

Käskkirj

24. mai 2006 nr 11

Teemontööri tööohutuse juhend kinnitamine

Tööohutuse tagamiseks AS Eesti Raudtee teelõikudel töötamisel

k ä s i n :

1. Kinnitada "Teemontööri tööohutuse juhend" (lisatud).
2. Ohutusosakonnal lisada antud käskkirjaga kinnitatud juhend AS Eesti Raudtee tegevuseeskirja.
3. Kontroll käesoleva käskkirja täitmise üle panna infrastruktuuridirektorile ja ohutusdirektorile.



Christopher Aadnesen
juhatuse esimees - tegevdirektor

TEEMONTÖÖRI TÖÖOHUTUSE JUHEND

1. ÜLDISED OHUTUSNÕUDED

1.1. Käesolev teemontööri tööohutuse juhend (edaspidi: Juhend) sätestab üldised ohutusnõuded raudtee hooldus- ja remonditööde teostamisel.

1.2. Iseseisvalt võivad teemontöörina töötada meessoost isikud, kes on vähemalt 18 aastat vanad ja on läbinud tööleasumisel eelneva tervisekontrolli sissejuhatava ja esmajuhendamise töökohal, väljaõppe ja teadmiste kontrolli.

Töötamise protsessis peab teemontöör ettenähtud korras läbima vajadusel täiendjuhendamised, samuti perioodilised tervisekontrollid.

1.3. Teemontöör peab teadma raudtee teemehaanik I kutsestandardiga kehtestatud kutseoskuskõudeid sh:

töö käigus tekkivate ohtlike ja kahjulike tootmistegurite mõju inimesele;
tootmise sanitaarnõudeid, elektriohutuse ja tuleohutuse nõudeid;
liiklusohutust tagavaid nähtavaid ja kuuldavaid signaale, ohutusmärke ning töö koha piiramise korda;
ohutuid töövõtteid;
esmaabi osutamise võtteid;
esmaabivahendite asukohti.

Teemontöör peab läbima oma töökohustuste ulatuses väljaõppe ja teadmiste kontrolli järgmistes küsimustes:

Raudtee tehnokasutuseeskiri;

Raudtee signalisatsioonijuhend;

Raudtee rongiliikluse ja manöövr töö juhend.

Elektritööriistadega töötavad teemontöörid peavad läbima eriväljaõppe, teadmiste kontrolli ja omama esimest elektriohutusgruppi.

1.4. Raskuste käsitsi tõstmisel tuleb lähtuda "Raskuste käsitsi teisaldamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded" SOM 27.02 2001 määruse nr 26 nõuetest.

1.5. Teemontöör peab:

täitma ainult tema töökohustuste hulka kuuluvat või tööjuhi poolt määratud tööd;
kasutama tööde teostamisel ohutuid töövõtteid;
hoidma töökorras ja puhtana mehhanisme, seadmeid, töövahendeid, materjale, samuti individuaalseid kaitsevahendeid;
jälgima signaale, täitma tööjuhi korraldusi;
täitma keelavate, hoiatavate ja suunavate märkide nõudeid, veduri- ja eriveeremijuhtide, manöövrjuhtide, transpordivahendite juhtide poolt antavate nähtavate ja kuuldavate signaalide nõudeid;
liikuma jaamavahele ja raudteejaamade territooriumil ettevaatlikult;
olema äärmiselt tähelepanelik transpordi liikumise kohtades;
täitma töösisekorraeskirja nõudeid;
täitma töö ja puhkeaja korra nõudeid;
oskama osutada kannatanule esmaabi.

1.6. Töötamise ajal võivad teemontööri mõjutada järgmised põhilised ohtlikud ja

kahjulikud tootmistegurid:

liikuv veerem, dresiinid, teemasinad;
liikuvad masinad, mehhanismid, seadmed ja nende elemendid;
tee pealisehitise teisaldatavad materjalid, monteeritavad konstruktsioonid ja muud esemed;
töötsooni õhu kõrgendatud tolmu- ja gaasisaldus;
töötsooni puudulik valgustatus pimedal ajal;
vooluahela kõrgendatud pinged, mille ühendus võib toimuda läbi inimkeha;
seadmete, töövahendite ja tee pealisehitise metallosade pinna alanenud või kõrgenenud temperatuur;
töötsooni õhu alanenud või kõrgenenud temperatuur, niiskus ja liikumine;
ebasoodsad ilmastikuolud (lumesadu, tuisk, paduvihm);
kõrgenenud müra ja vibratsiooni tase töökohas ning töötamisel mehhaniseeritud tööriistadega;
kõrgenenud ionikiirguse tase töötamisel radioaktiivselt saastatud kohtades;
füüsiline ülekoormus raskuste käsitsi teisaldamisel;
keemilised tegurid töötamisel õliantiseptikutega immutatud uute puitliipritega, pestitsiididega töödeldud tsoonides;
töökoha paiknemine maapinnast märkimisväärsel kõrgusel sildadel töötamisel;
psüühiline ülekoormus töötamisel teedel ja sildadel rongide liikumise ajal.

1.7. Teemontöör peab olema varustatud individuaalsete kaitsevahenditega vastavalt isikukaitsevahendite valimise ja kasutamise korrale (Vabariigi Valitsuse 11. jaanuari 2000.a. määrus nr 12).

1.8. Isiklikke rõivaid ja tööriivaid tuleb hoida garderoobis eraldi kappides.

1.9. Teemontöör peab jälgima tööriivaste korrasolekut, õigeaegselt andma neid pesu ja parandusse, samuti hoidma rõivakapid puhtad ja korras.

1.10. Teemontöör peab täitma järgmisi tuleohutusnõudeid:
suitsetamine on lubatud ainult selleks ettenähtud ja kohandatud kohtades;
mitte kasutama lahtist tuld veeremi läheduses, vajadusel kasutama sädemete tõkkeks kaitseekraane;
mitte kasutama elektrilisi kütteseadmeid selleks mitte ette nähtud kohtades;
teadma tulekahju häiresignaale ja tulekahjust teatamise korda;
tundma ja oskama kasutada esmaseid tulekustutusvahendeid.

1.11. Öisel ajal ruumidest väljumisel on vaja pisut oodata, kuni silmad pimedusega harjuvad ja stabiliseerub ümbritsevate esemete normaalne nähtavus.

1.12. Enne raudteele minekut on vaja eelnevalt veenduda sellel liikuva raudteeveeremi puudumises, vaadates piki teed paremale ja vasakule; seejuures tuleb olla eriti tähelepanelik tee nähtavust halvendavates tingimustes.

1.13. Trauma või haigestumise korral peab teemontöör töö katkestama, informeerima sellest tööjuhti ja pöörduma abi saamiseks arstipunkti või lähimasse meditsiinasutusse.

Teiste töötajate traumade, samuti käesoleva Juhendi rikkumiste või seadmete,

mehhanismide, töövahendite, kaitseseadiste, individuaalsete kaitsevahendite või tuletõrjevahendite defektide avastamise korral peab teemontöör viivitamata teatama sellest tööjuhile, tema äraolekul kõrgema astme juhile.

2. OHUTUSNÕUDED ENNE TÖÖ ALUSTAMIST NING SUUNDUMISEL TÖÖKOHALE JA TÖÖKOHALT LAHKUMISEL

2.1. Enne töö algust peab teemontöör kehtestatud ajal tulema kogunemiskohta. Enne töö alustamist tuleb saada tööjuhilt juhised tööde teostamise kohale suundumise ja sealt lahkumise marsruudi, tööde ohutu teostamise korra, teelt määratud kohtadesse lahkumise kohta; kontrollida töövahendite töökorras olekut. Rikkis tööriistadega töötamine on keelatud.

