



# Niewiążące wytyczne dla branży fryzjerskiej

Czerwiec 2021 r.

**KOMISJA EUROPEJSKA**

Dyrekcja Generalna ds. Zatrudnienia, Spraw Społecznych i Włączenia Społecznego  
Dyrekcja ds. Warunków Pracy i Dialogu Społecznego  
Dział „Bezpieczeństwo i Higiena Pracy”  
Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy  
Komisja Europejska  
B-1049 Bruksela

E-mail: [EMPL-C2-UNIT@ec.europa.eu](mailto:EMPL-C2-UNIT@ec.europa.eu)

# **Niewiążące wytyczne dla branży fryzjerskiej**

Tekst ukończono w czerwcu 2021 r.

Niniejszy dokument przygotowano dla Komisji Europejskiej; przedstawione w nim opinie stanowią jednak wyłącznie punkt widzenia jego autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za żadne skutki wynikające z ponownego wykorzystywania niniejszej publikacji. Więcej informacji o Unii Europejskiej można znaleźć w internecie (<https://ec.europa.eu>).

Luksemburg: Urząd Publikacji Unii Europejskiej, 2022 r.

© Unia Europejska, 2022



Ponowne wykorzystanie dokumentów Komisji Europejskiej odbywa się na podstawie decyzji Komisji 2011/833/UE z dnia 12 grudnia 2011 r. w sprawie ponownego wykorzystywania dokumentów Komisji (Dz.U. L 330 z 14.12.2011, s. 39).

Z wyjątkiem przypadków, w których stwierdzono inaczej, ponowne wykorzystywanie niniejszego dokumentu jest dozwolone na podstawie licencji Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). Oznacza to, że ponowne wykorzystywanie jest dozwolone pod warunkiem odpowiedniego poinformowania o autorze oraz o wszelkich zmianach wprowadzonych w dokumencie.

Wykorzystanie lub zwielokrotnienie elementów, które nie należą do Unii Europejskiej, może wymagać uzyskania zgody bezpośrednio od uprawnionych.

PL PDF

ISBN 978-92-76-42373-7

doi 10.2767/439224

KE-01-21-346-PL-N

## Spis treści

<b>Uwagi wstępne .....</b>	<b>6</b>
<b>1. Ogólna ocena ryzyka .....</b>	<b>7</b>
1.1. Zobowiązanie prawne: dyrektywa ramowa 89/391/EWG.....	7
1.2. Ryzyko i konsekwencje.....	7
1.3. Ocena ryzyka: narzędzie do określenia zarządzania ryzykiem.....	9
<b>2. Specyfika bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej .....</b>	<b>12</b>
2.1. Miejsce pracy.....	12
2.2. Szkolenia i kształcenie.....	13
2.3. Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego.....	13
2.3.1. Projekt miejsca pracy i odpowiedni sprzęt.....	14
2.4. Choroby skóry .....	15
2.4.1. Środki zapobiegawcze i ochronne.....	16
2.5. Problemy z układem oddechowym .....	17
2.6. Szumy uszne, uszkodzenia słuchu i zmęczenie spowodowane hałasem w miejscu pracy .....	18
<b>Wykaz użytecznych linków.....</b>	<b>20</b>

## Uwagi wstępne

Przygotowanie niewiążących wytycznych dla branży fryzjerskiej jest częścią zestawu wspólnie uzgodnionych działań mających na celu wsparcie autonomicznego wdrożenia europejskiego porozumienia ramowego w sprawie ochrony bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej.

Niniejszy projekt został przygotowany przez Dyрекcję Generalną ds. Zatrudnienia, Spraw Społecznych i Włączenia Społecznego zgodnie z wnioskami z dyskusji podczas spotkań z partnerami społecznymi, które odbyły się w dniach 26 marca 2019 r., 5 grudnia 2019 r., 15 września 2020 r., 2 grudnia 2020 r. i 29 marca 2021 r.

Wszystkie elementy, które partnerzy społeczni uważają za istotne, zawarto w tym projekcie broszury. Aby zachować prostotę i zwięzłość, nie wszystkie z nich zostały jednak szczegółowo omówione.

Zdecydowano, że niniejsza publikacja powinna być skierowana do administracji krajowych (w tym do krajowych inspektoratów pracy), które z kolei powinny odpowiednio dostosować broszurę, aby skutecznie dotrzeć do poszczególnych fryzjerów w swoim państwie<sup>1</sup>.

Treść ściśle opiera się na dokumentach referencyjnych dostarczonych przez partnerów społecznych.

Nie ma wątpliwości, że bezpieczeństwo i higiena pracy, a w szczególności złota reguła BHP – zasady ogólne dotyczące zapobiegania – stały się ważniejsze niż kiedykolwiek wcześniej. Z tego powodu w niniejszym dokumencie, oprócz uzgodnionej treści, zamieszczono pewne informacje na temat wytycznych dotyczących wyzwań w miejscu pracy w obliczu pandemii COVID-19.

---

<sup>1</sup> Niniejsze wytyczne mogą być również przydatne dla innych organizacji, instytucji, grup roboczych i komitetów na szczeblu Unii Europejskiej i krajowym.

## 1. Ogólna ocena ryzyka

### 1.1. Zobowiązanie prawne: dyrektywa ramowa 89/391/EWG

Na mocy dyrektywy Rady 89/391/EWG z dnia 12 czerwca 1989 r. w sprawie wprowadzenia środków w celu poprawy bezpieczeństwa i zdrowia pracowników w miejscu pracy<sup>2</sup> (dyrektywa ramowa) na pracodawców (w tym na pracodawców z branży fryzjerskiej) nałożono różne obowiązki. Zgodnie z art. 5 pracodawca ponosi odpowiedzialność w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa i higieny pracy pracownikom w każdym aspekcie odnoszącym się do ich pracy. W tym względzie art. 6 stanowi, że pracodawca powinien przedsięwziąć środki niezbędne do zapewnienia bezpieczeństwa i ochrony zdrowia pracowników, włącznie z zapobieganiem zagrożeniom związanym z wykonywaniem czynności służbowych, informowaniem i szkoleniem, jak również zapewnieniem niezbędnych ram organizacyjnych i środków.

W każdym miejscu pracy, w tym w salonach fryzjerskich, bardzo ważne jest stosowanie zasad ogólnych dotyczących zapobiegania. Zasady te obejmują takie reguły, jak zapobieganie zagrożeniom, zwalczanie źródeł zagrożeń oraz ocena zagrożeń, które nie mogą być wykluczone. Zgodnie z tymi zasadami pracodawca powinien przeprowadzić ocenę stopnia zagrożeń, która uwzględni charakter działalności przedsiębiorstwa.

