

Hygiëne

Onder hygiëne wordt verstaan; dat de omgeving geen oorzaak is van ziekte- en gezondheidsklachten. We bereiken deze toestand door het nemen van hygiënische maatregelen in de omgeving en bij ons zelf.

Algemene hygiëne

Algemene hygiëne voorkomt vooral veel infectieziektes.

Deze infectieziektes worden veroorzaakt door o.a. bacteriën. Bacteriën vermenigvuldigen zich graag in water op voedselresten en ander menselijk en dierlijk afval. Dit gaat zeker in de zomermaanden vaak ontzettend snel !!! Hoe groter het aantal bacteriën, des te groter de kans dat je ermee in contact komt en erdoor besmet raakt. Het is daarom belangrijk dat men schone toiletten, wasgelegenheden en verblijven heeft en afval ordelijk opruimt en niet overal laat slingeren.

Persoonlijke hygiëne

Hygiëne is niet alleen thuis van belang, maar ook op het werk. In de binnenvaart wordt gewerkt met schadelijke of giftige stoffen en materialen. Daarnaast is een geregelde afvalstroom een probleem als het gaat om afgifte hiervan. Hierdoor kunnen langer dan gewenst afval stoffen aan boord aanwezig zijn. Hygiëne is voor iedereen belangrijk. Iedereen moet hieraan meewerken door de werkomgeving en zichzelf schoon te houden.

Voordelen:

- Een schone werkomgeving zorgt voor gemotiveerde medewerkers
- Een schone werkomgeving zorgt voor het goed zichtbaar zijn van risico's
- Verhoging voedselveiligheid en voorkomen gezondheidsbedreigende situaties.

Vraag je jezelf weleens af of je wel voldoende doet aan persoonlijke hygiëne. Wissel je regelmatig werkkleding en wordt dit goed gewassen? Was je na je werkzaamheden je handen of ga je direct schaften? Is de werkplek netjes en schoon?

Hoe meer je aan hygiëne doet, hoe kleiner de kans dat jij en je collega's infecties of andere ziekten oplopen.

Zorg voor goede persoonlijke hygiëne en een schone, opgeruimde omgeving, en je zult zien dat dit een stuk prettiger, gezonder en veiliger werkt.

Overweeg zeker in de zomer maanden of het de moeite loont om maaltijd resten te bewaren. Een voedsel vergiftiging kan heel nare gevolgen hebben

Reiniging

Voordat je gaat eten: eerst je handen wassen, doe dit ook wanneer je gemorst hebt met gevaarlijke stoffen. Vergeet niet dat sommige stoffen zoals oplosmiddelen, benzine enz. snel door de huid kunnen worden opgenomen en zo een schadelijke, giftige werking kunnen hebben. Bovendien ontvetten stoffen zoals terpentijn en benzine de huid, waardoor deze minder bescherming biedt. Je loopt dus sneller de kans dat je hierdoor eczeem krijgt. Het wassen van je handen in benzine, (soms spreek je de werknemers aan met u en dan weer met je)terpentijn of iets dergelijks wordt beslist afgeraden. Gebruik hoogstens een schone doek die je doopt in een oplosmiddel dat niet door de huid wordt opgenomen en dat de huid zo min mogelijk ontvet. Bij voorkeur een

huidreinigingsmiddel. Als dit niet aanwezig is, dan kun je beter gebruik maken van petroleum dan van terpentine. Benzine is helemaal uit den boze. Na het op die manier verwijderen van vlekken moet je handen en onderarmen goed wassen met een niet-agressieve zeep. Daarna goed afspoelen met veel water en zeer goed afdrogen.

Arbeidshygiëne

Arbeidshygiëne voorkomt ziektes, ongevallen en gezondheidsklachten, die veroorzaakt worden door of op het werk. Onder bepaalde omstandigheden kunnen materialen risico's met zich meebrengen. De longen kunnen aangetast worden door bijv. stof bij bikken en schuren, legionella bij onvoldoende onderhoud en toezicht van de drinkwatervoorziening, snij-vloeistoffen bij werkzaamheden op de werkbank in de machinekamer, e.d. de inademing van bepaalde oplosmiddelen kan lever-, nier- en zenuwziekten met zich meebrengen. De huid kan ook worden aangetast door bijv. lijmen, vetten, e.d. Vergeet niet dat oplosmiddelen en andere stoffen ook door de huid het lichaam kunnen binnendringen.

