczecin, kwiecień 2023 r.

I. Unormowania dotyczące oceny ryzyka zawodowego w Polsce

Kodeks pracy nałożył na pracodawców obowiązek informowania pracowników o ryzyku zawodowym występującym na danym stanowisku pracy (art. 226 k.p.).

Zgodnie z tym artykułem, pracodawca jest zobowiązany poinformować pracowników o zagrożeniach, wielkości ryzyka, które wiąże się z zagrożeniami występującymi przy wykonywanych pracach oraz o rodzaju i sposobie używania środków profilaktycznych stosowanych do ochrony przed zagrożeniami. Obowiązek ten realizowany jest podczas szkolenia wstępnego – instruktażu stanowiskowego. Zapoznanie z oceną ryzyka zawodowego na stanowisku pracy pracownik potwierdza własnoręcznym podpisem na liście „Oświadczenie przyjęcia do wiadomości oceny ryzyka zawodowego na stanowisku pracy”, stanowiący załącznik do zarządzenia nr 45/2022. Oprócz obowiązku informowania pracowników o ryzyku zawodowym związanym z wykonywaną pracą, w chwili obecnej istnieje szereg aktów prawnych zobowiązujących pracodawców do oceny tego ryzyka, dokumentowania procesu oceny oraz stosowania środków zmniejszających to ryzyko:

1. Rozporządzenie MPiPS z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. 2003 nr 169 poz. 1650). Dział IV Procesy pracy, Rozdział 1. Przepisy ogólne, § 39, nakłada na pracodawców obowiązek oceny, dokumentacji i stosowania środków zmniejszających poziom ryzyka.
2. Rozporządzenie MPiPS z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz.U. 1998 nr 148 poz. 973), określa wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii dla stanowisk pracy wyposażonych w monitory ekranowe.
3. Rozporządzenie MG z dnia 17 września 1999 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy urządzeniach i instalacjach energetycznych (Dz.U. 1999 nr 80 poz. 912), mówi, że: „Pracodawca jest obowiązany zapoznać pracowników z: ryzykiem zawodowym i zagrożeniami dla zdrowia i życia pracowników, które występują na danym stanowisku pracy, oraz zastosowanymi środkami likwidującymi lub ograniczającymi to ryzyko i zagrożenia”.
4. Rozporządzenie MPiPS z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie BHP przy ręcznych pracach transportowych (Dz.U. 2018 poz. 1139), mówi że: „Pracodawca jest zobowiązany oceniać ryzyko zawodowe występujące przy ręcznych pracach transportowych, w szczególności biorąc pod uwagę:
 - ✓ masę przemieszczanego przedmiotu, jego rodzaj i położenie środka ciężkości,
 - ✓ warunki środowiska pracy, w tym w szczególności temperaturę i wilgotność powietrza oraz poziom czynników szkodliwych dla zdrowia,
 - ✓ organizację pracy, w tym stosowane sposoby jej wykonywania,
 - ✓ indywidualne predyspozycje pracownika, takie jak sprawność fizyczna, wiek i stan zdrowia.

II. Unormowania dotyczące oceny ryzyka zawodowego w UE

Najważniejszą rolę w kształtowaniu polityki w zakresie ochrony życia i zdrowia pracowników odegrała Dyrektywa nr 89/391/EWG (zwana dyrektywą ramową).

W dyrektywie tej zostało wykreowane zupełnie nowe podejście do zagadnień ochrony życia i zdrowia pracowników. Zamiast dotychczasowego podejścia, które skupiało się na ograniczaniu skutków wypadków przy pracy i chorób zawodowych, a więc ograniczaniu skutków wynikłych ze stanu BHP w zakładzie pracy, nacisk położono na likwidację prawdopodobieństwa zaistnienia zagrożenia dla życia i zdrowia. Stąd bardzo duże znaczenie w dyrektywie nadano prewencji, w szczególności eliminowaniu i ograniczaniu ryzyka zawodowego występującego w miejscu pracy.