Kolejną zasadą, która jest bardzo ważna w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy, jest zasada zastępowania, która w tym kontekście oznacza preferowanie tych produktów kosmetycznych<sup>3</sup>, które zapewniają najwyższy poziom ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracowników. Jeżeli zastąpienie nie jest możliwe, pracodawca stosuje produkty kosmetyczne, które wiążą się z najniższym stopniem narażenia (aplikatory dwukomorowe, pasty, granulaty itp.).

Należy jednak podkreślić, że w powyższych punktach wyjaśniono minimalne wymagania ustanowione w dyrektywie ramowej i innych odpowiednich dyrektywach, a państwa członkowskie mogą utrzymać lub stosować bardziej rygorystyczne wymagania. Innymi słowy, państwa członkowskie mają możliwość decydowania o tym, które konkretne rozwiązania najlepiej odpowiadają ich sytuacji, pod warunkiem że spełnione są minimalne wymagania na szczeblu Unii Europejskiej. Dlatego użytkownikom niniejszych wytycznych w państwach członkowskich zaleca się, aby najpierw sprawdzili przepisy krajowe wdrażające dyrektywę ramową i inne odpowiednie dyrektywy w swoich krajowych systemach prawnych.

### 1.2. Ryzyko i konsekwencje

W miejscu pracy fryzjerzy narażeni są na **różne rodzaje ryzyka**, które mogą powodować ból i choroby, jak również prowadzić do wypadków.

Większość fryzjerów to kobiety (często w wieku rozrodczym). Warunki pracy pracownic

<sup>2</sup> Dz.U. L 183 z 29.6.1989, s. 1.

<sup>3</sup> Produkty kosmetyczne regulowane są przez rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1223/2009 z dnia 30 listopada 2009 r. dotyczące produktów kosmetycznych, z późniejszymi zmianami (Dz.U. L 342 z 22.12.2009, s. 59). Zgodnie z przepisami tego rozporządzenia, w przypadku każdego produktu kosmetycznego wprowadzanego do obrotu, osoba odpowiedzialna (np. producent, importer lub dystrybutor) zapewnia bezpieczeństwo i zgodność z odpowiednimi obowiązkami określonymi w tym rozporządzeniu. Produkty stosowane w salonie fryzjerskim muszą być zgodne z rozporządzeniem.

w ciąży muszą być zgodne z przepisami UE, w szczególności z [dyrektywą 92/85/EWG](#)<sup>4</sup>, przepisami krajowymi i układami zbiorowymi pracy. Na szczeblu UE szczególne wymogi dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy w odniesieniu do pracownic w ciąży, pracownic, które niedawno rodziły, i pracownic karmiących piersią powinny być uwzględniane przez pracodawców podczas planowania i organizowania działań związanych z pracą (art. 4 ust. 1 i art. 5). Przestrzegając wszelkich istniejących bardziej rygorystycznych przepisów krajowych, pracodawca ocenia, czy kobieta w ciąży może wykonywać dane zadanie w danych warunkach pracy. Załącznik I do wyżej wymienionej dyrektywy zawiera otwartą listę czynników, procesów i warunków pracy do celów oceny, o której mowa w art. 4 ust. 1, natomiast załącznik II zawiera otwartą listę czynników i warunków pracy, o których mowa w art. 6 (przypadki, w których narażenie zdrowia jest zabronione).

Ryzyko zawodowe może mieć różne przyczyny: zachowanie fryzjerów, stosowane techniki, organizacja pracy i projekt miejsca pracy. Praktyki pracy i czynniki środowiskowe, które mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia i bezpieczeństwa fryzjerów, obejmują:

- mokra praca ręczna,
- stosowanie produktów kosmetycznych,
- stosowanie ostrzy i ostrych narzędzi,
- praca w pozycji stojącej przez długi czas,
- praca w pozycji pochylonej przez długi czas,
- nieużywanie sprzętu ochronnego lub używanie go w niewłaściwy sposób,
- stosowanie produktów w niewłaściwy sposób (np. nierozcieńczanie skoncentrowanych produktów, takich jak szampony i produkty koloryzujące, zgodnie ze wskazaniami),
- niewystarczające zróżnicowanie postawy i zadań,
- niewystarczająca przestrzeń ruchowa,
- używanie źle utrzymanego sprzętu,
- złe oświetlenie,
- przeciągi lub wahania temperatury,
- hałas,
- nieodpowiednie przechowywanie (nie w suchym, chłodnym miejscu lub w temperaturze pokojowej) produktów (np. kosmetyków, butelek, aerozoli, kolb, pojemników).

Te zagrożenia mogą przyczynić się do **poważnych schorzeń zdrowotnych**. Na przykład przyjmowanie przez długi czas uciążliwych pozycji podczas pracy w połączeniu z powtarzającymi się ruchami może powodować bóle rąk, ramion, pleców, nóg (żylaki kończyn dolnych) i stóp oraz **zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego** związane z pracą.

Powtarzający się kontakt z wodą i produktami kosmetycznymi może powodować egzemę rąk, reakcje alergiczne, bóle głowy i problemy z oddychaniem.

Problemy z oddychaniem mogą być również spowodowane nieodpowiednim systemem wentylacyjnym lub jego brakiem.

Hałas w miejscu pracy może również powodować trwałe uszkodzenie słuchu lub szumy uszne. Hałaśliwe urządzenia (np. suszarki do włosów), a nawet muzyka w tle zakłócają komunikację i zwiększają poczucie zmęczenia.

<sup>4</sup> Dyrektywa Rady 92/85/EWG z dnia 19 października 1992 r. w sprawie wprowadzenia środków służących wspieraniu poprawy w miejscu pracy bezpieczeństwa i zdrowia pracownic w ciąży, pracownic, które niedawno rodziły, i pracownic karmiących piersią (dziesiąta dyrektywa szczegółowa w rozumieniu art. 16 ust. 1 dyrektywy 89/391/EWG), z późniejszymi zmianami, s. 1.



Organizacja zadań w pracy, organizacja miejsca pracy oraz długie i nieregularne godziny pracy mogą również wpływać na fryzjerów – jak na każdego innego pracownika – w tym sensie, że mogą oni cierpieć na **stres w miejscu pracy**.

Ogólnie rzecz biorąc, takie dolegliwości wpływają na jakość pracy i życia, a w dłuższej perspektywie te problemy zdrowotne mogą ostatecznie zmusić niektórych fryzjerów do odejścia z zawodu.

