



Werkinstructie PBM-gebruik

Inleiding

Bij indiensttreding alsmede indien nodig (vervanging) krijgen de medewerkers die uit hoofde van hun functie PBM nodig hebben, de benodigde PBM uitgereikt. Naast deze PBM zijn er tevens diverse beschermingsmiddelen beschikbaar per bus of worden beschermingsmiddelen uitgereikt op projectbasis. Voor het gemak wordt in deze instructie gesproken over PBM, ook als het middelen betreft die per bus of algemeen beschikbaar zijn.

PBM worden gebruikt in die situaties dat beschermende maatregelen niet mogelijk of ontoereikend zijn. Eerst wordt altijd gekeken naar mogelijkheden tot bestrijding aan de bron alsmede collectieve maatregelen. Is dit niet mogelijk (wat veelal bij bodemonderzoek en bodemsanering het geval is) dienen de voorgeschreven PBM te worden gebruikt. Soms zijn PBM standaard voorgeschreven of als aanvullende maatregel. Op sommige (bedrijfs)terreinen is het dragen van PBM altijd verplicht, ook als er geen risicovolle werkzaamheden worden uitgevoerd.

In de Arbowet is vastgelegd dat de werkgever de noodzakelijke PBM vrij dient te verstrekken. Werknemers zijn verplicht de verstrekte PBM te gebruiken indien dit is voorgeschreven. Hiernaast dienen de PBM correct te worden gebruikt en volgens voorschrift te worden behandeld en onderhouden. Defecte PBM dienen ingeleverd te worden waarna vervangende PBM zal worden verstrekt.

De eisen aan de PBM

Voor alle PBM geldt dat deze verplicht een CE-markering dienen te hebben en voorzien moeten zijn van een gebruiksaanwijzing in een voor de gebruiker begrijpelijke taal. Vanzelfsprekend dienen PBM doeltreffend te zijn, dus geschikt te zijn voor het specifieke risico. Verder dienen de PBM ergonomisch te zijn zodat je er bij het gebruik zo min mogelijk last van hebt. Het gebruik van PBM mag geen nieuw risico met zich meebrengen.

Alle PBM dienen zodanig te worden behandeld en te worden opgeslagen dat dit geen nadelige invloed heeft op de werking van de PBM. Alle PBM worden periodiek gecontroleerd. Sommige PBM dienen periodiek te worden gekeurd. Hiertoe zal de PBM periodiek op verzoek ingeleverd moeten worden.

Samengevat:

Voor een veilig en doeltreffend gebruik van PBM is het van belang dat we ons aan de volgende regels houden:

- Juist gebruiken
- Veilig opslaan
- Goed onderhouden
- Regelmatig controleren
- Goed beheren

Navolgend wordt kort ingegaan op de verschillende soorten PBM.

Lichaamsbescherming

Werkkleding is een belangrijke PBM die bescherming kan bieden tegen zowel klimaat- en weersinvloeden als gevaarlijke stoffen.

Voor het uitvoeren van veldwerk in relatief droge omstandigheden wordt een dichtgeweven katoenen overall voorgeschreven, zonder zakken (aangezien zich daarin grond en schadelijke stoffen kunnen ophopen). Als de overall vuil of doorweekt raakt dient deze vervangen te worden. Vuile overalls worden ingeleverd (niet thuis wassen). Voor natte omstandigheden alsmede bij het werken op sterk verontreinigde locaties zijn wegwerpoveralls beschikbaar. Deze worden éénmalig gebruikt en na gebruik (verantwoord) weggegooid. Ook bij warm weer wordt de voorgeschreven werkkleding



Werkinstructie PBM-gebruik

gedragen. Desgewenst wordt een korte broek en t-shirt onder de overall gedragen. Het is altijd verstandig extra (onder)kleding bij je te hebben voor het geval je kleding vervuild raakt met schadelijke stoffen alsmede om je na het werk op locatie te kunnen omkleden.

Bij kou en regel geldt dat je je zoveel als mogelijk dient te beschermen om afkoeling te voorkomen. Hiervoor zijn regenpakken en winterjassen beschikbaar. Deze worden over de overall gedragen.

Let op: bij warm weer maar ook in de winter kan je door de inspanning van het werk (sterk) zweten. Let er op dat je tijdens rustpauzes niet teveel afkoelt, bijvoorbeeld door de overall even uit te doen en in je bezwete kleding in de wind gaat zitten.