Najważniejsze zapisy w tej dyrektywie dotyczą:

- ✓ unikania ryzyka,
- ✓ oceny ryzyka, którego nie można uniknąć,
- ✓ zapobiegania ryzyku u źródła,
- ✓ dostosowania pracy do pojedynczego człowieka,
- ✓ stosowania nowych rozwiązań technicznych,
- ✓ zastępowania niebezpiecznych środków bezpiecznymi,
- ✓ prowadzenia spójnej i całościowej polityki zapobiegawczej, obejmującej technikę, organizację oraz warunki pracy, stosunki społeczne i wpływ czynników związanych ze środowiskiem pracy,
- ✓ nadawania priorytetu środkom ochrony zbiorowej przed środkami ochrony indywidualnej,
- ✓ właściwego instruowania i szkolenia pracowników.

III. Metoda oceny ryzyka wg Polskiej Normy PN-N-18002

Oszacowanie ryzyka zawodowego polega na ustaleniu prawdopodobieństwa wystąpienia zagrożeń oraz ciężkości następstw tych zagrożeń. Metoda według PN-N 18002 umożliwia przeprowadzenie analizy w skali trójstopniowej.

Oszacowanie odbywa się na podstawie Tabeli 1. gdzie zestawione jest prawdopodobieństwo wystąpienia zdarzenia niepożądanego oraz ciężkości skutków jego wystąpienia.

Tabela 1. Oszacowanie ryzyka zawodowego w skali trójstopniowej

Prawdopodobieństwo	Ciężkość następstw		
	Mała	Średnia	Duża
mało prawdopodobne	1	1	2
prawdopodobne	1	2	3
wysoce prawdopodobne	2	3	3

Źródło: Opracowane na podstawie Polskiej Normy PN-N-18002.

Gdzie:

- 1 – małe ryzyko,
- 2 – średnie ryzyko,
- 3 – duże ryzyko.

Tabela 2. Szacowanie ciężkości następstw oraz szacowanie prawdopodobieństwa następstw

SZACOWANIE CIĘŻKOŚCI NASTĘPSTW	
Następstwa	Charakterystyka
mała szkodliwość	urazy i choroby, które nie powodują długotrwałych dolegliwości i absencji w pracy; są to: czasowe pogorszenie stanu zdrowia, takie jak niewielkie stłuczenia i zranienia, podrażnienie oczu, objawy niewielkiego zatrucia, bóle głowy itp.
średnia szkodliwość	Urazy i choroby, które powodują niewielkie, ale długotrwałe lub nawracające okresowo dolegliwości i są związane z okresami absencji; są to np. zranienia, oparzenia drugiego stopnia na niewielkiej powierzchni ciała, alergię skórne, nieskomplikowane złamania, zespoły przeciążeniowe układu mięśniowo-szkieletowego (np. zapalenie ścięgna) itp.
duża szkodliwość	Urazy i choroby, które powodują ciężkie i stałe dolegliwości i/lub śmierć; są to np. oparzenia trzeciego stopnia, oparzenia drugiego stopnia na dużej powierzchni ciała, amputacje, skomplikowane złamania z następową dysfunkcją, choroby nowotworowe, toksyczne uszkodzenia narządów wewnętrznych i układu nerwowego w wyniku narażenia na czynniki chemiczne, zespół wibracyjny, zawodowe uszkodzenia słuchu, astma, zaćma itp.
SZACOWANIE PRAWDOPODOBIEŃSTWA NASTĘPSTW	
Prawdopodobieństwo	Charakterystyka
Mało prawdopodobne	Następstwa zagrożeń, które nie powinny wystąpić podczas całego okresu aktywności zawodowej pracownika.
Prawdopodobne	Następstwa zagrożeń, które mogą wystąpić nie więcej niż kilkakrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.
Wysoce prawdopodobne	Następstwa zagrożeń, które mogą wystąpić wielokrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.