### 1.3. Ocena ryzyka: narzędzie do określenia zarządzania ryzykiem

Przeprowadzenie oceny ryzyka jest obowiązkiem prawnym i najlepszym sposobem zarządzania ryzykiem. Ogólnie rzecz biorąc, ocena ryzyka musi być dostosowana do danego miejsca pracy i jego specyfiki. Zasadniczo pracodawca powinien ocenić salon fryzjerski w celu zidentyfikowania istniejących i potencjalnych zagrożeń, a następnie sporządzić ich listę wraz ze środkami zapobiegawczymi i ochronnymi. Pracodawca powinien również omówić wyniki z personelem, a następnie opracować odpowiedni plan zapobiegawczy i ochronny.

Aby wywiązać się z obowiązku oceny ryzyka, pracodawcy mogą chcieć zapoznać się z niektórymi narzędziami internetowymi dostępnymi na szczelnie europejskim i krajowym. Na przykład interaktywne narzędzie on-line do oceny ryzyka (OiRA), opracowane przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA), oferuje praktyczne instrukcje i pomoce do oceny ryzyka w branży fryzjerskiej. Narzędzie jest dostępne pod adresem: <https://oiraproject.eu/fr/oir-a-tools/hairdressers>

Istnieją również krajowe zasoby i strony internetowe dotyczące oceny ryzyka, które warto sprawdzić.

#### Państwa dysponujące zasobami dotyczącymi oceny ryzyka

- **Belgia.** Infografika:
  - <http://www.coiffure.org/nl/sectorinfo/preventie-welzijn>
- **Niemcy.** Aplikacja do oceny ryzyka dla fryzjerów:
  - <https://www.bgw-online.de>

#### Państwa posiadające własne interaktywne narzędzie do oceny ryzyka

- **Niderlandy:**
  - <https://healthyhairdresser.nl/>
  - <https://healthyhairdresser.nl/rie>
- **Irlandia.** BeSMART:
  - <http://www.besmart.ie>
  - <http://www.besmart.ie/supported-business-types>
- **Hiszpania.** *Peluquerias y centros de estética:*

- <https://www.prevencion10.es/>
- **Francja.** Interaktywne narzędzie do oceny ryzyka dla fryzjerów zostało udostępnione online w styczniu 2021 r. we współpracy z organizacjami ubezpieczeń zdrowotnych. Towarzyszyła temu publikacja broszury informacyjnej przedstawiającej główne rodzaje ryzyka zawodowego związanego z sektorem, a także najważniejsze dane statystyczne dotyczące wypadków przy pracy i chorób zawodowych.
  - Narzędzie: <https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=outil75>
  - Broszura informacyjna:  
[https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED %206397](https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206397)

### Poza Unią Europejską

- **Norwegia.** *Risikohjelpen*, zarządzany przez Norweską Inspekcję Pracy: <https://risikohjelpen.arbeidstilsynet.no/>.
- **Szwajcaria.** *Protection de la santé et sécurité dans la branche de la coiffure. Manuel de la solution pour la branche* – podręcznik, który musi być dostępny w każdym salonie fryzjerskim.
- **Zjednoczone Królestwo.** <http://www.hse.gov.uk/toolbox/> oraz <https://www.hse.gov.uk/simple-health-safety/risk/steps-needed-to-manage-risk.htm>

Źródła informacji branżowe pod uwagę przy przeprowadzaniu lub aktualizowaniu oceny ryzyka mogą być różne, a w szczególności mogą obejmować własne obserwacje pracodawcy, komentarze i sugestie fryzjerów, wnioski wyciągnięte ze „zdarzeń potencjalnie wypadkowych” (zdarzeń, które mogły spowodować uraz, chorobę lub szkodę, ale na szczęście do nich nie doszło) oraz rejestr wypadków.

W ocenie ryzyka określono ryzyko i ustanowiono odpowiednie działania zapobiegawcze i ochronne w celu wyeliminowania lub zmniejszenia tego ryzyka.

W przypadku fryzjerstwa rodzaje zidentyfikowanego ryzyka oraz środki zaradcze obejmują:

- ryzyko biologiczne – wdrożenie dobrych praktyk higienicznych, np. regularna dezynfekcja podłóg i toalet;
- ryzyko fizyczne – należy ograniczyć hałas i zapewnić odpowiednie oświetlenie;
- ryzyko chemiczne – aby uniknąć reakcji i uczuleń skórnych i dróg oddechowych;
- ryzyko elektryczne – należy używać wyłącznie certyfikowanego sprzętu;
- poślizgnięcia, potknięcia i upadki – należy zapewnić odpowiednią konserwację miejsca pracy i całego wyposażenia;
- oparzenia i skaleczenia – należy używać wyłącznie certyfikowanego sprzętu;
- stres w miejscu pracy – należy jasno określić zadania itp.

W każdej chwili mogą pojawić się nowe zagrożenia, które czasami wymagają natychmiastowej reakcji. Na przykład w wyniku obecnej pandemii COVID-19 pracodawcy muszą w swojej ocenie ryzyka uwzględniać więcej czynników związanych z czynnikami biologicznymi i przestrzegać znacznie więcej zasad mających na celu zapewnienie bezpieczeństwa pracowników i zapobieganie rozprzestrzenianiu się koronawirusa<sup>5</sup>. Aby wesprzeć pracodawców w praktyce, EU-OSHA opublikowała odpowiednie wytyczne

<sup>5</sup> Również zasad nakładanych przez organy zdrowia publicznego.

## Niewiążące wytyczne dla branży fryzjerskiej

dotyczące COVID-19 w miejscu pracy<sup>6</sup>. Wytyczne te pomagają pracodawcom w rozwiązywaniu problemów związanych z bezpieczeństwem i higieną pracy w czasie tego bezprecedensowego kryzysu zdrowotnego<sup>7</sup>. Zawierają one również wykaz dostępnych krajowych wytycznych dla poszczególnych sektorów i zawodów. Ponadto EU-OSHA udostępniła specjalne internetowe narzędzie do oceny ryzyka w celu wsparcia oceny ryzyka związanego z COVID-19 w miejscu pracy.