2.2. Enne töö alustamist peavad teemontöörid panema selga tööriivad, tööjalatsid, oranži värvi ohuvesti ja need korda sättima:

varrukate käänised kinni nõöpima;

rõivaste vabad otsad nii sättima, et need ei ripuks alla.

Tööriivaid ja tööjalatseid ei tohi ära võtta kogu tööaja jooksul.

Kaitseseadiseid ja individuaalseid kaitsevahendeid (respiraatoreid, gaasimaske, kaitseprille) kasutavad teemontöörid peavad olema instrueeritud nende vahendite kasutamise ja lihtsamate töökorras oleku kontrolli viiside osas ning olema praktiliselt juhendatud neid kasutama.

Teemontööridele jagatavad tööriivad, tööjalatsid ja muud individuaalsed kaitsevahendid peavad olema valitud inimese mõõtude, kasvu järgi ega tohi takistada liigutusi töötamisel. Peakate ei tohi tihedalt kõrva katta (kõrvikmütsil peavad olema heli läbilaskvad vahekiilud).

2.3. Kõigist tööriistadel, kaitseseadistel, individuaalsetel kaitsevahenditel avastatud defektidest ja muudest puudustest peab teemontöör teatama tööjuhile.

2.4. Jaamades liikumine kogunemiskohast töökohta ja tagasi peab toimuma mööda märgitud teenistuslike käikude marsruute.

2.5. Kui ei ole võimalik liikuda teest kaugemal või teepeenral, on lubatud eriti ettevaatlikult liikumine teel. Kõndida tuleb ühekaupa üksteise taga või kahekaupa reas, mitte lubades kellegi mahajäämist rühmast. Samas tuleb jälgida rongide liikumist ja täita rühma taga kõndiva tööjuhi või spetsiaalselt määratud ja instrueeritud teetöölise korraldusi.

Kaherajalisel lõigul tuleb liikuda vastu rongide liikumissuunale õlgrajal, arvestades rongide liikumise võimalust mööda väärrada. Kahepoolse automaatablokeeringuga mitmerajalistel lõikudel ja jaamavahedest tuleb rongide liikumissuund määrata fooritulede näitude järgi.

2.6. Teed tuleb ületada täisnurga all, olles eelnevalt veendunud läheneva raudteeveeremi (veduri, vagunite, dresiinide ja muude transpordivahendite) puudumises.

On keelatud tee ületamine ja teest üle jooksmine enne lähenevat raudteeveeremit.

Raudteeveeremiga hõivatud tee ületamiseks tuleb kasutada ülekäigurõdusid.

Minna ümber teel seisvate vagunite on lubatud vähemalt 5 m kaugusel äärmisest vagunist. Ei tohi vagunite alt läbi ronida, tirida nende alt läbi tööriistu, seadmeid ja

materjale, minna üle automaatsidurite ja teineteisest vähem kui 10 m kaugusel seisvate vagunite vahelt.

Pöörmepostide, platvormide, teerajatiste ja muude nähtavust halvendavate rajatiste tõttu tuleb teele astumisel eelnevalt veenduda liikuva raudteeveeremi puudumises, vaadates piki teed vasakule ja paremale. Raudteeveeremi ees tee ületamisel tuleb arvestada raudteeveeremi võimaliku liikuma hakkamisega ning rongide liikumisega naaberteel.

Tee ületamisel ei tohi astuda rööbastele, seista raamrööpa ja pöörme sulgrööpa vahel või liikuva südamikuga ja kõrvrööpa vahel.

2.7. Kui töökohta liigutakse rongi, dresiini või autoga (mis on spetsiaalselt kohandatud inimeste veoks), peavad teemontöörid täitma kõiki transpordivahendisse sisenemise ja sellest väljumise eeskirju ning rühma vanema ja transpordivahendi juhi nõudeid.

3. OHUTUSNÕUDED TEETÖÖDE TEOSTAMISEL

3.1. Tööde alustamine on lubatud ainult tööjuhi korraldusel pärast tööde teostamise koha piiramist kehtestatud korras.

3.2. Tee või pöörme parandamist peab teostama teetöolistest koosnev rühm, kellest üks jälgib rongide liikumist ega osale töös.

Kui teemontöör töötab üksinda, peab ta olema eriti tähelepanelik, pidevalt jälgima võimalikku rongide lähenemist, asuma näoga õlgrada mööda oodatava rongi suunas, vähendamata tähelepanu rongide võimalikule lähenemisele vastassuunast.

3.3. Rongi lähenemisel lõigul, kus on lubatud liikumine kiirusega kuni 120 km/h, tuleb lahkuda teelt muldkeha lähemale äärel vähemalt 2 m kaugusele äärmisest rööpast, kui rong asub vähemalt 400 m kaugusel. Rühmas vanemaks määratud teemontööril peab olema kaasas väljavõtte rongide liiklusgraafikust.

Rongi möödumisel naaberteel tuleb samuti lahkuda muldkeha lähemale äärel käesolevas alapunktis märgitud kaugusele.

3.4. Tööde teostamisel rongiliikluseks suletud jaamavahel "aknas" või tööde teostamise koha piiramisel peatussignaalidega katkestatakse töö rongi möödumisel naaberteel. Teemontöörid peavad lahkuma teedevahelt; teelt, kus töid teostatakse, pole vaja lahkuda.

3.5. Pärast rongi möödumist tuleb enne teele astumist veenduda, et ei ühelt ega teiselt poolt ei tule rongi, vedurit ega mingit muud liikuvat üksust.

3.6. Pealelukketeedel, mäealustel ja sorteerimisteedel, samuti nende teede pöörmetel võib töid teostada ainult manöövritöö vaheaegadel pärast kooskõlastamist jaama- või mäekorraldajaga.

3.7. Töötamisel takistatud kohtades, kus mõlemal pool teed asuvad kõrged platvormid, hooned, tarad, süvendite nõlvad, samuti sildadel, peavad teemontöörid tähelepanelikult jälgima signalistide antavaid signaale ja teadma, kuhu tuleb teelt rongi lähenedes lahkuda.

Kui üle 100 m pikad kõrged platvormid, hooned, tarad, süvendite nõlvad ei võimalda

astuda tee kõrvale, tuleb töid alustada alles pärast tööde teostamise koha piiramist peatussignaalidega.

3.8. Kui töö on seotud naabertee ületamisega (tee pealisehitise materjalide äraviimine või kohaletoomine), tuleb töö enne rongi möödumist katkestada, et oleks piisavalt aega teelt lahkumiseks. Rongi möödumisel mööda naaberteed ei ole lubatud töid teostada.

Halva nähtavuse tingimustes ja kui teostatav töö ei nõua peatussignaalidega piiramist, peavad teemontöörid omama piisavalt aega teelt lahkumiseks.

3.9. Keelatud on istuda rööbastele, liipriotstele, ballastiprismale, rööbaste vahele ja teedevahele, samuti varurööbaste stellaažidele.

3.10. Teemasinate lähenemisel tuleb astuda teelt kõrvale äärmisest rööpast järgmisele kaugusele:

teepaigaldus (välja arvatud seda teenindaval brigaadil), lumekoristusmasina, rööpalihvimisrongi ja teiste rasket tüüpi masinate puhul – 5 m kaugusele; teehöövli puhul – 10 m kaugusele;

killustikupuhustusmasinate, kaherajaliste lumesahkade puhul – 5 m kaugusele lume, jää või jäätmete väljaheitmise vastaspoolele; üherajaliste lumesahkade puhul – 25 m kaugusele.

3.11. Tööde teostamise ajal tuleb pidevalt jälgida, et tööriistad ei segaks liikumist ega asuks jalgade all ning uued ja vanad materjalid — rööpad, liiprid, teekinnitused — oleksid korralikult asetatud veeremi gabariidist väljapoole ega segaks teelt lahkumist rongi lähenemisel.