Źródło: Opracowane na podstawie Polskiej Normy PN-N-18002.

Po określeniu ryzyka zgodnie z przedstawionymi zasadami należy wyznaczyć dopuszczalność ryzyka zawodowego.

Tabela 3. Ogólne zasady wyznaczania dopuszczalności ryzyka zawodowego oraz zalecenia dotyczące działań wynikających z oceny tego ryzyka

Oszacowanie ryzyka zawodowego	Dopuszczalność ryzyka zawodowego	Niezbędne działania
Duże	niedopuszczalne	Jeżeli ryzyko zawodowe jest związane z pracą już wykonywaną, działania w celu jego zmniejszenia należy podjąć natychmiast (np. przez zastosowanie środków ochronnych). Planowana praca nie może być rozpoczęta do czasu zmniejszenia ryzyka zawodowego do poziomu dopuszczalnego.
Średnie	dopuszczalne	Zaleca się zaplanowanie i podjęcie działań, których celem jest zmniejszenie ryzyka zawodowego.
Małe		Konieczne jest zapewnienie, że ryzyko zawodowe pozostaje co najwyżej na tym samym poziomie.

Źródło: Opracowane na podstawie Polskiej Normy PN-N-18002.

Identyfikacja zagrożeń:

Proces zarządzania ryzykiem zawodowym rozpoczynamy od identyfikacji zagrożeń środowiska pracy. Opis zagrożenia składa się zawsze z dwóch elementów:

- ✓ czynnika pasywnego, czyli źródła zagrożenia
- ✓ czynnika aktywnego, czyli typu wydarzenia.

Zagrożenie = (czynnik pasywny, czynnik aktywny)

Każde stanowisko pracy charakteryzujemy pod kątem wykonywanych na nim czynności i identyfikujemy występujące tam źródła zagrożeń, czyli tzw. czynniki pasywne.

Następnie każdemu czynnikowi pasywnemu przyporządkowujemy czynnik aktywny – czyli typ wydarzenia, które może nastąpić w kontakcie z czynnikiem pasywnym.

Jako przykład można podać (lewa strona czynnik pasywny, strona prawa – aktywny):

- ✓ prąd elektryczny – porażenie prądem elektrycznym,
- ✓ praca na wysokości – upadek z wysokości,
- ✓ ostre ruchome części maszyn – dotknięcie ręką wiertła, skaleczenie,
- ✓ substancje żrące – poparzenie chemiczne skóry, oczu.

Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego

Zgodnie z wymogami polskiego prawa oraz z normami dotyczącymi systemu zarządzania BHP, proces identyfikacji zagrożeń i oceny ryzyka zawodowego należy udokumentować. Przepisy jednak nie określają formy ani wymagań co do tej dokumentacji (nie podają wzorów formularzy, zawiadomień dla pracowników itp.).

Każde przedsiębiorstwo może określić własne wzory i wymagania stawiane przed taką dokumentacją.

Do podstawowych dokumentów związanych z oceną ryzyka, wymaganych prawem, należą:

- ✓ rejestry zidentyfikowanych zagrożeń,
- ✓ wyniki pomiarów środowiskowych związanych z czynnikami szkodliwymi i niebezpiecznymi,
- ✓ ocena ryzyka zawodowego dla poszczególnych stanowisk pracy (czynności, zawodów) – z możliwością przekazania informacji indywidualnemu pracownikowi,
- ✓ plany i programy obniżenia ryzyka niedopuszczalnego (nie-akceptowalnego),
- ✓ potwierdzenie przekazania pracownikom informacji o ryzyku zawodowym.

Warto podkreślić, że nie jest wymagana ocena ryzyka zawodowego i dokumentacja z tym związana dla stanowisk pracy, na których nie stwierdzono obecności zagrożeń, czyli nie występują czynniki niebezpieczne, szkodliwe lub uciążliwe.