Aangezien je bij elk werk in contact kan komen met verontreinigde grond dienen bij alle werkzaamheden met grond en grondwater handschoenen te worden gedragen. Hiermee bescherm je je huid tegen schadelijke stoffen. Werkhandschoenen bieden hiernaast bescherming tegen fysieke beschadiging (snijden). Bij het classificeren van grond worden wegwerphandschoenen gebruikt om de structuur van de grond beter te kunnen voelen. Let er hierbij op dat er zich geen scherpe bestanddelen in de grond bevinden. Indien glas en metaalresten in de grond aanwezig zijn worden ook bij het classificeren van grond werkhandschoenen gedragen.

Bij de werkzaamheden worden goed sluitende veiligheidsschoenen gedragen (bij bodemsaneringslocaties veiligheidslaarzen). Deze zijn voorzien van een verstevigde neus (van staal of kunststof) om je tenen te beschermen tegen zware voorwerpen en een verstevigde tussenzool om je voetzool te beschermen tegen bijv. het intrappen van spijkers. De schoen heeft ook een antislipzool, om uitglijden te voorkomen. Verder heeft hij antistatische eigenschappen. Veiligheidslaarzen zijn hiernaast bestand tegen chemicaliën. Let er op dat de laarzen en schoenen goed passen en dat laarzen niet lekken. Sla laarzen niet tegen elkaar of tegen een muur om aanhangende grond te verwijderen maar borstel deze met ruim water schoon en laat ze drogen. Ga niet met vuile laarzen of werkschoenen in de auto zitten. In de winter kunnen in de laarzen extra inlegzolen worden gebruikt om het optrekken van kou tegen te gaan. Zorg dat je niet te lang met natte voeten in je laarzen blijft lopen. Neem bij sterke zweetvoeten gewoon een paar extra sokken mee.

De veiligheidshelm beschermt het hoofd tegen scherpe en harde voorwerpen en vangt de klap op van vallende voorwerpen. Een helm moet vervangen worden als hij een harde klap heeft opgevangen, als hij hard is gevallen of is zichtbaar is beschadigd. Laat helmen niet los in de auto slingeren en berg ze netjes op. Leg helmen niet in rechtstreeks zonlicht (dus niet op een hoedenplank in de auto), aangezien onder invloed van zonlicht de helm ernstig kan verzwakken. Hiernaast wordt de helm een projectiel bij hard remmen of ene botsing. Helmen mogen niet worden voorzien van stickers (met uitzondering van speciale stickers).

Oogbescherming

Als je bij werkzaamheden het risico loopt splinters, vonken, stralingen of gevaarlijke stoffen in je ogen te krijgen, alsmede als het door een eigenaar van een locatie verplicht wordt gesteld, is het noodzakelijk oogbescherming toe te passen. Een gewone bril of contactlenzen bieden geen bescherming en kunnen zelf extra gavaar opleveren. Standaard zijn veiligheidsbrillen beschikbaar. Voor brildraggers zijn ruimzichtbrillen beschikbaar die over de bril heen gedragen kunnen worden.

Gehoorbescherming

Gehoorbescherming is van belang om bij blootstelling aan lawaai het gehoor te beschermen. Niet alleen harde geluiden, ook minder hard geluid kan bij langdurige blootstelling leiden tot beschadiging / gehoorverlies. Gehoorschade is onomkeerbaar.

Boven de 80dB(A) dient de werkgever gehoorbescherming aan te bieden en wordt aanbevolen de gehoorbescherming te dragen. Boven de 85dB(A) is het verplicht om de gehoorbescherming te



Werkinstructie PBM-gebruik

gedragen. Op machines dient te zijn aangegeven of gebruikers (en personen in de directe omgeving) gehoorbescherming dienen te dragen. Aangezien echter niet op alle locaties (bij voorbeeld op saneringslocaties) het geluidsniveau van machines en apparaten bekend is, en het geluidsniveau bij combinatie van verschillend geluid hoger is, is het soms moeilijk in te schatten hoe hard het geluid is. De vuistregel is: als je een meter van elkaar staat moet je zonder stemverheffing met elkaar kunnen praten. Als dit moeilijk is of niet lukt bedraagt wordt waarschijnlijk de 80 dB(A) overschreden. Gebruik in dit geval gehoorbescherming.

Er zijn verschillende soorten gehoorbescherming beschikbaar:

Inwendige gehoorbescherming:

- Oorwatten, plugjes of stoppen: Deze geven een demping van ongeveer 10-15dB(A).