3.12. Töö katkestamise ajaks tuleb lahkuda teelt tee pervele äärmisest rööpast käesoleva Juhendi p. 3.3 märgitud kaugusele.

3.13. Pikkrööbastega teel töötamiseks peavad teemontöörid enne tööde alustamist olema juhendatud tööde teostamise eripärast pikkrööbastega teel.

3.14. Pikselöökide vältimiseks tuleb äikese lähenedes rakendada vajalikke meetmeid rongide ohutu läbisõidu tagamiseks tööde teostamise kohas ning pärast seda teelt lahkuda.

Ei tohi varjuda puude alla, nende najale toetuda ega läheneda piksevarrastele või üksikutele kõrgetele objektidele (postidele, puudele) lähemale kui 10 m.

Äikese ajal on ohtlik viibida kõrgendikel, avatud tasandikel.

Soovitav on varjuda kinnistesse ruumidesse, kui need on kaugel, siis väikestesse süvenditesse, nõgudesse küngaste või mullete nõlvadel.

Äikese korral ei tohi hoida enda juures või kanda tööriistu ja muid metallesemeid.

3.15. Petardide kandmisel ühest kohast teise tuleb kasutada spetsiaalseid kaste.

Keelatud on:

joota petardide külge lahti tulnud vedrusid ja kappi;

petarde lüüa, kuumutada ja avada;

seista rööbastele asetatud petardidele lähemal kui 20 m hetkel, kui veerem neile peale sõidab;

hoida petarde tule või kütteseadmete lähedal;

kasutada petarde pärast nende kõlblikkustähtaja möödumist.

4. OHUTUSNÕUDED TÖÖDE TEOSTAMISEL SILDADEL

4.1. Enne sillal töö alustamist peavad teemontöörid saama tööjuhilt korralduse materjalide ja tööriistade ladustamise kohtade ning rongide lähenemisel teelt lahkumise kohtade osas.

4.2. Sildadel töötades peavad käiguteed, töölavad ja treppredelid olema prahist puhastatud, talvisel ajal lumest ja jääst puhastatud ning liivatatud.

4.3. Kuni 50 m pikkusel sillal töötades peavad teemontöörid aegsasti enne rongi saabumist sillalt lahkuma, üle 50 m pika silla puhul aga varjuma spetsiaalsetel käsipuudega röödul.

4.4. On keelatud töötada sillal pimedal ajal ilma piisava valgustusega.

5. OHUTUSNÕUDED TÖÖTAMISEL KÄSITÖÖRIISTADEGA

5.1. Teemontöörid peavad kasutama töökorras käsitööriistu ja regulaarselt kontrollima löögiriistade otsakuid.

Tööriistade käepidemed peavad olema valmistatud tugevast puidust, siledaks hõõveldatud, ilma kidadeta; löögiriistadel peab löögiosa pind olema puhas, ilma sälkude ja metalli vooleteta (kidadeta).

5.2. Mutrite käsitsi kinnikruvimisel tuleb kasutada mutrivõtit. Mutrivõtmele on keelatud millegagi lüüa, suurendada selle pikkust teise mutrivõtmega jätkates, samuti kasutada defektset mutrivõtit, panna mutri ja võtme vahele vahetükke. Meisliga mutri maharaiumisel tuleb kanda kaitseprille.

5.3. Sidelappide ja rööbaste avade kokkulangemise kontrolli võib teostada ainult torniga või poldiga.

5.4. Rööbaste vahetamisel tuleb pärast poltide väljavõtmist sidelappide maha võtmisel, samuti sidelappide laiali lükkamisel ja sidelappide paigaldamisel hoida teise rööpa otsa kangiga. Seda ei ole lubatud kätega teha. 12,5 m pikkust rööbast võib kantida ka kangiga, pannes selle rööpa äärmisse poldi avasse ainult ühes otsas. Rööpa kantimisel on keelatud seista kangi võimaliku väljaviskamise suunal. 25 m pikkuste rööbaste kantimist tuleb teostada ainult spetsiaalse töövahendiga.

5.5. Väljavahetatava või paigaldatava pikkrööpa nihutamise korral tuleb seista ainult ühel pool rööbast, nihutamise suuna vastaspoolel.

5.6. Rööpabilude hajutamisel tuleb kasutada hüdraulilist rööpabilude reguleerimisseadet. On keelatud hajutada rööpabilusid sidelappide vastu löömiseiga.

5.7. Tee tõstmisel tungraudadega on keelatud teemontööridel panna ülestõstetud rööpa või teesõrestiku alla käsi või jalgu.

5.8. Kisade äraraiumisel puitliipritelt tuleb jalad panna nii, et juhusliku vigastamise

oht oleks välistatud.

Prahti ja laaste tuleb rööpatalla alt pühkida ainult luuaga. Kätega pühkida on keelatud.

5.9. Sõrgkangiga rööpanaelte väljakiskumine peab toimuma käega kangi otsale surumisega.

On keelatud täiendava surve saavutamiseks seista jalgadega või heita kehaga kangile, samuti panna kangi pea alla rööpanaelu, polte või muid esemeid.

Rööpanaelte väljakiskumiseks kitsastes kohtades pöörmel tuleb kasutada spetsiaalset naelatõmburit.

5.10. Tee ümbernaelutamisel võib rööpaniiti nihutada teravaotsalise kangiga, mis on viidud liipri vahe ballastiprismasse püsivuseks vajalikule sügavusele ja suruda seda vähemalt 45° nurga all. Liipritesse löödud rööpanaelte toena kasutamine on keelatud.

5.11. Rööpanaela tuleb sisselöömiseks hoida vertikaalselt; kõigepealt tuleb rööpanaela kinnitada kergete löökidega, seejärel tugevalt sisse lüüa. Rööpanaelte sisselöömisel tuleb seista rööpa kohal piki teed nii, et rööbas on kahe jala vahel.

Naelahaamriga töötamisel on keelatud inimeste viibimine haamri liikumise tsoonis.

5.12. Puitliiprite vahetamisel tuleb kasutada liipritange. Liipreid tuleb ühest kohast teise kanda spetsiaalsete kandeseadeldiste abil.

Raudbetoonliiprite üksikvahetus peab toimuma ainult masinaid, mehhanisme või spetsiaalseid seadmeid kasutades.

5.13. Teetõkendite paigaldamisel ja mahavõtmisel tuleb jalad panna nii, et välistada tagasi pörkava teetõkendi paiskumine jalgade pihta.

Tuleb jälgida, et teetõlised ei asuks mahavõetava või paigaldatava teetõkendi vastas.

6. OHUTUSNÕUDED TÖÖTAMISEL TEEMASINATEGA, ELEKTRILISTE, HÜDRAULILISTE JA SISEPÕLEMISMOTORIGA TÖÖRIISTADEGA

6.1. Teemasinatega töötamise ajal on keelatud:

- viibida masina töötavate osade töötsoonis pärast seda, kui masinist on andnud helisignaali tööde alustamise kohta;
- ronida masina alla tee teisele poole minekuks;
- istuda või seista masina töötavatele osadele;
- viibida teedevahel naaberteel liikuvaid ronge läbi lastes;
- suitsetada või kasutada lahtist tuld jõuseadme, kütuse- või õlipaakide vahetus läheduses.

6.2. Enne teemasinatega töö alustamist tuleb teemontööre juhendada teostatavate tööde ohutusnõuete, rongide läbilaskmise, teemasinate töötamise ajal teel viibimise, töötavatest masinatest ohutusse kaugusse minemise osas. Juhendamise viib läbi tööjuht tööde teostamise kohas, näidates ära ohutud kohad viibimiseks rongide läbilaskmise ja masinate töötamise ajal.