IV. Ocena ryzyka zawodowego – opis ocenianego stanowiska pracy

1. Charakterystyka stanowiska pracy:

mieszkanie – należy przez to rozumieć zespół pomieszczeń mieszkalnych i pomocniczych, mający odrębne wejście, wydzielony stałymi przegrodami budowlanymi, umożliwiający stały pobyt ludzi i prowadzenie samodzielnego gospodarstwa domowego;

pomieszczenie mieszkalne – należy przez to rozumieć pokoje w mieszkaniu, a także sypialnie i pomieszczenia do dziennego pobytu ludzi w budynku zamieszkania zbiorowego;

Pracownik zatrudniony w grupie pracowników wykonujących pracę zdalną wykonuje swoje obowiązki zawodowe w miejscu wskazanym przez siebie i uzgodnionym z pracodawcą z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość. Miejsce pracy wskazane przez pracownika powinno posiadać warunki lokalowe i techniczne do wykonywania pracy zdalnej, a pracownik wykonujący pracę zdalną zapewnia bezpieczne i higieniczne warunki pracy oraz uwzględnia wymagania ergonomii. Praca wykonywana jest w systemie jednozmianowym, w godzinach pracy uzgodnionych z Pracodawcą. Pracownik przed dopuszczeniem do pracy odbył szkolenie wstępne ogólne i na stanowisku pracy. Posiada badania lekarskie, wykonywane zgodnie z zaleceniem lekarza przeprowadzającego badania profilaktyczne.

Kubatura miejsca pracy zdalnej: minimum 13 m³ wolnej objętości pomieszczenia nie zajętej przez urządzenia na jednego pracownika. Powierzchnia: minimum 2 m² wolnej powierzchni podłogi nie zajętej przez urządzenia na pracownika.

Wykonywana praca ma charakter pracy umysłowej i scharakteryzowana jest jako praca lekka wykonywana w pozycji siedzącej wymuszonej przy monitorze ekranowym powyżej co najmniej połowy dobowego wymiaru czasu pracy.

2. Podstawowe czynności na stanowisku pracy:

Wykonywanie obowiązków zgodnie z zakresem uzgodnionym z pracodawcą.

3. Stosowane na danym stanowisku pracy maszyny i inne urządzenia, narzędzia:

- laptop,
- urządzenia peryferyjne (mysz, klawiatura),
- inne narzędzia i urządzenia techniczne niezbędne do wykonywania pracy zdalnej zapewnione przez pracodawcę.

4. Występujące na stanowisku pracy niebezpieczne, szkodliwe i uciążliwe czynniki środowiska pracy.

Przy ww. pracach do czynników szkodliwych i uciążliwych należą m.in.:

- zagrożenia związane z upadkami na tym samym poziomie (nierówna, śliska nawierzchnia),
- zagrożenie porażeniem prądem elektrycznym,
- przeciążenie percepcyjne wzroku,
- obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego (praca głównie w pozycji siedzącej),
- czynniki biologiczne,
- czynniki psychofizyczne.

5. Zastosowanie środków ochrony indywidualnej, odzieży i obuwia roboczego:

Pracownicy posiadający orzeczenie lekarskiego z przeprowadzonych badań lekarskich w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej wskazujące potrzebę stosowania okularów korygujących wzrok do pracy przy monitorze ekranowym powyżej połowy dobowego czasu pracy, mogą ubiegać się o refundację kosztów zakupu okularów zgodnie z Zarządzeniem nr 241/2021 Rektora Uniwersytetu Szczecińskiego z dnia 05 listopada 2021 r. w sprawie zasad przydziału w Uniwersytecie Szczecińskim środków ochrony indywidualnej, odzieży, obuwia roboczego, środków higieny osobistej, posiłków profilaktycznych i napojów, refundacji kosztów zakupu okularów korygujących wzrok do pracy przy monitorze ekranowym oraz wypłaty ekwiwalentu pieniężnego.