De arbeidshygiënische aanpak is er in eerste instantie op gericht om die stoffen die bovengenoemde gevaarlijke eigenschappen hebben van de werkvloer te weren en alternatieven aan te wenden die geen gevaarlijke eigenschappen hebben. We doen er van alles aan om geen gebruik te maken van gevaarlijke en giftige stoffen. Als we echt geen andere keus hebben en beslist gebruik moeten maken van een gevaarlijke stof, dan gebruiken we het liefst de stof die het minst gevaarlijk is. Hierbij kun je denken aan verf op waterbasis in plaats van op basis van terpentine (een oplosmiddel).

Dit is in de praktijk niet altijd mogelijk. Voor onderhoud van schip en uitrusting moet een bepaalde hoeveelheid verf, smeer- en schoonmaakmiddelen aan boord zijn die gevaarlijke eigenschappen kunnen hebben. Iedereen weet dat als je terpentine of verf hebt gebruikt, de hele werkvloer ernaar ruikt. Vaak zetten we tijdens en na het schilderen ramen en deuren open om de stank te laten verdwijnen. Dit is de makkelijkste manier van ventileren. De beste manier bij een plaatselijke verontreiniging is een afzuiging direct boven de werkplek (denk hier bijvoorbeeld aan bij lassen). Ventilatoren verplaatsen en verdunnen de concentratie in de lucht alleen..

Er kunnen ook maatregelen worden getroffen om het contact met de gevaarlijke stof te beperken. Bijvoorbeeld door het plaatsen van een scheidingswand of goed geventileerde opslagplaats van gevaarlijke stoffen, maar ook door het verplaatsen van de werkzaamheden of de werkzaamheden op een gunstiger tijdstip uitvoeren.

Een goede documentatie via de aanduiding op de etiketten en het opvragen van de veiligheidsinformatiebladen geeft voldoende inzicht over de gevaren van de stoffen die worden gebruikt. Hiermee kunnen de juiste voorzorgsmaatregelen zoals voorzieningen voor ventilatie, en het plaatsen van waarschuwing voor het gebruik van deze stoffen worden genomen.

Signaleringsborden

Het aangeven van mogelijke gevaren op de werkvloer wordt door de Arbo-wet verplicht. Bedrijven moeten mogelijke gevaren zichtbaar maken. De gekozen signalering is zoveel mogelijk in dezelfde stijl gehouden als de tekens die in het verkeer gebruikt worden.

Er worden vijf groepen signaleringsborden onderscheiden:

1. Verbodsbord.

Een verbod wordt aangegeven door een rond wit bord met een rode rand en een rode diagonale streep. In het witte vlak bevindt zich een symbool.



2. Waarschuwbord.

Een waarschuwing wordt aangegeven via een driehoekig geel bord met zwarte rand. In het gele vlak is in het zwart het symbool weergegeven.



3. Gebodsbord.

Een gebod wordt aangegeven door een rond, blauw bord met een wit symbool.



4. Veiligheidsvoorziening.

Een veiligheidsvoorziening wordt aangegeven door een rechthoekig, groen bord met daarin een wit symbool.



1. Mededeling.

Een mededeling wordt aangegeven door een rechthoekig, bord met daarop de tekst in blauwe letters.



Indien voorzorgsmaatregelen alleen niet afdoende zijn kunnen de juiste en adequaat werkende persoonlijke beschermingsmiddelen PBM's worden gebruikt. De werkgever (schipper) verschafft deze PBM's en houdt toezicht op het juiste gebruik en de werknemer gebruikt deze PBM's daar waar voorgeschreven op de juiste wijze en zorgt voor het in goede staat blijven van deze PBM's.

Het gebruik van PBM's is het laatste redmiddel om risico's te verminderen. Pas wanneer alle overige maatregelen niet afdoende zijn, gebruiken we deze middelen.