6.3. Enne mehaanilise, elektrilise või hüdraulilise tööriistaga töö alustamist tuleb oma rõivad üle vaadata ja korda sättida. Töö jooksul ei tohi rõivaste osad tööriistaga kokku puutuda. Tuleb kasutada isiklikke kaitsevahendeid: vastavaid tööriideid, prille, kiivrit, saapaid ja kindaid.

6.4. Elektritööriistaga võib töötada ainult siis, kui see on maandatud.

6.5. Kui on vajalik magistraalkaabel või hüdrovoolikud vedada üle tee, tuleb see vedada liiprite vahelt rööbaste alt.

6.6. Elektritööriista on lubatud remontida ja reguleerida ainult pärast tööriista täielikku seiskamist ja toitevõrgust väljalülitamist.

6.7. Tööriistaga ühest töökohast teise suundumisel ja iga (isegi lühiajalise) töökatkestuse korral tuleb pinge toitekaablist ja/või surve hüdro süsteemist välja lülitada ja viia tööriist raudteeveeremi gabariidist välja.

6.8. Teemontöör peab elektritööriista viivitamata välja lülitama, kui tunneb vähimatki voolu mõju ja teatama sellest tööjuhile.

6.9. Mehaanilise tööriista teise kohta viimisel on keelatud hoida kinni selle liikuvatest osadest.

6.10. Töövahendi teisaldamine piki tööde fronti toimub kahe rajalisel lõigul mööda välimist rööpaniiti, üherajalisel lõigul aga mööda kõige mugavamalt niiti. Seejuures peab teisaldatav töövahend olema piiratud peatussignaalidega.

6.11. Teisaldatava elektri jaama korpus tuleb maandada pinnasesse vähemalt 1 m sügavusele, äärmisest rööpast vähemalt 2 m kaugusel sisselöödava maandurvarda abil.

6.12. Elektri- või hüdrojõujaama ning teiste sise põlemismootoriga seadmete töötamise

ajal on keelatud nende täitmine kütusega ja nende läheduses tule süütamine ja suitsetamine.

6.13. Rööpalõikur tuleb täpselt paigaldada lõigatavale rööpale ja kindlalt kinnitada klambri abil.

On keelatud puhastada lõikepinda enne rööpalõikuri täielikku seiskumist.

On keelatud eemaldada lõigatavalt rööpalt metallilaaste käega.

Abrasiivkettaga rööpalõikuriga töötamine ilma kaitseprillideta on keelatud (et vältida abrasiivtolmu sattumist silma).

6.14. Rööpapurmasin tuleb töötamiseks kindlalt kinnitada rööpale klambri abil.

On keelatud puuri puhastada rööpapurmasina töötamise ajal.

6.15. Rööpakäia lihvimisketas peab olema katsetatud ja kaetud teraskaitsega.

Keelatud on töötada katsetamata kettaga rööpakäiaga, ilma tööriivasteta ja kaitseprillideta.

6.16. Mehaanilise tööriistaga, mille vibratsioon vastab sanitaarnormidele, töötamise koguaeg ei tohi ületada 2/3 ühe vahetuse kestusest. Ülejäänud ajal tuleb teostada vibratsioonivabasid töid.

7. OHUTUSNÕUDED TÖÖTAMISEL ELEKTRIFITSEERITUD RAUDTEELÕIKUDEL

7.1. Elektrifitseeritud raudteelõikudel töötades peavad teemontöörid olema eriti ettevaatlikud ja mitte ise ega kasutatavate tööriistadega lähenema pinge all olevatele isoleerimata juhtmetele või kontaktvõrgu osadele või õhuliinidele lähemale kui 2 m.

Katkenud kontaktjuhtmele ei tohi minna lähemale kui 10 meetrit.

Elektritrauma korral tuleb katkestada vool ja eemaldada kannatanu vooluringist, anda kannatanule esmaabi ning vajadusel kutsuda kiirabi. Kui voolu pole võimalik kohe katkestada, tuleb kannatanu vooluringist vabastada isoleerivat eset (kuiv riie, nõör, puitese) kasutades, seadmata ennast ohtu.

7.2. Tee ümbernaelutamise, parandamise ning muude tööde korral elektrifitseeritud ja automaatblokeeringuga lõikudel tuleb kasutada isoleeritud šabloone.

7.3. Tööde teostamisel on keelatud puudutada ballastikihi all või pinnases avastatud kaableid. Sellisel juhul tuleb töö katkestada ja teemontöör on kohustatud teavitama sellest tööjuhti.

8. OHUTUSNÕUDED TEEDE JA PÖÖRMETE LUMEST PUHASTAMISEL

8.1. Tsentraliseeritud pöörmete puhastamine peab toimuma rongide ja manöövriveeremi liikumise vaheajal või rongiliikluseks suletud teel või pöörmel.

8.2. Enne tsentraliseeritud pöörme lumest puhastamise alustamist tuleb elektriajami tõmmitsate kohal panna eemale tõmmatud sulgrööpa ja raamrööpa vahele puidust vaheklots peatussignaali, liikuva südamikuga riströöbastel aga südamiku ja kõrvrööpa vahele.

8.3. Pöörmel töötamisel peab olema sellises asendis, mille puhul oleks tagatud läheneva veeremi hea nähtavus.

8.4. Pöörangute puhastamist suruõhuvoolikutega peab teostama kaks teetöölist. Vahetult voolikuga puhastab pöörangut üks teetööline. Teine teetööline (kes jälgib ja on ka signalistiks) peab asuma vooliku õhujaoturi kraani juures, jälgima raudteeveeremi liikumist ja olema valmis igal hetkel katkestama suruõhu andmise ja signaliseerima töötavale teetöölisele veeremi lähenemisest.

8.4.1 Pöörme puhastamisel kantava puhuriga peab töötama kaks inimest – puhastaja ja signalist. Signalist asub vahetult puhuriga töötaja läheduses, peab jälgima raudteeveeremite liikumist ning olema igal hetkel valmis kehalise kontakti kaudu signaali andmiseks puhastamise katkestamiseks ning hoiatama pöörmepuhastajat raudteeveeremi lähenemisest.

Puhastajal ja signalistil peavad töötamiseks olema individuaalsed kaitsevahendid. Signalistil peavad olema sidevahendid jaamakorraldaja või rongidispetšeriga sidepidamiseks.

8.4.2 Erandjuhtudel (jaamakorraldaja või rongidispetšeri loal) võib üks inimene kantava puhuriga teostada töid ainult liikluseks suletud pöörmel. Puhastajal pole lubatud pöörme puhastamise ajal väljuda puhastatava pöörme gabariidist.

8.5. Pöörangute suruõhuvoolikuga puhastamisel ei tohi voolikut paigutada naaberteede või -pöörmete rööbastele ega vooliku metallotsikuga lühistada rööbasahelaid pöörmetel.

Kui on vaja voolik vedada üle teede, tuleb voolik panna läbi rööbaste alt, lumest ja ballastist puhastatud liiprivahedes.

On keelatud avada pneumopuhuri õhujaoturi kraani ja anda õhku, kui voolik ei ole täielikult sirge ja otsik ei ole teetöölise käes. Vooliku otsiku pea ja kraan peavad olema voolikuga tihedalt ühendatud.

8.6. Ühelt pöörangult teisele liikumine õhumagistraaliga ühendatud voolikuga on lubatud ainult suletud kraani ja suruõhu puudumise korral voolikus. Voolikuid tuleb kanda õhujaoturi kraanide ja säilituskohtade juurde rōngasse kerituna.

8.7. Teetööde teostamisel tugeva pakasega ei tohi külmumise vältimiseks paljaste kätega puudutada metallesemeid ja -detaile (rööpaid, teekinnitusi, tööriistu). Nägu ja katmata kehaosad tuleb määrada kaitsesalviga.