Individueel aangepaste inwendige gehoorbescherming:

- Otoplastieken – dit zijn op maat gemaakte apparaatjes die je in je oor plaatst. De bescherming die het biedt is afhankelijk van het filter dat erin zit en bedraagt ca. 10 – 35 dB(A). Het voordeel ervan is dat het bepaalde tonen kan ufilteren, waardoor de spraakfrequenties kunnen worden doorgelaten.

Uitwendige gehoorbescherming:

- Oorkappen – de kappen worden over het oor gedragen en kunnen eventueel aan een veiligheidshelm worden bevestigd. De beschermingsfactor is afhankelijk van het soort, maar is ongeveer 20-35 dB(A).

Realiseer je bij gehoorbescherming dat andere geluiden vaak ook worden gedempt waardoor je bijvoorbeeld een alarmsignaal ook niet meer (of minder goed) hoort. Houdt hiermee rekening als je iemand anders wilt waarschuwen.

Adembescherming

Adembescherming is belangrijk om het lichaam te beschermen tegen het inademen van stof en/of gassen. De gevolgen van het inademen lopen sterk uiteen, maar kunnen zeer ernstig zijn. Bij ademhalingbescherming wordt onderscheid gemaakt tussen:

- Afhankelijke adembescherming: filtert de omgevingslucht, er zijn hiervan twee types: stoffiltermaskers en gasfiltermaskers (al dan niet met aanblaassysteem).
- Onafhankelijke adembescherming: hierbij wordt gebruik gemaakt van perslucht of verseluchtkappen waarbij ademlucht van buiten via een compressor wordt aangevoerd.

Afhankelijke adembescherming:

Dit zijn half- of volgelaatsmaskers met één filterbus. Er zijn verschillende beschermingsfactoren:

Stof:

- P1-grof
- P2 – middel
- P3 – fijn (meestal alleen te gebruiken in combinatie met volgelaatsmasker)

De gasfilters zijn er in verschillende soorten. De belangrijkste zijn:

- Type A (bruin) : organische dampen;
- Type B (grijs) : zure gassen;
- Type E (geel) : zwaveldioxide;
- Type K (groen) : ammoniak.

De meest gebruikt filterbus bij bodemsanering is ABEK-P3.

Bij het toepassen van een filterbus wordt eerst gecontroleerd of het juiste type filter beschikbaar is. Vervolgens wordt gecontroleerd of het schroefdraad niet beschadigd is en de filterbus niet over de uiterste gebruiksdatum is. Een niet verzegelde filterbus mag alleen worden gebruikt als bekend en geregistreerd is wanneer deze in gebruik is genomen en hoelang + onder welke omgevingsconcentraties, de filterbus is gebruikt. Dit betekent dat op de (saneringslocatie) meetgegevens beschikbaar dienen te zijn.



Werkinstructie PBM-gebruik

Schroef het filter stevig op het masker. Zet het masker op en houdt de aanzuigopening dicht met de muis van je hand. Als je toch lucht binnen krijgt sluit het masker niet goed aan of lekt het filter. Gebruik in dit geval een ander masker en lever het lekkende masker in voor controle of onderhoud. Een gelaatsmasker sluit slecht af als je een baard hebt.

Met adembescherming moet na 2 uur werken een periode van één uur worden gerust zonder adembescherming. Dit betekent dat je de verontreinigde zone moet verlaten en elders pauzeert.

Afhankelijk van de concentraties waarin wordt gewerkt zal een filter na verloop van tijd verzadigd raken. Bij het gebruik van ademhalingsbescherming op een saneringslocatie zal de (veiligheidskundige van de) aannemer dienen bij te houden hoe lang een filter mag worden gebruikt. Hierbij dient een ruime marge te worden aangehouden. In alle situaties geldt dat zodra je door je filter geuren waarneemt, je direct de locatie verlaat en het filter vervangt en het masker controleert.

Er zijn diverse omstandigheden waarbij alleen gewerkt mag worden met onafhankelijke adembescherming:

- bij meer dan 1vol. % gevaarlijke stof in de lucht (> 10.000 ppm)
- bij overschrijving van de voor het filter toegestane concentraties verontreiniging
- als er minder dan 19% zuurstof aanwezig is
- bij werkzaamheden in besloten ruimten (ook in putten en tanks)
- bij werkzaamheden met bijzondere groepen van stoffen (wordt aangegeven in het V&G-plan).

Bij onafhankelijke adembescherming wordt gebruik gemaakt van ademluchtmaskers of verse-luchtkappen. Werken met ademluchtmaskers is zwaar en is daarom alleen geschikt voor korte duur. Een extra medische keuring en training is noodzakelijk.