

Din personliga skyddsutrustning

1.

HUVUDSKYDD

Använd alltid när det finns risk att föremål kan träffa huvudet uppifrån eller från sidan.



2.

VARSELKLÄDER

Använd när du behöver synas, till exempel vid lastning och lossning vid trafikerade platser eller vid snöskottning.

3.

ÖGONSKYDD

Ska vara bekväma, ge bra synfält och enkla att justera.

4.

SKYDDSSKOR

Ska ha både tåskydd och trampskydd.

5.

HÖRSELSKYDD

Välj hörselskydd efter bullrets styrka och karaktär.

6.

ERGONOMI

Personlig skyddsutrustning ska vara bekväm att använda och anpassad efter dig och arbetsuppgiften.

7.

ANDNINGSSKYDD

Använd i dammiga miljöer och vid till exempel målning av tak och slipning.

8.

FALLSKYDD

Fallskydd består av sele, lina, falldämpare och förankringsanordning.

ARBETSGIVAREN

ska tillhandahålla personlig skyddsutrustning, informera om risker och skyddsåtgärder samt instruera om rätt användning.

ARBETSTAGAREN

ska medverka vid val av skydd, använda skydd och följa instruktionerna.

ALLMÄNT

- » Gemensamma skyddsåtgärder ska alltid prioriteras framför individinriktade.
- » Personlig skyddsutrustning ska väljas först när risken inte kan begränsas eller undvikas på annat sätt.
- » Personlig skyddsutrustning ska vara anpassad till individen och är avsedd för personligt bruk.
- » Personlig skyddsutrustning som i undantagsfall kan delas med andra är till exempel varselväst.
- » Till personlig skyddsutrustning ska det finnas information på svenska om förvaring, användning, rengöring, underhåll, service och vad den ska skydda emot.
- » All personlig skyddsutrustning ska vara CE-märkt.

1. HUVUDSKYDD

- » Välj industrihjälm enligt EN 397.
- » Hjälm ska sitta stadigt på huvudet och vara knäppt, så att den inte ramlar av vid till exempel fall och stötar.
- » Använd även vid risk för fall eller stötar mot hårda/vassa föremål i huvudhöjd.
- » Förvara hjälmen så att den skyddas mot solljus, kemikalier och fukt.
- » Färg eller dekaler kan försämra hjälmens skyddsegenskaper.
- » Byt ut hjälmen om den är skadad eller äldre än tillverkarens garanti.

2. VARSELKLÄDER

- » Vissa byggarbetsplatser kräver varselväst och att den används hela tiden.
- » Vilken klassning varselkläderna ska ha varierar beroende på arbetsplatsens riskbedömning.

3. ÖGONSKYDD

- » Använd vid till exempel slipning och sågning.
- » Behöver du slipade skyddsglasögon ska arbetsgivaren bekosta dessa.
- » Använd tätslutande skyddsglasögon om du bär linser.
- » Det ska finnas en märkning på linsen och bågen som visar vad ögonskyddet skyddar mot.
- » Behandla glasen mot imbildning.
- » Välj tonade glas vid arbete med reflekterande material och stark sol.
- » Skydda glasen mot yttre påverkan och lägg dem aldrig med glasen nedåt.

- » Ögonspolning ska finnas i omedelbar närhet till arbetsplatsen.

4. SKYDDSSKOR

- » Välj skor med god friktion vid arbete på lutande tak.
- » Skon bör gå att böja och ha tåskydd som är anpassat för knästående arbete.

5. HÖRSELSKYDD

- » Välj hörselskydd som dämpar, men som ger bibehållen kommunikationsförmåga.
- » Olika hörselskydd har olika dämpande effekt. Välj efter behov.
- » Förvaras hygieniskt och så att de inte skadas.
- » Var noga med att följa tillverkarens instruktioner om underhåll och livslängd på hörselskyddets olika delar.

6. ERGONOMI

- » Personlig skyddsutrustningen ska vara lätt att ta på och ska sitta utan att hindra rörelsefriheten.
- » Den ska vara så lätt som möjligt och kunna anpassas till din kropp.
- » Ska vara funktionell i förhållande till risker och inte öka risken.

7. ANDNINGSSKYDD

- » Använd filterskydd, andningsapparater eller kombinationsfilter och anpassa efter risk.
- » Använd partikelfilter klass 3 vid exempelvis slipning och gasfilter vid målning.
- » Undvik enkla munskydd av engångskaraktär.

- » Skägg eller skäggstubb förstör halvmaskers skyddsförmåga.
- » Prova funktionen och täthet före användning.
- » Rengör när du använt och byt filter när det behövs.
- » Om arbetsuppgiften pågår i mer än två timmar eller är fysiskt krävande ska andningsskyddet vara fläktmatat.

8. FALLSKYDD

- » Selar, linor och förankringsanordningar ska vara enkla att använda.
- » Kontrollera att alla delar är oskadade. Byt och kassera vid behov.
- » Dra åt alla remmar ordentligt och se till att remmarna inte kan fastna när du rör dig.
- » Förankringspunkter ska klara 10 kN (1 ton). Taksäkerhetsanordningar är normalt godkända för förankring. Kontrollera!
- » Om det är möjligt använd fallhindrande fallskydd före falldämpande.
- » Falldämparen ska minska kraften i utrustningen till max 600 kg.
- » Förankra ovanför dig och använd sträckt lina.
- » Lämna fallskyddet till årlig kontroll hos godkänd person/organ, exempelvis leverantören.
- » Gå utbildning för att välja rätt metod vid användning av fallskydd och för räddning.
- » Planera för räddning och nedtagning, räddningsplan ska upprättas.
- » Träna räddning.

Gör riskbedömning till en naturlig del i ditt arbete

Din arbetsgivare är ansvarig för att en riskbedömning görs för alla arbetsmoment och att de åtgärder som behövs för att förebygga ohälsa eller olycksfall utförs innan arbetet påbörjas.

- » Se till att du får ta del av riskbedömningen och eventuella åtgärder innan du påbörjar ditt arbete.
- » Upptäcker du nya risker du inte blivit informerad om ska du meddela arbetsgivaren och skyddsombudet om detta.

Har du frågor?

Ring Byggnads medlemscenter på tel 010-601 10 00