9. OHUTUSNÕUDED PEALE- JA MAHALAADIMISTÖÖDEL NING TEE PEALISEHITISE MATERJALIDE VEOL

9.1. Kõik lasti teisaldusoperatsioonid tuleb teostada ainult tööjuhi käsul.

Teetöölised, kes töötavad kraanade ja muude tõstemehhanismidega, peavad läbima koolituse ja teadmiste kontrolli kvalifikatsioonikomisjonis ning omama troppija tunnistust.

9.2. Teetöölistel on keelatud asuda lähemal kui 2 m tõstetavast või allalastavast lastist, teisaldatava lasti all, töötavate mehhanismide vahetus läheduses, samuti kraanade

ohutsoonis, mille ulatus on noole pikkus pluss 5 m.

Rööbaste peale- ja mahalaadimisel kraanade abil tuleb rööpaid hoida ainult rööpapeast, 0,4 m kaugusel rööpa otsast.

Teesõrestike ja rööbaste vedamisel teisaldatavate seadmetega varustatud platvormidel peavad töölised asuma vähemalt 10 m kaugusel veotrossist.

9.3. Poolvagunites püsti olevate äärmiste liiprite kukkumise vältimiseks liiprite mahalaadimisel poolvagunitest tuleb need silmustroppidega eemaldada, kui nende alumine ots on veel kinnitatud liiprite horisontaalriidade vastu vähemalt 1 m kõrgusel.

Kui vagunis on valesti laaditud liipreid, tuleb nende mahalaadimist teostada kraanaga ükshaaval, kasutades silmustroppe.

Liiprite ja prusside käsitsi mahalaadimine poolvagunitest on keelatud.

9.4. Töid õliantiseptikutega immutatud liiprite ja prusside peale- ja mahalaadimisel tuleb teostada vaid erirõivastes, kinnastes ja pärast näo, käte, kaela ja teiste lahtiste kehaosade võidmist kaitsealviga.

Õliantiseptikutega immutatud liiprite ja prusside laadimise, mahalaadimise, teisaldamise käigus ei tohi puudutada nägu kinnaste ega erirõivaste varrukatega. Enne söömist ja pärast töö lõpetamist tuleb käed, nägu ja katmata kehaosad pesta hoolikalt sooja vee ja seebiga ning loputada suu. Puitliipritesse puuritud avade antiseptimisel peavad teetöölised töötama kaitseprillidega.

9.5. Ballasti mahalaadimine doseerhopperitest võib toimuda rongi liikumisel kiirusega kuni 5 km/h. Ballasti mahalaadimisel on teetöölistel keelatud olla vagunikasti sees.

9.6. Üksikute rööbaste veol kahe teelt mahatõstetava portaalkraanaga peab rööbas olema piki portaalkraana telge.

Rööbast teisaldatakse kiirusel 3-5 km/h 20 cm kõrgusel liipri pealispinnast.

Portaalkraanade liikumisel peavad teetöölised olema rööbastee välisküljel.

Portaalkraana tee paigaldamist ja mahavõtmist peavad teostama kaks teetöölise.

9.7. Tööriistade ja materjalide vedu kahe- ja üherööpmelistel kärudel (moderonidel) peavad teostama spetsiaalselt määratud teetöölised. Teetöölisi peab olema piisaval arvul (kuid mitte vähem kui 2 inimest), et aegsasti enne rongi lähenemist koorem maha võtta ja kärude teelt kõrvaldada. Ülejäänud teetöölised peavad kõndima tee kõrval või muldkeha pervel.

9.8. Materjalide veol kahe- ja üherööpmelistel kärudel ei tohi olla kärude ees, sellest maha jääda, lasta juhtimata kärude kallakust alla, istuda sellele, kihutada käruga kiirusel, mis on suurem kui normaalselt kõndiva inimese liikumiskiirus, kohendada käigu pealt veost. Liiprid tuleb kärule asetada tee pikisuunas.

9.9. Rongi läbilaskmiseks peavad teetöölised eemaldama ühe- või kahe- ja üherööpmelised kärud, materjalid ja tööriistad ning asetama need tee kõrvale vähemalt 2 m kaugusele äärmisest rööpast.

Rongi möödumisel peavad teetöölised seisma 5 m kaugusel tööriistadest, kärudest ja materjalidest paiknedes nii et tööriistad, kärud ja materjalid ei jääks mööduva rongi ja inimeste vahele.

10. OHUTUSNÕUDED UMBROHUTÕRJE TEOSTAMISEL (TÖÖDE TEOSTAMISEL MÜRKKEMIKAALIDEGA (HERBITSIIDIDEGA) TAIMKATTE HÄVITAMISEL)

10.1. Pritsimistöödega otseselt seotud töötajad peavad olema läbinud tervisekontrolli, tervise- ja keskkonnaohtlike preparaatidega töötamise kursuse (väljaõppe), miinimumteadmiste kontrolli ning omama vastavat tunnistust. Väljaõppeta (juhendamata) isikuid tööle ei lubata.

10.2. Tööde teostamise kestus mürkkemikaalide peale- ja mahalaadimisel, veol, samuti tööde puhul, mis on seotud taimkatte keemilise tõrjega, ei tohi ületada 6 tundi päevas.

10.3. Tuleb vältida preparaadi või segu näole sattumist. Kasutada tuleb kaitseriietust (kindad, prillid jne.). Kaitsvaid erirõivaid ja erijalatseid, mis on ette nähtud tööks mürkkemikaalidega, tohib kanda ainult mürkkemikaalidega töötamise ajal.

Isikuid, kellel ei ole erirõivaid või kes ei ole nendega täielikult varustatud, ei lubata tööle mürkkemikaalidega.

10.4. Erirõivaid, milles toimub töö herbitsiididega, tuleb iga päev tuulutada ja vähemalt kaks korda kuus degaseerida.

Keelatud on erirõivaste, kummisaabaste, sõrmkinnaste pesemine lähemal kui 200 m kaevudest, jõgedest, järvedest, ojadest ja allikatest.

10.5. Mürkkemikaalidega töötavad teetöölised peavad täitma järgmisi ohutusnõudeid: peale- ja mahalaadimistööde teostamisel, taara avamisel, lahuse valmistamisel ja piserdamisel tuleb vältida lahuse või tolmu sattumist hingamisteedesse ja nahale; piserdamisel, lahuse valmistamisel või laadimistöödel on keelatud suitsetada, süüa või juua, hoida taskutes toiduaineid; enne söömist tuleb hoolikalt pesta käed ja nägu, loputada suu ning töö lõppedes käia duši all.

11. OHUTUSNÕUDED KEEVITUSTÖÖDEL.

11.1 Kõrvalistel isikutel mitte viibida keevitustöödele lähemal kui 5 meetrit ning lihvimise ja lõikamise puhul lähemal kui 10 meetrit.

11.2 Eriti tähtis on järgida tuleohutusnõudeid:

- Mitte lõigata rööpaid, kui läheduses on tuleohtlikke veoseid ja kergesti süttivaid aineid.
- Jaamades tuleb kasutada rööpa lõikamisel ja lihvimisel spetsiaalseid kaitseekraane.
- Kontrollida, et keevitusvoolikud oleksid terved.
- Põleti süüdata alati õigesti, avada ja sulgeda hapniku- ja propaaniventil õiges järjekorras ja süüdata spetsiaalse süütajaga.
Töö alustamine. Avada osaliselt kuumutushapniku ventiil. Avada põlevgaasi ventiil ja reguleeri piisav gaasi pealevool ja süüta leek

- Kui põleti hakkab paukuma (tõmbab tule sisse), siis sulgeda ruttu propaaniventiiil ja seejärel hapnikuventiiil.
- Peale termiidi süütamist tuleb jälgida, et keevitusvoolikud oleksid ohutus kauguses.
- Tööriided peavad vastama tuleohutusnõuetele ja kasutada tuleb alati standardile vastavaid töökindaid.
- Räbukaasi tühjendamisel veenduda, et räbu oleks täielikult hangunud ning vältida kuuma räbu sattumist niiskele või märjale pinnale. Vormi üleliigne osa kõrvaldada spetsiaalsete abivahenditega (mitte kätega).
Peale töö lõpetamist kontrollida objekt üle, et kusagil ei ole midagi süttinud. Tuld ei tohi mitte kunagi kustuta veega. Põlev koht katta kinni kuiva liivaga.