LP.	ZAGROŻENIE (ZDARZENIE)	ŹRÓDŁO ZAGROŻENIA	MOŻLIWE SKUTKI ZAGROŻENIA	PRZED KOREKTĄ			ŚRODKI PROFILAKTYCZNE	PO KOREKCIE			U W A G I
				CIEŻKOŚĆ NASTĘPSTW	PRAWDOPODOBIENSTWO	POZIOM RYZYKA		CIEŻKOŚĆ NASTĘPSTW	PRAWDOPODOBIENSTWO	POZIOM RYZYKA	
1.	Powierzchnie na których możliwy jest upadek (upadek na tym samym poziomie).	Brak organizacji pracy, pośpiech lub nieuwaga, śliskie, mokre lub nierówne powierzchnie zatarasowane przejścia itp.	Skaleczenia, potłuczenia, zwichnięcia lub złamania kończyn, urazy wewnętrzne, wstrząśnienie mózgu.	S	S	S	Utrzymywanie porządku w miejscu pracy zdalnej, szkolenia w zakresie bhp, zapewnienie bezpiecznej drożności w miejscu wykonywania pracy.	S	M	M	
2.	Upadek na niższy poziom.	Nieprawidłowe przemieszczanie się po schodach (np. nie trzymając się poręczy), pośpiech.	Urazy, potłuczenia, złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, wstrząśnienie mózgu.	S	S	S	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie przepisów i zasad bhp, stosowanie zasady trzymania poręczy w trakcie schodzenia ze schodów, minimalizowanie pośpiechu.	S	M	M	
3.	Kontakt z ostrymi narzędziami/ przyrządami w pracy.	Brak organizacji pracy, pośpiech lub nieuwaga podczas użytkowania narzędzi biurowych (np. zszywacz do papieru, nożyk do cięcia papieru, spinacze), ostre krawędzie papieru.	Zadrapanie, ukłucie, skaleczenie palców rąk i dłoni.	S	S	S	Właściwa organizacja pracy, porządek, stosowanie przedmiotów pracy zgodnie z ich przeznaczeniem, przestrzeganie procedur zawartych w instrukcjach bhp i obsługi poszczególnych narzędzi, zachowanie należytej uwagi.	S	M	M	
4.	Spadające, przewracające się przedmioty.	Ograniczona przestrzeń pracy, nieuwaga, brak porządku w pomieszczeniu wykonywania pracy, nieprawidłowo ułożone przedmioty.	Potłuczenia, guzy, siniaki, złamania, skaleczenia, zmiążdżenia, urazy wewnętrzne.	M	S	M	Przestrzeganie podstawowych przepisów i zasad bezpieczeństwa i higieny pracy: zachowanie ostrożności, zachowanie porządku w miejscu pracy zdalnej, przestrzeganie procedur i instrukcji.	M	M	M	

