

Масікевич Ю. Г., Райко В. Ф., Шестопалов О. В. Основи професійної безпеки та здоров'я: підручник. Чернівці: Місто, 2023. 288 с.



У підручнику викладено теоретичні основи безпеки життєдіяльності, детально проаналізовано правові та організаційні основи безпеки праці та виробничої безпеки. Подано зміни трудового законодавства у зв'язку із введенням воєнного стану; докладно представлено основи індивідуального та популяційного здоров'я людини. Викладено базові поняття гігієни та фізіології праці. Представлено матеріал по формуванню у студентів вмінь і навичок для організації безпечних умов праці на виробництві при використанні електроустановок та забезпеченню пожежної безпеки персоналу і захисту населення в надзвичайних ситуаціях.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА 7

ЧАСТИНА I

ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ БЕЗПЕКИ

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ 9

- 1.1 Понятійний апарат безпеки життєдіяльності 9
- 1.2 Аксиома про потенційну небезпеку. Класифікація небезпек 10
- 1.3 Концепція ризику. Керування ризиком 14
- 1.4 Принципи визначення припустимого рівня негативних факторів стосовно здоров'я людини 19
- 1.5 Принципи і методи забезпечення безпеки життєдіяльності людини 21
- 1.6 Основи керування безпекою життєдіяльності. Правове забезпечення безпеки життєдіяльності людини 23

РОЗДІЛ 2. ЛЮДИНА В СИСТЕМІ «ЛЮДИНА - ЗОВНІШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ» 27

- 2.1 Людина, як біоенергетична система 27
 - 2.2 Єдність біологічних систем організму людини 28
 - 2.3 Фактори, що забезпечують здоров'я людини 29
 - 2.4 Функціональні системи організму людини в забезпеченні його безпеки життєдіяльності. Захисні функції організму людини 30
 - 2.5 Роль рецепторів і аналізаторів організму людини в оцінці факторів системи «людина - середовище існування». Закон Вебера-Фехнера 33
 - 2.6 Психологічні фактори, що визначають особисту безпеку людини 37
 - 2.7 Психофізіологічний стан організму людини. Залежність стану організму від зовнішніх подразників 38
- Раціональні режими праці і відпочинку людини 40

РОЗДІЛ 3. ЗНАЧЕННЯ ЗОВНІШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В СИСТЕМІ «ЛЮДИНА - ЗОВНІШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ» 44

- 3.1 Зовнішнє середовище і середовище життєдіяльності людини. Класифікація і характеристики середовища життєдіяльності людини 44
- 3.2 Класифікація і характеристика негативних факторів зовнішнього середовища людини 47
- 3.3 Фізичні негативні фактори. Методи і засоби захисту людини 50
- 3.4 Негативні фактори енергетичного походження. Методи і засоби захисту людини 56
- 3.5 Хімічні негативні фактори. Заходи і засоби захисту людини 66

3.6	Біологічні антропогенні негативні фактори	71
3.7	Психофізіологічні негативні фактори	73
3.8	Соціальні небезпеки	74
РОЗДІЛ 4. ПРАВОВІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ПРАЦІ		76
4.1	Загальна характеристика нормативно-правових актів в галузі безпеки праці	76
4.2	Конституція України та Закон України «Про охорону праці» про безпеку праці	77
4.3	Міжнародні документи та міжнародне співробітництво в галузі охорони та безпеки праці	78
4.4	Громадський контроль за дотриманням законодавства про безпеку праці на виробництві	81
4.5	Ризикоорієнтований підхід в оцінці потенційної та реальної небезпеки шкідливого впливу чинників виробничого середовища на здоров'я людини	82
4.6	Концепція прийняттого (допустимого) ризику	84
4.7	Коллективний та індивідуальний трудовий договори як відображення законодавства з охорони праці	85
4.8	Відповідальність посадових осіб і працівників за порушення законодавства щодо охорони праці	87
4.9	Деякі зміни трудового законодавства в зв'язку із введенням воєнного стану	89
РОЗДІЛ 5. ОСНОВИ ЕЛЕКТРО- та ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ		95
5.1	Електробезпека	96
5.2	Основні поняття та визначення пожежної безпеки	134
ЧАСТИНА 2		
ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ		155
РОЗДІЛ 1. ІНДИВІДУЛЬНЕ ТА ПОПУЛЯЦІЙНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ		
ТА ПОПУЛЯЦІЙНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ		155
1.1	Здоров'я людини як медико-біологічна та соціальна категорія	155
1.2	Здоров'я і патологія	162
1.3	Поняття валеологія та санології	164
1.4	Показники індивідуального здоров'я людини	166
1.5	Фактори ризику та групи ризику	167
1.6	Поняття про спосіб життя, його особливості у сучасних умовах	171
1.7	Традиційні і нетрадиційні оздоровчі системи. Методи оздоровлення	172
1.8	Способи загартування організму	181
1.9	Механізм шкідливого впливу на організм людини алкоголю, тютюнопаління і наркотиків. Методи боротьби із шкідливими звичками	183
РОЗДІЛ 2. БЕЗПЕКА ХАРЧУВАННЯ ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ		188
2.1	Вплив харчування на життєдіяльність людини	188
2.2	Показники якості і безпеки харчових продуктів	190
2.3	Харчові добавки як можливі забруднювачі	192
2.4	Пестициди, визначення, класифікація. Наслідки забруднення харчових продуктів пестицидами	195
2.5	Радіонукліди у харчових продуктах	198
2.6	Харчування в умовах радіаційного забруднення	201
2.7	Генетично модифіковані організми	204
2.8	Токсичні речовини у продуктах харчування: допустимі фонові залишки, максимально допустимий рівень залишків у харчових продуктах	207
2.9	Методика зменшення кількості речовин-забруднювачів у харчових продуктах	208
РОЗДІЛ 3. ГІГІЄНА ТА ФІЗІОЛОГІЯ ПРАЦІ		213
3.1	Основи фізіології праці	213

- 3.2 Роль центральної нервової системи в трудовій діяльності людини. Втома. ..218
- 3.3 Гігієна праці, її значення. Чинники, що визначають санітарно-гігієнічні умови праці 228
- 3.4 Загальні підходи до оцінки умов праці та забезпечення належних, безпечних і здорових умов праці 233

РОЗДІЛ 4. РОЗСЛІДУВАННЯ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ ТА АВАРІЙ НА ВИРОБНИЦТВІ, ЇХ ОБЛІК 236

- 4.1 Основні види нещасних випадків, професійних захворювань та аварій 236
- 4.2 Розслідування нещасних випадків, професійних захворювань та аварій, що пов'язані з виробництвом 237
- 4.3 Нещасні випадки, що не пов'язані з виробництвом 242
- 4.4 Спеціальне розслідування нещасних випадків 243
- 4.5 Розслідування та облік випадків хронічних професійних захворювань і отруень 246

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ ЗАКРІПЛЕННЯ ЗНАНЬ 250

СИТУАЦІЙНІ ЗАДАЧІ 265

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ ВИКОРИСТАНОЇ ПРИ НАПИСАННІ

ПІДРУЧНИКА 280

ДОДАТКИ 284