11.3 Keevituskoha ettevalmistamisel kasutada metallkiile. Kunagi ei tohi kätt või sõrmi panna rööpa ja liipri vahele.

11.4 Kasutada turvajalatseid ning lõikamisel ja lihvimisel kaitseprille.

11.5 Lihvimistöid teostada kahe inimesega s.t. üks lihviija ja üks signalist. Lihvimisel kanda alati ohutusvesti.

11.6 Igasugustest õnnetusjuhtumitest teatada koheselt tööjuhile.

12. TÖÖTAJA TEGEVUS RAUDTEELIIKLUST OHUSTAVA SÜNDMUSE KORRAL

12.1. Raudteede ja teerajatiste hooldus- ja remonditöödel võivad tekkida põhiliselt järgmised avariiolekorrad:

veeremi mahajooks rööbastelt; veoste kukkumine veeremilt; ohtlike ja kahjulike ainete laialivalgumine või mahapuistamine; raudteeveeremi või teerajatiste süttimine; kontaktjuhtme katkemine; tulekahju raudteemaal; muldenõlva väljauhtumine; tee pealisehitise terviklikkuse rikkumine, mis võib põhjustada raudteeveeremi mahajooksu rööbastelt.

12.2. Avariiolekorra tekkimisel peab teetöoline töö katkestama, viivitamata teatama juhtunust tööjuhile ja seejärel täitma tema korraldusi õnnetuste ärahoidmiseks või tekkinud avariiolekorra kõrvaldamiseks.

12.3. Läheduses asuvad töölised on kohustatud üldhäire signaali korral viivitamata ilmuma sündmuskohale ja osalema tekkinud avariiolekorra kõrvaldamisel ja (vajaduse korral) esmaabi osutamisel kannatanutele.

12.4. Hädaolekorra tekkimisel, avariitagajärgede likvideerimisel tuleb tegutseda vastavalt "Raudteeliiklust ohustavast sündmusest teavitamise ja tegutsemise korrale".

12.5. Ohtlike ja kahjulike ainete laialivalgumise või laialipuistumise korral võib avarii likvideerimistöde juurde asuda alles pärast loa saamist päästetööde juhilt (Riikliku päästeteenistuse või AS Eesti Raudtee poolne päästetöödejuht), kes määrab kindlaks tööde korra ja kestuse ohtlikus tsoonis, samuti sellistel töödel kasutatavad individuaalsed kaitsevahendid.

12.6. Tulekahju puhkemisel tuleb:

juhtunust viivitamata teatada kohaliku päästeasutuse häirekeskusele (telefoninumbrile 112, igal pool üle Eesti), seejärel AS Eesti Raudtee turvakeskusele (numbrile 199 või 56 498), selgitades täpse tulekahju tekkimise koha ja lühidalt kirjeldades olukorra; vajaduse korral viia inimesed ohtlikust tsoonist välja; informeerida tööjuhti ja seejärel tegutseda tema juhiste alusel, võimaluse korral asuda töökohal ja selle läheduses olevaid tulekustutusvahendeid kasutades tuld kustutama.

12.7. Kui teetöölised osalevad tulekahju kustutamisel, peavad nad teadma järgmist:

tulekustutite (süsinikdioksiid-, pulberkustutid) kasutamisel ei suunata pulbri- ja süsinikdioksiidi juga inimeste peale; elektriseadmete süttimisel kasutada ainult süsinikdioksiid- või pulberkustuteid; süsinikdioksiidkustuti kasutamisel ei tohi käega kinni võtta tulekustuti toru otsast; leegi kustutamisel liivaga ei tohi kühvliit, labidat tõsta silmade kõrgusele, et vältida neisse liiva sattumist; kontaktvõrgust vähem kui 2 m kaugusel asuva eseme põlemise kustutamine on lubatud ainult süsinikdioksiidaerosool- või pulberkustutitega; kontaktvõrgust vähem kui 2 m kaugusel asuva eseme põlemise kustutamine veega on lubatud ainult pärast kontaktvõrgu vabastamist pinge alt, selle maandamist ja tööjuhi või teise vastutava isiku korraldust; kontaktjuhtmest kaugemal kui 7 m asuvate põlevate esemete kustutamine on lubatud ilma kontaktvõrgu pinge alt vabastamiseta. Seejuures tuleb kindlasti järgida, et veejuga ei satuks kontaktvõrgule ega teistele pinge all olevatele osadele.

12.8. Kontaktvõrgu või õhuliinide katkemise avastamisel tuleb viivitamata informeerida jaamakorraldajat, energiadispetšerit või rongidispetšerit, piirata katkemise koht ja jälgida, et keegi ei läheks sellele lähemale kui 10 m. Kui katkenud juhtmed või muud kontaktvõrgu või õhuliini osad rikuvad ehitiste lähenemisgabriiti ja võivad kinni jääda rongi läbisõidul, tuleb see koht piirata peatumissignaalidega.

On keelatud minna lähemale kui 10 m kontaktvõrgu või -liinide katkenud juhtmetele, samuti juhtmeid või neil olevaid kõrvalisi esemeid millegagi puudutada, sõltumata sellest, kas nad puutuvad vastu maad või maanduskonstruksioone või mitte.

12.9. Tee pealisehitise terviklikkuse sellise rikkumise korral, mis võib põhjustada raudteeveeremi mahajooksu, peab teetöölaine andma peatumissignaali läheneva raudteeveeremi juhile ja teatama toimunud tööjuhile, kes informeerib jaamakorraldajat (või rongidispetšerit).

Elektrifitseeritud lõikudel rööbast läbiva rööpamurru avastamise korral on keelatud puudutada kätega või tööriistadega rööbast üheaegselt mõlemalt poolt murdu kuni piki- või ristvaheliku paigaldamiseni.

13. ESMAABI ÕNNETUSJUHTUMITE KORRAL

13.1. ESMAABI PRIORITEEDID, ÕNNETUSEST TEATAMINE

- Hinda olukorda. Pane tähele, mis võib ohustada sind ja kannatanut. Ära iseennast ohtu aseta.
- Muuda piirkond ohutuks. Püüa kannatanut ohu eest kaitsta.
- Hinda kannatanu(te) seisundit, et määrata abiandmise järjekord. Anna esmaabi.
- Teata abi saamiseks õnnetusest alati võimalikult kiiresti. Ürita alati helistada ise, püüa vältida vahendajaid. Taga, et kiirabi või muu ekspertabi oleks kutsutud ja juba teel. Sa võid juuresolevatelt inimestelt paluda võimetekohast kaasabi.

13.1.1. Enne, kui teatad õnnetusest...

- Selgita, mis on juhtunud ja kus sa oled.
- Kas tegemist on õnnetuse või haigusjuhtumiga?
- Kas inimelud on ohus?
- Peale selle tee kindlaks, kas kannatanu on teadvusel või on vaja ta teadvusele tuua.
- Üldise reegli järgi tuleb kannatanule esmaabi andes jätta ta samasse asendisse, milles ta leiti, meditsiiniabi saabumiseni. Enne kannatanu liigutamist tuleb kaaluda, kas see on vajalik ja ohutu.