Warto zauważyć, że istnieje wymóg prawny dokumentowania oceny ryzyka oraz środków zapobiegawczych lub ochronnych, które należy podjąć. Przy dokumentowaniu oceny ryzyka zaleca się uwzględnienie poniższych elementów:

- imię i nazwisko oraz funkcja osoby przeprowadzającej ocenę (lub takich osób);
- zidentyfikowane rodzaje ryzyka;
- która grupa pracowników, jeśli w ogóle, jest narażona na szczególne ryzyko;
- wszelkie niezbędne środki podjęte w wyniku oceny;
- imię i nazwisko oraz funkcja osoby odpowiedzialnej za te środki (lub takich osób);
- ramy czasowe działań następczych.

Zaleca się, aby wszyscy pracownicy, w tym fryzjerzy, zapoznali się z obowiązkowym planem zapobiegawczym w swoim miejscu pracy i zostali poinstruowani, jak postępować na co dzień, aby zapewnić zdrowie i bezpieczeństwo sobie i swoim współpracownikom. W przypadku fryzjerstwa będzie to obejmować bezpieczne obchodzenie się z produktami kosmetycznymi i zapobieganie wypadkom.

---

<sup>6</sup> Zob. sekcja 3.

<sup>7</sup> Zob. również <https://coiffure.eu/social-dialogue/official-documents/covid-19-protection-health-hairdressers>

## 2. Specyfika bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej

Aby promować aspekty środowiska pracy związane ze zdrowiem i bezpieczeństwem w branży, zaleca się opracowanie harmonogramu zadań, tak aby w miarę możliwości unikać powtarzających się ruchów lub uciążliwej pracy przez dłuższy czas. Ważne jest również uwzględnianie postępu technicznego w zakresie ergonomii przy zakupie nowego wyposażenia i narzędzi oraz urządzania lub powtórznego zaopatrywania pomieszczeń<sup>8</sup>. W celu zapobiegania wypadkom w salonie fryzjerskim i zapewnienia bezpiecznego środowiska pracy zaleca się przechowywanie produktów kosmetycznych w odpowiednich warunkach (w temperaturze chłodnej do pokojowej), przechowywanie zamkniętych butelek w oryginalnym opakowaniu, oraz przechowywanie produktów, które stanowią zagrożenie pożarowe, z dala od materiałów łatwopalnych<sup>9</sup>. Ponadto zaleca się stosowanie środków ochrony zbiorowej i indywidualnej<sup>10</sup>.

### 2.1. Miejsce pracy

Minimalne wymagania w dziedzinie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w miejscach pracy użytkowanych po raz pierwszy oraz w miejscach pracy już użytkowanych określono odpowiednio w załączniku I i załączniku II do [dyrektywy 89/654/EWG](#) z dnia 30 listopada 1989 r. dotyczącej minimalnych wymagań w dziedzinie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w miejscu pracy (pierwsza szczegółowa dyrektywa w rozumieniu art. 16 ust. 1 dyrektywy 89/391/EWG)<sup>11</sup>.

Oba załączniki nakładają obowiązki dotyczące podstawowych parametrów, takich jak stabilność i trwałość instalacji elektrycznych w budynkach, w których znajdują się stanowiska pracy; drogi i wyjścia ewakuacyjne; wyposażenie służące do wykrywania pożarów; sprzęt gaśniczy; a także wentylacja miejsc pracy bez swobodnego dopływu powietrza w celu utrzymania odpowiedniej temperatury w pomieszczeniach<sup>12</sup>, oświetlenie naturalne i sztuczne; podłogi, sufity i dachy; okna, drzwi i bramy; wymiary pomieszczeń i przestrzeń – swoboda ruchu przy stanowiskach pracy, pomieszczenia socjalne i urządzenia sanitarne<sup>13</sup>.

Ogólnie rzecz biorąc, aby zagwarantować zdrowie i bezpieczeństwo pracowników podczas pracy, miejsce pracy musi być dobrze zorganizowane i ergonomiczne. Jeżeli miejsce pracy nie spełnia tych kryteriów, istnieje duże prawdopodobieństwo, że pracownicy będą doświadczać problemów zdrowotnych.

Co ważne, fryzjerzy, podobnie jak inni pracownicy, muszą regularnie zmagać się ze stresem w miejscu pracy<sup>14</sup>, którego przyczynami mogą być: duże obciążenie pracą, konieczność pracy w nieregularnych godzinach, brak możliwości robienia wystarczających przerw, nadmierne wymagania zawodowe lub brak jasności co do zadań do wykonania.

<sup>8</sup> Klauzula 5 ust. 2 i klauzula 5 ust. 3 (ergonomiczne miejsca pracy) europejskiego porozumienia ramowego w sprawie ochrony bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej.

<sup>9</sup> Klauzula 6 (zapobieganie wypadkom i bezpieczeństwo w miejscu pracy) europejskiego porozumienia ramowego w sprawie ochrony bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej.

<sup>10</sup> Klauzula 8 (środki ochrony zbiorowej) i klauzula 9 (środki ochrony indywidualnej) europejskiego porozumienia ramowego w sprawie ochrony bezpieczeństwa i higieny pracy w branży fryzjerskiej.

<sup>11</sup> Dz.U. L 393 z 30.12.1989, s. 1, z późn. zm.

<sup>12</sup> Np. zimno zwiększa siłę mięśni wymaganą do pracy dolnych partii ramion i obciąża ścięgna, co prowadzi do niewłaściwego obchodzenia się ze sprzętem.

<sup>13</sup> Należy zaznaczyć, że w wyżej wymienionej dyrektywie określono jedynie minimalne wymagania, a państwa członkowskie mogą wprowadzić bardziej rygorystyczne wymagania w tym zakresie.

<sup>14</sup> Więcej informacji na temat problemów związanych ze stresem dostępnych jest pod adresem: <https://osha.europa.eu/pl/themes/psychosocial-risks-and-stress>.

Warto zauważyć, że oprócz problemów ze zdrowiem psychicznym, u pracowników narażonych na stres przez dłuższy czas mogą wystąpić poważne dolegliwości fizyczne, takie jak problemy mięśniowo-szkieletowe.

### 2.2. Szkolenia i kształcenie

Należy pamiętać, że w trakcie swojej kariery zawodowej fryzjerzy – zgodnie z odpowiednimi przepisami krajowymi – muszą brać udział w kursach (przypominających) dotyczących różnych kwestii zawodowych, takich jak techniki ergonomiczne i sesje szkoleniowe dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy. Ma to na celu umożliwienie im radzenia sobie ze zmieniającym się środowiskiem pracy oraz ocenę ryzyka związanego ze stosowaniem określonych technik/postaw/sprzętu lub posiadaniem określonych nawyków.