5.	Uderzenia o nieruchome przedmioty.	Ograniczone przestrzenie dojsć, przejść naroża mebli, regałów i elementów wyposażenia.	Drobne urazy całego ciała, siniaki, guzy.	M	S	M	Dbłość o ład i porządek w miejscu wykonywania pracy zdalnej, zachowanie ostrożności, minimalizowanie pośpiechu, unikanie odkładania narzędzi pracy w miejscach do tego nie przeznaczonych.	M	M	M
6.	Porażenie prądem elektrycznym o napięciu do 1 kV.	Nieodpowiednia lub uszkodzona instalacja elektryczna, uszkodzone gniazda wtyczkowe, niesprawne wyłączniki i wyłączniki światła, brak zabezpieczenia przeciwporażeniowego, wadliwie działający sprzęt elektryczny, samodzielne naprawy instalacji/urządzeń bez kwalifikacji.	Oparzenia zewnętrzne i wewnętrzne, arytmia serca, migotanie komór serca, śmierć.	D	M	S	Uczestniczenie w szkoleniach bhp, stosowanie sprawnych urządzeń elektrycznych ze znakiem certyfikacji i zgodnie z ich przeznaczeniem, kontrola wzrokowa sprzętu przed rozpoczęciem pracy, zakaz wykonywania napraw instalacji/urządzeń elektrycznych przez osoby bez stosownych kwalifikacji, zapewnienie przez pracodawcę instalacji, konserwacji, aktualizacji oprogramowania i serwisu powierzonych pracownikami narzędzi pracy, zapewnienie przez pracodawcę niezbędnej pomocy technicznej do wykonywania pracy zdalnej.	S	M	M
7.	Kontakt z gorącym czynnikiem.	Pośpiech, nieuwaga w czasie przygotowywania/przenoszenia gorących napojów, odgrzewania posiłków.	Poparzenie dłoni, rąk, kończyn dolnych, podrażnienie skóry.	S	S	S	Zachowanie ostrożności podczas przygotowywania gorących napojów, spożywanie posiłków i napojów w miejscach do tego celu przeznaczonych, przestrzeganie procedur zawartych w instrukcjach bhp.	S	M	M
8.	Inny kontakt ze źródłem ciepła – pożar.	Zwarcie instalacji elektrycznej, podpalenie, zaproszenie ognia, nieostrożne obchodzenie się z otwartym ogniem.	Poparzenie, zatrucie, kalectwo, śmierć.	D	S	D	Szkolenia pracowników z zakresu ppoż. zachowanie uwagi, zapewnienie właściwych warunków technicznych w pomieszczeniach pracy zdalnej.	S	M	M
9.	Niewłaściwe promieniowanie optyczne (oświetlenie).	Zbyt silne lub zbyt słabe oświetlenie w miejscu pracy zdalnej, przepalone, niesprawne lampy, nieprzestrzeganie zasad bezpiecznej pracy z monitorem ekranowym powyżej co najmniej połowy dobowego wymiaru czasu pracy,	Ból głowy, oczu, łzawienie, zmęczenie, podrażnienie, problemy ze snem, pogorszenie ostrości widzenia, przeciążenie percepcyjne wzroku.	S	S	S	Badania lekarskie w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej, zapewnienie refundacji do zakupu okularów korygujących wzrok do pracy przy obsłudze monitora ekranowego, zapewnienie odpowiedniego oświetlenia, utrzymywanie czystości szyb okiennych, opraw oświetleniowych, przestrzeganie zasad bezpiecznej pracy z monitorem ekranowym, praca naprzemienna lub 5-min. przerwa w pracy po każdej godzinie przepracowanej przy obsłudze monitora ekranowego zgodnie z obowiązującymi przepisami.	S	M	M
10.	Cząstki unoszące się w powietrzu z zewnątrz.	Kurz i pył.	Uczulenia, podrażnienia i choroby górnych dróg oddechowych.	S	M	M	Odkurzanie i wietrzenie pomieszczeń, zachowanie czystości, zapewnienie sprawnej wentylacji zgodnej z przepisami, badania lekarskie w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej, środki ochrony indywidualnej.	M	M	M