13.1.2. Helista häirekeskusesse telefonil **112**.

Räägi lühidalt, mis on juhtunud.

Anna täpne aadress (piirkond, tänav, juurdepääsutee).

Kuula ära sulle esitatud küsimused ja vasta neile, toimi vastavalt saadud juhtnööridele.

Ole valmis selleks, et häirekeskus tahab rääkida ka kannatanuga.

Ära pane toru ära enne, kui saad selleks loa.

Hoolitse vajadusel teejuhi olemasolu eest.

Hoolitse selle eest, et sündmuskohta on vaba juurdepääs.

Helista uuesti, kui kannatanu seisund oluliselt halveneb.

Ära hoiu telefoniliini kaua kinni.

13.1.3. Õnnetusest teatamise lühike juhised.

Helistades häirekeskusesse telefonil 112 räägi, mis on juhtunud ja kus kannatanu asub.

Vasta esitatud küsimustele.

Järgi saadud juhtnööre.

Ära pane toru ära enne, kui oled saanud selleks loa.

Anna tagasihelistamise võimalus.

13.2. ESMAABIANDJA ISIKLIK OHUTUS

Oluline on esmaabi andes kaitsta ennast vigastuste ja infektsiooni eest. Enne kannatanu abistamise alustamist tuleb veenduda olukorra ohutuses. Riskiteguriks võib olla infektsioon isegi suhteliselt väikeste vigastuste korral. Tuleb kasutada meetmeid kannatanult infektsiooni ülekandmise vältimiseks ning endal esineva infektsiooni edasiandmise tõkestamiseks. See on eriti oluline lahtiste haavade ravimisel. Sageli võivad väga lihtsad meetodid, nagu käte pesemine ja ühekordsete kummikinnaste kasutamine, pakkuda küllaldast kaitset. Kui kindaid ei ole, palu kannatanul oma haav ise siduda või pane käed kaitseks puhastesse kilekottidesse. Verega ülekanduvad viirused on näiteks B- või C-hepatiit ning immuunpuudulikkuse viirus (HIV), mis levivad vere kokkupuutel verega (löikehaavad, kriimustused).

On soovitatav, et kõik esmaabiandjad oleksid vaksineeritud B-hepatiidi vastu. Kui arvad, et oled võinud nakatuda ükskõik millise haiguskitajaga esmaabi andmise

käigus (kui oled kogemata saanud torke- või löikehaava või midagi pritsib silma, pese hoolikalt kahjustatud piirkond), pöördu kohe arsti poole.

NB! Vaata esmaabivahendite pakendis olevat kasutamisujuhendit!

13.3. ELUSTAMINE

Täiskasvanu elustamine südameseiskumise korral

Kui inimene on järsku kaotanud teadvuse ja näib elutu...

13.3.1. Selgita, kas teda on vaja elustada.

- Püüa tuua ta teadvusele, teda ettevaatlikult raputades ja temaga rääkides.
- Küsi näiteks: “Kas sinuga on kõik korras?”, “Mis juhtus?”
Ilmselt on tegemist südameseiskumisega ja iga minut on tähtis.

13.3.2. Kui kannatanu ei tule teadvusele...

- Kutsu abi või helista ise hädaabitelefonil 112.
- Täida saadud juhtnõore.

Järgmistel juhtudel võib enne õnnetusest teatamist elustada umbes 1 minut:

- Kui tegemist on uppunuga, lämbunuga, elektrilöögi saanud inimesega
- Kui tegemist on eelkooliealise lapsega

13.3.3. Tee kindlaks, kas kannatanu hingab.

- Tõsta ühe käe kahe sõrmega kannatanu lõuga ülespoole.
- Ava kannatanu hingamisteed surudes teise, kannatanu laubale asetatud käega, ta pead kuklasse.
- Vaata, kas rindkere liigub.
- Tee kindlaks, kas kannatanu hingab: kontrolli põse või käeseljaga õhu liikumist või kuula hingamiskahinat suust või ninasõõrmetest.
Kuluta kõige rohkem 10 sekundit hingamise kontrollimiseks.

Kui kannatanu hingab, keera ta külili asendisse hingamistegevuse tagamiseks ja jälgi hingamist.

13.3.4. Kui kannatanu ei hinga...

Alusta kunstlikku hingamist (kasutades näokatet või maski)

- Puhasta kiiresti suuõõs: keera kannatanu vajaduse korral külili asendisse ja pärast puhastamist uuesti selili.
- Sule ta ninasõõrmed pöidla ja nimetissõrmega.
- Suru huuled kannatanu suule ja puhu rahulikult kaks korda kopsudesse. Jälgi samal ajal rindkere liikumist.

NB! Ühekorraga sissepuhutava õhu hulk on 700-1000 ml (10 ml/kg), kestus 2 sek.

- Kui puhumine ei aita, puhasta kannatanu suu uuesti, korrigeeri pea asendit veel kord ja puhu uuesti kaks korda.

13.3.5. Pärast kaht õnnestunud sissepuhumist...

Kontrolli, kas kannatanul on märke vereringe taastumise kohta.

Hingamine, kannatanu liigutab, köhimine ja neelamine on märgid sellest, et vereringe talitus on olemas.

Kuluta vereringe olemasolu kindlakstegemiseks kõige rohkem 10 sekundit.

Kui kannatanu vereringe toimib, jätkka suust-suhu kunstlikku hingamist oma hingamise taktis.

13.3.6. Kui kannatanul ei ole märke vereringe toimimisest või kui sa ei ole selles kindel...

Alusta südamemassaaži

- Lasku põlvili kannatanu kõrvale ja paljasta ta rindkere. Kannatanu peab lamama kõval liikumatul alusel.
- Otsi õige surumiskoht: mõõda kaks sõrmelaiust rinnakutipust ülespoole.
- Aseta ühe labakäe tüvi rinnakorvile ja teine käsi esimese käeselja peale.
- Suru 15 korda küünarliigesest sirgete käsivartega rindkerele surumissagedusega 100 korda minutis. Keskmist kasvu täiskasvanu puhul on survejõud õige kui rindkere vajub umbes 4-5 cm.

NB! Südant tuleb masseerida/suruda 100 korda minutis. Abistajad suruvad aeglasemalt, kui nad ise hinnata oskavad.

13.3.7. Jätka suust-suhu hingamist ja südamemassaaži (2 puhumist 15 surumise kohta, 2:15) nii kaua, kuni abi saabub või kuni sa enam ei jaksa.

Elustamisrütm on alati 2 puhumist 15 surumise kohta olenemata abistajate arvust.

NB! Viis surumist ei tõsta vererõhku vajalikul määral, seetõttu täiskasvanu elustamisrütm on alati 2 puhumist ja 15 surumist vaatamata sellele, kas seda teevad 1 või 2 abistajat.

Ära lõpeta elustamist enne kuni kannatanu hakkab ilmutama toibumismärke.

13.4. VEREJOOKS

Välidi haava ja haavaga kokkupuutuva sideme osa puudutamist (isiklik ohutus). Abistades püüa mitte hingata, kõhida ega aevastada haava kohal. Välidi endale torke- või löikehaavade tekitamist.

Välise verejooksu peatamiseks tegutse järgmiselt:

1. Pane kannatanu kiiresti lamama.
2. Tõsta (kannatanud) jäse üles.
3. Suru sõrmedega või käelabaga verejooksukoht kinni.
4. Tee haavale tavaline side ja esimesel võimalusel rõhkside.
5. Jälgi kannatanut šokinähtude õigeaegseks avastamiseks.