Treść kursu powinna być prezentowana z naciskiem na praktyczne aspekty w rzeczywistym środowisku pracy, aby zagwarantować, że fryzjerzy regularnie i z powodzeniem stosują w praktyce to, czego się nauczyli. Treści te mogą być również przekazywane za pomocą instrukcji wizualnych, np. na platformach wideo, w aplikacjach, mediach społecznościowych i na smartfonach.

### 2.3. Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego

Najczęstsze **objawy** zaburzeń mięśniowo-szkieletowych to ból, swędzenie, zespół cieśni nadgarstka, podrażnienie, gorąco, skurcze, sztywność, osłabienie i utrata zmysłu dotyku podczas ruchu. Dotknięte obszary mogą obejmować ramiona, łokcie, nadgarstki/ręce (kończyny górne), kolana (kończyny dolne), szyję i plecy.

Zaburzenia mięśniowo-szkieletowe mogą pojawić się nagle, ale zazwyczaj rozwijają się stopniowo. Początkowo ból i zmęczenie są zazwyczaj odczuwane pod koniec dnia pracy, ale ustępują po pewnym czasie odpoczynku. W późniejszym okresie ból może utrzymywać się nawet po odpoczynku. Ponadto ból może powodować zaburzenia snu, co wpływa na wydajność pracy. Następnie objawy mogą prowadzić do krótkich nieobecności w pracy. W końcu ból może nie ustępować: zmęczone mięśnie przestają wydajnie pracować i pojawiają się objawy kliniczne. Problemy te rozwijają się powoli i często trudno jest ustalić ich przyczynę. Aby uniknąć pogorszenia i nieodwracalności objawów, zaleca się fryzjerom poinformowanie lekarza o tych objawach natychmiast po ich wystąpieniu.

**Przyczynami** zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego są pozycje powodujące przeciążenia, obciążenie statyczne i wykonywanie powtarzających się ruchów.

Fryzjerzy często przyjmują pozycje powodujące przeciążenia, takie jak praca w tej samej pozycji przez długi czas lub długotrwałe stanie na nogach w nieodpowiednim obuwiu. Charakter pracy wymaga również wykonywania przez nich powtarzających się ruchów, takich jak wielokrotne podnoszenie rąk powyżej barków, podnoszenie ramion, pochylanie się na boki lub do przodu, pochylanie szyi do przodu i nadmierne jej wyciąganie oraz zginanie lub skręcanie nadgarstków. Wykonywanie tych samych ruchów wielokrotnie i przez długi czas zwiększa ryzyko wystąpienia zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego.

Obciążenie statyczne występuje wtedy, gdy część ciała jest utrzymywana w zasadniczo tej samej pozycji przez dłuższy czas (powyżej 4 sekund), podczas którego mięśnie są stale napięte. Może to prowadzić do problemów z barkami i ramionami, a także z plecami.

Do statycznych pozycji pracy należą na przykład długotrwałe siedzenie, stanie lub schyłanie się. Obciążenie statyczne jest powszechne w zawodach, które wymagają częstych ruchów ramion, łokci, nadgarstków i palców, podczas gdy obszar szyi i barków pozostaje w bezruchu.

Odpowiednie **środki zapobiegawcze i ochronne** obejmują przyjęcie odpowiednich praktyk roboczych: fryzjerzy powinni unikać przyjmowania niewygodnych pozycji przez dłuższy czas, wykonując zadania naprzemiennie (rotacja zadań), pracując na zmianę na stojąco i na siedząco, używając taboretu fryzjerskiego, chodząc wokół klientów podczas pracy, utrzymując odpowiednią odległość (nie za blisko, nie za daleko, nie za wysoko, nie za nisko), prosząc klientów o współpracę (np. aby usiedli nieco wyżej lub niżej) oraz przyjmując zdrową postawę i sprawdzając w lustrze, czy ich postawa jest prawidłowa. Inne środki obejmują dostosowanie foteli lub taboretów fryzjerskich do wzrostu klienta, dostosowanie wysokości myjni, stosowanie dobrych technik strzyżenia („dłoń do dłoni”) oraz używanie dobrze utrzymanych nożyczek i lekkich suszarek.

Dalsze informacje na temat tego, jak fryzjerzy mogą zapobiegać schorzeniom układu mięśniowo-szkieletowego, są dostępne w innym miejscu<sup>15</sup>.

### 2.3.1. Projekt miejsca pracy i odpowiedni sprzęt

Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego mogą również być powodowane innymi czynnikami.

**Przyczyny** takie obejmują źle zaprojektowane miejsce pracy, na przykład przejścia, które nie są wystarczająco szerokie, przeszkody, niewystarczająca przestrzeń ruchowa do wykonywania zadań, nieprawidłowa wysokość taboretów fryzjerskich, foteli dla klientów, myjni, hokerów na kółkach i wózków, śliskie podłogi oraz niewystarczające lub bardzo jasne światło.

Praca na niewłaściwej wysokości może obciążać mięśnie pleców, barków i szyi fryzjerów. Może to mieć miejsce, jeżeli myjnie lub taborety fryzjerskie nie znajdują się na idealnej wysokości. Na przykład jeżeli odległość między oparciem dla szyi a tyłem myjni jest zbyt duża, fryzjerzy muszą się wyciągać w kierunku klienta. Może to powodować problemy z plecami, barkami i rękami.

**Środki zapobiegawcze i ochronne** dotyczą kilku obszarów.

Cechy dobrze zaprojektowanego środowiska pracy są następujące:

- funkcjonalna bliskość poszczególnych obszarów i stref (ułatwiająca płynny przepływ ruchu między poszczególnymi strefami),
- odpowiednia i dobrze zorganizowana przestrzeń zapewniająca swobodę ruchu na stanowiskach pracy,
- dobre oświetlenie (wystarczające, ale nie zbyt jasne),
- odpowiednia podłoga (stabilna, równa, solidna i antypoślizgowa, bez przeszkód),
- dobra wentylacja,
- stała i odpowiednia temperatura,
- pomieszczenie do wypoczynku oraz łatwo dostępne miejsce do przechowywania produktów.

<sup>15</sup> Źródła: Verhamme, M., „A close shave”, Międzynarodowy projekt EFS – sprawozdanie końcowe – faza 1, Coiffure, Gandawa, 2014 (<https://www.videncenterforfrisorer.dk/wp-content/uploads/dokumenter/rapporter/A%20close%20shave.%20January%20March%202014%20TRANSNATIONAL%20ESF%20PROJECT.pdf>); oraz Coiffure, „Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers” („Karty informacyjne – Zadbaj o siebie! Zapobieganie chorobom skóry i ergonomia dla fryzjerów”), Coiffure, Gandawa ([https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg\\_voor\\_jezelf-en-lr.pdf](https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf)).