11.	Przeciążenie percepcyjne wzroku.	Niewłaściwe oświetlenie pomieszczeń pracy, wzmożona koncentracja uwagi, długotrwała praca przy komputerze.	Łzawienie, ból głowy i oczu, łzawienie, zmęczenie, rozdrażnienie, pogorszenie ostrości widzenia.	S	S	S	Badania lekarskie w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej, odpowiednie oświetlenie stanowiska pracy, zapewnienie refundacji do zakupu okularów korygujących wzrok do pracy przy obsłudze monitora ekranowego.	M	M	M	
12.	Czynniki biologiczne grupy 2.	HSV herpes simplex wirus Wirus opryszczki – bezpośredni kontakt z ludźmi.	Zmiany zapalne skóry i błony śluzowej.	D	S	D	Przestrzeganie podstawowych zasad higieny, wentylacja pomieszczeń, badania lekarskie w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej.	S	M	M	
		HPV human papilloma wirus Wirus brodawczaka ludzkiego, kontakt z naskórkiem	Brodawki na skórze.	D	S	D		S	M	M	
		Staphylococcus aureus, Gronkowiec złocisty, drogą kropelkową lub poprzez kontakt bezpośredni z ludźmi.	Ogólnoustrojowa reakcja zapalna.	D	S	D		S	M	M	
		Wirusy grypy typu A, B i C drogą kropelkową lub poprzez kontakt bezpośredni z ludźmi.	Wysoka gorączka, dreszcze, bóle mięśniowe, kostno-stawowe, ból głowy, ból gardła i suchy kaszel, uczucie wyczerpania i ogólnego rozbicia. Powikłania grypy ze strony układu oddechowego: zapalenie zatok obocznych nosa, zapalenie krtani, zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, zaostrzenie przewlekłych chorób układu oddechowego takich jak astma oskrzelowa, niewydolność oddechowa w przebiegu tych chorób. Ze strony układu krążenia: zapalenie mięśnia sercowego, zapalenie osierdzia, zapalenie opon mózgowych, ostre zapalenie ucha środkowego, zapalenie mięśni, ostra niewydolność nerek, zapalenie spojówek.	D	S	D		S	M	M	

13.	Obciążenie psychonerwowe.	Zdenerwowanie, stres związany z terminowością i prawidłowością wykonywanych zadań, konflikty w relacjach ze współpracownikami, mobbing, nadmiar obowiązków, wykonywanych samodzielnie, intensywna praca umysłowa, słaba komunikacja i współpraca z przełożonymi i współpracownikami wykonującymi pracę na Uczelni, poczucie izolacji społecznej, brak równowagi między życiem prywatnym, a zawodowym.	Choroby układu nerwowego i pokarmowego, nerwice, stany lękowe, problemy ze snem, chroniczne zmęczenie, zaburzenia psychoneurotyczne, zaburzenia funkcjonowania społecznego, zmęczenie fizyczne, brak apetytu, rozdrażnienie, luki w pamięci, apatia, depresja, wypalenie zawodowe.	D	S	D	Właściwa organizacja czasu pracy i wypoczynku oraz organizacja sprawnej komunikacji i współpracy z przełożonymi i współpracownikami wykonującymi pracę w zakładzie pracy, umożliwienie przebywania na terenie zakładu pracy, korzystanie z pomieszczeń i urządzeń pracodawcy.	S	M	M
14.	Wymuszona pozycja ciała (obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego).	Nieergonomiczne stanowisko pracy, długotrwałe przebywanie w określonej pozycji ciała podczas pracy z komputerem, monotonia czynności wykonywanych w pozycji siedzącej.	Schorzenia spowodowane wymuszoną pozycją ciała – obciążenie kręgosłupa powodujące bóle w okolicy szyjnej, piersiowej i lędźwiowej, bóle nadgarstka (zespół cieśni nadgarstka).	S	S	S	Przestrzeganie bezpiecznych warunków pracy przy pracy z monitorem ekranowym, wyposażenie stanowiska pracy zdalnej w ergonomiczne meble, 5-min. przerwa w pracy po każdej godzinie przepracowanej przy obsłudze monitora ekranowego, ćwiczenia relaksacyjne w trakcie przerw, badania lekarskie w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej.	M	S	M
15.	Wypadek komunikacyjny.	Uczestnictwo w ruchu drogowym (dojazdy do/z zakładu pracy), przeszkody znajdujące się na drodze lub obok drogi (np. korki, roboty drogowe), zły stan nawierzchni dróg.	Stłuczenia, złamania, ciężkie uszkodzenia ciała, śmierć.	D	S	D	Stosowanie się do przepisów ruchu drogowego znaków drogowych, sygnalizacji świetlnej, przechodzenie przez ulicę w miejscach wyznaczonych, zachowanie szczególnej ostrożności.	S	M	M

Ocena ryzyka zawodowego na ww. stanowisku pracy: **ryzyko małe; dopuszczalne.**