Ninaverejooksu sulgemiseks:

1. Pane kannatanu istuma, pea ettepoole kallutatud.
2. Suru ninasõõrmed sõrmedega kinni umbes viieks minutiks.
3. Aseta ninale, laubale ja kuklale külma.

13.5. ŠOKK

Šoki tekke põhilised põhjused on suur vere- ja vedelikukaotus, südame- ja hingamispuudulikkus.

Šoki tunnused on järgmised:

1. Kiire ja nõrk pulss.

2. Kahvatu ja külmhigine nahk.
3. Sage hingamine.
4. Rahutus, hiljem meeltesegadus.
5. Janu ja iiveldus.
6. Teadvusekadu.

Esmaabi

1. Pane kannatanu lamama ja tõsta jalad 25-30° kõrgemale.
2. Peata väline verejooks, lahasta luumurd.
3. Välti valu põhjustamist
4. Kaitse kannatanut külma eest.
5. Ära anna kannatanule juua.
6. Rahusta kannatanut.
7. Vii kannatanu ühe tunni jooksul haiglasse, transportimisel väldi põrutamist.

13.6. LUUMURD

Luumurrud on kinnised või lahtised. Lahtise luumurru korral esineb haav ja väline verejooks. Kinnise luumurru tunneb ära jäseme kuju muutuse järgi.

Esmaabi kinnise luumurru korral seisneb jäseme lahastamises riideid eemaldamata.

Lahtise luumurru korral anna esmaabi järgmiselt:

1. Peata väline verejooks rõhksidemega.
2. Kui rõhksidet ei ole kasutatud, tee haavale tavaline side.
3. Ära püüa haavast eemaldada luukilde või võõrkehi.
4. Lahasta jäse.
5. Vii kannatanu haiglasse.

Lahas peab olema polsterdatud ja vastama jäseme pikkusele. Lahas peab ulatuma üle kahe naaberliigese (ülal- ja allpool murrukohta). Reie- ja õlavarreluu murru korral lahastatakse üle kolme liigese. Lahas kinnitatakse jäseme külge sideme või kolmnurkrätikuga. Lahaste puudumisel seotakse käsi rindkere külge ja jalg teise jala külge.

Roiete murrud – väljahingamisel seo rindkere tugevasti sidemega (riidega) kinni.

13.7. VÕÕRKEHA EEMALDAMINE HINGAMISTEEDEST

Ülemised hingamisteed võib täiskasvanul sulgeda häälepaelte vahele jäänud lihatükk vms.

Lapsel jääb võõrkeha häälepaelte alla kilp- ja sõrmuskõhre liitumiskohast üleval pool.

Kui võõrkeha on sulgenud hingamisteed ja kannatanu ei saa rääkida...

- Küsi, kas ta on lämbumas, ütle, et ta annaks sulle märku.
- Julgusta teda köhima

Kui kannatanu seisund halveneb ning ta ei ole suuteline köhima...

- Kutsu abi või helista ise telefonil 112 ja täida saadud juhtnööre.
- Astu kannatanu selja taha
- Painuta kannatanu ülakeha ettepoole ja anna kämbla tüvega 5 kiiret lööki ta abaluude vahele.

Kui löögid abaluude vahele ei aita, kasuta Heimliche võtet.

- Aseta rusikas käsi kannatanu vahelihasele ja hoia rusikast teise käega kinni.
- Tõmba käsi kiiresti tagasi üles. Korda vajadusel viis korda.

Kui löögid abaluude vahele ei aita...

- Kasuta kordamööda viit (5) lööki, viit (5) Heimliche võtet.

13.8. ELEKTRITRAUMA

- vabasta inimene vooluvõrgust;
- vabasta kannatanu hingamist takistavatest riietest;
- teadvuseta kannatanul lase nuusutada nuuskpiiritust ja piserda nägu külma veega;
- oksendamise korral pööra kannatanu külili;
- katkendliku hingamise korral tee kunstlikku hingamist ja südame massaaži.

13.9. PÕLETUSED, SÖÖVITUSED

- jahuta põletatud koht kiiresti veega (lumega);
- põletuste korral aseta haavale haavaside ja kinnita see rullsidemega;
- raskete põletuste korral ära võta maha haaval olevaid riideid;
- happega või leeliselega söövituse korral eemalda need esmalt tampooniga ja seejärel loputa kahjustatud kohta rohke veega. Neutraliseerivad lahused on hapetele söögisooda ning leelistele nõrk äädikhappe lahus.

13.10. KÜLMUMINE

- hõõru külmunud kehaosi kuiva riidega;
- kata riidega kinni külmunud kohad, võimalusel toimetage kannatanu sooja ruumi;
- villidele aseta steriilne side.

13.11. PEAVIGASTUSED, NIHESTUSED, PÕRUTUSED, MULJUMISED

Peavigastused – pane kannatanu selili ja tee vigastatud kohale side;

Jäsemete luumurrud ja nihestused – taga vigastatud kehaosale võimalikult rahulik asend;

Põrutused – jahuta põrutatud kohta külma esemega ja seejärel tee tugev side;

Muljumised – seo muljutud koht tugevasti kinni, pannes sideme alla riiderullid (et oleks pehmem).

13.12. PEALE ESMAABI ANDMIST

Pärast esmaabi saamist kannatanu pöördugu esimesel võimalusel arsti poole!

Esmaabiandjal tuleb kõrvaldada hoolikalt kõik jäätmed infektsiooni leviku vältimiseks, kasutades selleks kilekotti, vajadusel teravate jäätmete jaoks spetsiaalset plastkonteinerit. Bioloogilise ohu kotid tuleb kinni pitseerida kuni nende hävitamiseni põletamise teel. Kindad hoia käes niikaua, kuni oled jäätmed ära visanud, seejärel viska ära kindad.

14. OHUTUSNÕUDED TÖÖ LÕPETAMISEL

14.1. Töö lõpetamisel peab teetööline:

puhastama mustusest töövahendid, seadmed ning asetama need neile ettenähtud hoiukohtadesse;

võtma maha isikukaitsevahendid ja seljast tööriivad ning panema need garderoobikappi.

14.2. Määratud ja korrast ära tööriivad peab teetööline andma pessu, keemilisse puhastusse või parandusse.

14.3. Pärast tööd peab teemontöör pesema määratud kehaosad sooja vee ja seebiga või võimaluse korral käima duši all.

14.4. Naha kaitseks võib kasutada mitmesuguseid kaitsealve ja -kreeme (boorvaseliin, lanoliinkreem jt). Ei ole lubatud kasutada petrooleumi ega teisi toksilisi naftasaadusi nahast rõivaste ja individuaalsete kaitsevahendite puhastamiseks.

14.5. Kõikidest töö käigus märgatud defektidest ja puudustest ning nende kõrvaldamiseks rakendatud abinõudest tuleb teatada tööjuhile.

Kasutatud materjalid:

1. Vabariigi Valitsuse määrus 11.01.2000 nr 12 “Isikukaitsevahendite valimise kord” (RT 12000, 4, 29)
2. AS Eesti Raudtee ohutusdirektori 23.04.2003 korraldus nr 7 - 4/5 “Isikukaitsevahendite kasutamine”
3. AS Eesti Raudtee “Töösissekorra eeskiri”
4. Siseministri määrus 18.06.1998 nr 15 “Tuletööde tuleohutusnõuded” (RTL 1998, 214/215, 844) koos selle muudatustega 08.09.2000/54 (RTL 2000, 99, 1558) ja 14.11.2000/68 (RTL 2000, 125, 2006)
5. Eesti Punane Rist'i voldik “Esmaabi õnnetusjuhtumite korral” (p. 13.1-13.7)
6. Esmaabi käsiraamat, Dorling Kindersley Ltd, London 2002 (p. 13.1 ja 13.1.1 (osaliselt), 13.2, 13.4 (osaliselt), 13.12)