Ważne są również dobre meble, m.in.:

- regulowane fotele fryzjerskie (w których siedzą klienci),
- wolnostojące myjnie z regulacją wysokości i z możliwością ustawienia ich pod kątem,
- ergonomiczne połączenie fotela z myjnią (odległość między oparciem dla szyi a tyłem myjni powinna być taka, aby fryzjerzy mniej musieli się wyciągać w kierunku klientów),
- taborety na kółkach, o regulowanej wysokości i z obrotowym siedziskiem łagodnie nachylonym do przodu, aby zachować naturalną krzywiznę kręgosłupa, oraz wózki o regulowanej wysokości na kółkach.

Dobre narzędzia obejmują:

- ergonomiczne nożyczki z podpórką pod palce, dostosowane specjalnie dla prawo- lub leworęcznych użytkowników,
- lekkie i bezprzewodowe maszynki do strzyżenia włosów z owalnym uchwytem,
- lekkie szczotki do włosów z wystarczająco długą i antypoślizgową rączką oraz ergonomiczne suszarki do włosów (lekkie i możliwie ciche, dostosowane do potrzeb osób prawo- lub leworęcznych) z cylindryczną lub owalną rączką, które wibrują w jak najmniejszym stopniu.

Brak konserwacji narzędzi lub nieodpowiednia wymiana uszkodzonego materiału zwiększa ryzyko uszkodzenia układu mięśniowo-szkieletowego spowodowanego przeciążeniami, wysiłkiem, powtarzaniem ruchów itp.

## 2.4. Choroby skóry

Najczęstsze **objawy** egzemy kontaktowej (podrażnieniowej i alergicznej) to sucha skóra, czerwone plamy, swędzenie, łuszczenie się skóry, pęknięcia/pęcherze, ból i pęknięcie skóry.

Egzema jest reakcją zapalną skóry, która ma różne przyczyny. Egzema nie jest zaraźliwa (i nie jest wywoływana przez bakterie, grzyby ani wirusy) i nie może być przekazywana przez dotyk. Uszkodzona skóra jest jednak podatna na infekcje.

Istnieją dwa rodzaje egzemy kontaktowej (zapalenia skóry): podrażnieniowy i alergiczny.

**Przyczynami** egzemy kontaktowej są wilgotne środowisko i kosmetyki, w szczególności mycie włosów bez rękawiczek, co powoduje bezpośredni kontakt skóry z produktami kosmetycznymi (szamponem, farbami, odżywkami do włosów itp.), oraz regularne używanie nożyczek i maszynek do golenia.

Zapalenie rąk jest zazwyczaj wynikiem podrażnienia skóry spowodowanego krótkotrwałym kontaktem z silnymi produktami kosmetycznymi, takimi jak rozjaśniacze lub farby do włosów, (głównie) powtarzającym się kontaktem z substancjami drażniącymi oraz częstą pracą z produktami mokrymi lub łagodnymi produktami kosmetycznymi, takimi jak szampon i mydło.

Powtarzający się kontakt z wodą jest jedną z najważniejszych przyczyn powstawania egzemy. Fryzjerzy narażeni są na większe ryzyko wystąpienia problemów skórnych, jeśli ich ręce mają kontakt z wodą przez ponad 2 godziny dziennie, jeśli ich ręce są mokre kilka razy dziennie lub jeśli nakładają szampon klientom więcej niż 10 razy dziennie.

## 2.4.1. Środki zapobiegawcze i ochronne

### 2.4.1.1. Odpowiednia ochrona skóry

Podstawową metodą ochrony skóry jest stosowanie produktów kosmetycznych, które zapewniają najwyższy poziom ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracowników, lub, jeśli zastąpienie nie jest możliwe, stosowanie produktów, które wiążą się z najniższym poziomem narażenia, oraz wykonywanie zadań naprzemiennie. Zaleca się, aby w miarę możliwości zachować równowagę między pracą moką i suchą, aby uniknąć powtarzającego się przez długi czas kontaktu z wodą i substancjami drażniącymi skórę. Zasadniczo zaleca się fryzjerom stosowanie łagodnego mydła i kremu do rąk (bez barwników i substancji zapachowych), narzędzi bezniklowych<sup>16</sup> i rękawic bezpudrowych<sup>17</sup> (odpowiedni rodzaj rękawic jednorazowych lub wielokrotnego użytku), zdejmowanie biżuterii z rąk i palców podczas pracy oraz obcinanie włosów przed farbowaniem

Oprócz naprzemiennej pracy mokrej i suchej w salonie fryzjerskim fryzjerzy mogą chronić swoje dłonie również w życiu prywatnym, zakładając ciepłe rękawiczki podczas wychodzenia z domu zimą, używając rękawic ochronnych podczas wykonywania prac na mokro w domu oraz natychmiastowo i higienicznie opatrując rany.

**Kremy do skóry.** Zaleca się stosowanie neutralnych, nawilżających/natłuszczających kremów do skóry. Kremy nie powinny zawierać barwników ani substancji zapachowych, ponieważ mogą one powodować alergie. Każdy pracownik powinien mieć własny krem lub musi on być zapewniony w dozowniku, aby zapobiec wzajemnemu zakażeniu pomiędzy pracownikami.

**Rękawice (jednorazowe lub wielokrotnego użytku – dostosowane do wykonywanej czynności).** Tylko odpowiedni rodzaj rękawic zapewnia ochronę. Do niektórych czynności fryzjerskich należy używać rękawic jednorazowych, które są bardzo cienkie i ogólnie wygodniejsze, natomiast inne czynności lepiej wykonywać w rękawicach wielokrotnego użytku, które są grubsze. Wszystkie rękawice powinny być bezlateksowe.

**Rękawice jednorazowe.** Ponieważ stosowanie rękawic jest najważniejszym środkiem minimalizującym problemy skórne, należy zawsze używać rękawic jednorazowych podczas mieszania, nakładania i splukiwania farby do włosów i płukanek koloryzujących; podczas mieszania, nakładania i splukiwania środków rozjaśniających, podczas przygotowywania, nakładania, neutralizacji i splukiwania roztworów do trwałej ondulacji oraz podczas innych rodzajów mycia i splukiwania włosów.

Praca z rękami w wodzie przez ponad 30 minut na godzinę jest niewskazana. Gdy ponad połowę dnia pracy spędza się na myciu lub splukiwaniu, istnieje duże prawdopodobieństwo przesuszenia skóry. Z tego powodu zaleca się, aby podczas wykonywania tych czynności fryzjerzy nosili długie rękawice jednorazowe (bezlateksowe) zakrywające nadgarstek i dolną część przedramienia (najlepiej o całkowitej długości około 30 cm), aby do środka nie dostawały się płyny. Rękawice powinny być bezpudrowe i gładkie na całej powierzchni.

Pod nieprzemakalne rękawice fryzjerzy mogą zakładać cienkie bawełniane rękawiczki,

<sup>16</sup> Źródła: Verhamme, M., „A close shave”, Ergonomia dla fryzjerów rozpoczynających działalność – międzynarodowy projekt EFS, Coiffure, Gandawa, 2015 (<https://www.febelhair.org/sites/default/files/ergonomie-2015-en-lr.pdf>); Coiffure, „Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers” („Karty informacyjne – Zadbaj o siebie! Zapobieganie chorobom skóry i ergonomia dla fryzjerów”), Coiffure, Gandawa ([https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg\\_voor\\_jezelf-en-lr.pdf](https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf)); oraz Verhamme, M., „A close shave”, Międzynarodowy projekt EFS – sprawozdanie końcowe – faza 1, Coiffure, Gandawa, 2014 ([https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng\\_def-hr-zonder\\_afloop-printer.pdf](https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng_def-hr-zonder_afloop-printer.pdf)).

<sup>17</sup> Zob. Wytyczne do rozporządzenia w sprawie środków ochrony indywidualnej – przewodnik dotyczący stosowania rozporządzenia UE 2016/425 w sprawie środków ochrony indywidualnej (<https://ec.europa.eu/docsroom/documents/29201>) i dyrektywa Rady 89/656/EWG z dnia 30 listopada 1989 r. w sprawie minimalnych wymagań w dziedzinie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia pracowników korzystających z wyposażenia ochronnego.



aby wchłaniały pot.

**Rękawice wielokrotnego użytku.** W celu zapobiegania egzemie fryzjerskiej fryzjerzy powinni również używać grubszych rękawic wielokrotnego użytku do czyszczenia i dezynfekcji narzędzi, myjni, podłóg itp.

Rękawice są środkiem osobistym i nie wolno się nimi dzielić z innymi. Rękawice powinny być prawidłowo zdejmowane. Wnętrze rękawic wielokrotnego użytku powinno być suche przed ponownym założeniem.

### Wskazówki dotyczące używania rękawic:

- Kup odpowiedni kształt i rozmiar (małe/średnie/duże).
- Przed założeniem rękawic upewnij się, że ręce są czyste i suche.
- Zdejmij biżuterię.
- Nałóż krem po zdjęciu rękawic.
- Nigdy nie używaj ponownie rękawic jednorazowych.
- Przy wykonywaniu prac mokrych należy odwinąć rękawice fryzjerskie.

### 2.4.1.2. Projekt miejsca pracy

W salonie fryzjerskim powinno istnieć oddzielne, w przeważającej części zamknięte stanowisko do mieszania.

### 2.4.1.3. Sprzęt niepowodujący alergii

Niektórzy ludzie są uczuleni na nikiel i występuje u nich reakcja alergiczna w przypadku kontaktu ze skórą takich przedmiotów jak biżuteria czy sprzęt zawierający nikiel. Fryzjerzy mogą być uczuleni na nikiel przed podjęciem pracy w zawodzie lub alergja taka może się rozwinąć w późniejszym okresie (osoby uczulone na jedną substancję są podatne na wystąpienie alergii na inne substancje). W salonach fryzjerskich nikiel może występować w narzędziach ze stali nierdzewnej, takich jak nożyczki i wsuwki do włosów, i tym samym narażać uczulonych fryzjerów na ryzyko podrażnień lub reakcji alergicznych.

Zaleca się, aby fryzjerzy zdejmowali biżuterię z rąk i palców i nie zakładali jej przez cały dzień pracy. Wynika to z faktu, że noszenie biżuterii utrudnia prawidłowe mycie i suszenie rąk, co jest często konieczne przy wykonywaniu prac mokrych. Ponadto pod biżuterią mogą się gromadzić wilgoć i kosmetyki, co może powodować problemy skórne.

Więcej informacji na temat chorób skóry można znaleźć w innym miejscu<sup>18,19</sup>.

## 2.5. Problemy z układem oddechowym

Fryzjerzy mogą doświadczać problemów z układem oddechowym w wyniku narażenia na substancje występujące w produktach kosmetycznych, takich jak farby, rozjaśniacze, produkty do prostowania włosów, lakiery do włosów, substancje zapachowe i aromaty.

<sup>18</sup> Źródła: Verhamme, M., „A close shave”, Międzynarodowy projekt EFS – sprawozdanie końcowe – faza 1, Coiffure, Gandawa, 2014 (<https://www.videncenterforfrisorer.dk/wp-content/uploads/dokumenter/rapporter/A%20close%20shave.%20January%20March%202014%20TRANSNATIONAL%20ESF%20PROJECT.pdf>) oraz Coiffure, „Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers” („Karty informacyjne – Zadbaj o siebie! Zapobieganie chorobom skóry i ergonomia dla fryzjerów”), Coiffure, Gandawa.

<sup>19</sup> Źródło: „SafeHair 1 and 2: Skin protection in hairdressing work” („SafeHair 1 i 2: ochrona skóry w pracy fryzjerskiej”) na stronie internetowej [https://www.safehair.eu/safehair/homeincluding\\_page](https://www.safehair.eu/safehair/homeincluding_page), w tym dokument zawierający informacje medyczne: [https://www.safehair.eu/fileadmin/user\\_upload/documents/Documents/Grundlagendokument/Occupational\\_Skin\\_Diseases\\_in\\_hairdressing\\_EN.pdf](https://www.safehair.eu/fileadmin/user_upload/documents/Documents/Grundlagendokument/Occupational_Skin_Diseases_in_hairdressing_EN.pdf)

Takie narażenie może wywołać reakcję alergiczną ze strony dróg oddechowych, co prowadzi do objawów takich jak kaszel, świszczący oddech i duszność, kichanie, zapchany nos i astma.

Warto zauważyć, że choroba układu oddechowego rozwija się dopiero po wielokrotnym narażeniu przez długi czas na niskie poziomy takich substancji. Objawy mogą pojawić się po użyciu danej substancji i nasilają się przy braku (właściwej) wentylacji. Z czasem, gdy osoba jest już uczulona na daną substancję, pojedynczy kontakt nawet z bardzo niewielką ilością tej substancji może wywołać objawy przy znacznie niższych poziomach niż te, które początkowo wywołały stan nadwrażliwości. Stan zdrowia osoby z objawami alergii często poprawia się poza miejscem pracy.

**Środki zapobiegawcze i ochronne** obejmują ocenę ryzyka, stosowanie zasady zastępowania i dobry system wentylacji.

Jak zasugerowano w sekcji 1, pracodawcy powinni ocenić ryzyko, aby określić, które substancje mogą potencjalnie powodować problemy z oddychaniem są używane lub powstają w trakcie wykonywania czynności, oraz ustalić, kto może zostać poszkodowany i w jaki sposób. Następnie powinni stosować produkty, które zapewniają najwyższy poziom ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracowników, lub produkty, które wiążą się z najniższym poziomem narażenia, zgodnie z zasadą zastępowania. Pracodawcy muszą zastanowić się nad metodami zapobiegania narażeniu, jeżeli zastąpienie nie jest możliwe, oraz zminimalizować stężenie, czas i częstotliwość narażenia oraz liczbę narażonych pracowników. Ocena ryzyka powinna zatem obejmować metody zarządzania emisjami u źródła poprzez modyfikację procesu pracy (unikanie wytwarzania aerozoli i oparów, zainstalowanie dobrego systemu wentylacyjnego w celu kontroli emisji oraz inne rozwiązania w miejscu pracy, takie jak zaprojektowanie oddzielnych obszarów do mieszania substancji).

Zdecydowanie zaleca się, aby fryzjerzy używali nieparujących środków rozjaśniających i rozpylaczy z pompką (bez gazu) oraz rozcieńczali skoncentrowane produkty (np. szampony, farby) we właściwy sposób.

Zaleca się regularne monitorowanie narażenia i problemów zdrowotnych oraz ich ponowną ocenę. W przypadku objawów ze strony układu oddechowego, które mogą być związane z pracą, należy wprowadzić kontrole medyczne. Zaleca się, aby wyniki badań były rejestrowane i aby konsultowano się z pracownikami lub ich przedstawicielami, w szczególności przy ocenie ryzyka, narażenia i problemów z układem oddechowym występujących w miejscu pracy, przy zastępowaniu niektórych substancji, w sprawie wyboru środków ochrony indywidualnej oraz w sprawie wyników monitorowania, w tym monitorowania zdrowia. Warto zauważyć, że w przypadku niektórych pracowników narażenie na kontakt z lateksem może powodować nie tylko wysypkę, pokrzywkę, swędzenie oraz objawy ze strony nosa, oczu lub zatok, ale także alergię na lateks<sup>20</sup> lub astmę.

Dalsze informacje na temat chorób skóry są dostępne w innym miejscu<sup>21</sup>.

## 2.6. Szumy uszne, uszkodzenia słuchu i zmęczenie spowodowane hałasem w miejscu pracy

Narażenie na wysoki poziom hałasu w miejscu pracy<sup>22</sup> przez dłuższy czas może

<sup>20</sup> Istnieje również ryzyko wystąpienia reakcji alergicznej typu I (wstrząs) u klienta.

<sup>21</sup> Źródło: EU-OSHA, „Czynniki uczulające układ oddechowy”, *Fakty* 39.  
[https://osha.europa.eu/sites/default/files/Factsheet\\_39\\_-\\_Czynniki\\_uczulajace\\_uk142ad\\_oddechowy.pdf](https://osha.europa.eu/sites/default/files/Factsheet_39_-_Czynniki_uczulajace_uk142ad_oddechowy.pdf)

## Niewiążące wytyczne dla branży fryzjerskiej

powodować szумы uszne (dzwonienie, świstanie, uczucie ucisku lub szum w uszach) lub uszkodzenie słuchu, które jest bolesną dolegliwością i może prowadzić do zaburzeń snu. Uszkodzenie słuchu może być trwałe. Uszkodzenie słuchu może również zostać spowodowane nagłym, bardzo głośnym dźwiękiem.

Wysoki poziom hałasu w miejscu pracy, który w przypadku salonów fryzjerskich wynika z hałaśliwego sprzętu (np. suszarek do włosów) i muzyki w tle, może również utrudniać słyszenie ostrzeżeń. Ponadto ludzie są mniej świadomi tego, co dzieje się dookoła nich, co może prowadzić do zagrożeń bezpieczeństwa i ryzyka urazów. Hałas utrudnia również komunikację, co zwiększa uczucie zmęczenia.

Zmniejszenie natężenia hałasu w tle, na przykład poprzez ściszenie muzyki, ułatwia mówienie i słyszenie, co mówią inni, oraz prowadzenie konwersacji.

Należy zadać sobie pytanie: „Czy występuje hałas jest problemem i czy mogę prowadzić normalną rozmowę z moimi współpracownikami znajdującymi się w odległości 2 metrów?”. Jeżeli nie jest możliwe zmniejszenie hałasu urządzeń, najlepiej zastąpić je urządzeniami cichszymi lub zastosować inny, cichszy proces oraz ograniczyć czas, jaki pracownicy spędzają w hałaśliwym miejscu.

---

<sup>22</sup> Aby zapoznać się z przepisami prawa, zob. dyrektywa 2003/10/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 6 lutego 2003 r. w sprawie minimalnych wymagań w zakresie ochrony zdrowia i bezpieczeństwa dotyczących narażenia pracowników na ryzyko spowodowane czynnikami fizycznymi (hałasem) (siedemnasta dyrektywa szczegółowa w rozumieniu art. 16 ust. 1 dyrektywy 89/391/EWG, z późniejszymi zmianami, Dz.U. L 42 z 15.2.2003, s. 38).

## Wykaz użytecznych linków

### Broszury opracowane przez partnerów społecznych

Verhamme, M., „A close shave”, Ergonomia dla fryzjerów rozpoczynających działalność – międzynarodowy projekt EFS, Coiffure, Gandawa, 2015: <https://www.febelhair.org/sites/default/files/ergonomie-2015-en-lr.pdf>

Verhamme, M., „A close shave”, Zapobieganie problemom skórnym dla fryzjerów rozpoczynających działalność – międzynarodowy projekt EFS, Coiffure, Gandawa, 2015: <https://www.febelhair.org/sites/default/files/huidpreventie-2015-en-lr.pdf>

Coiffure, „Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers” („Karty informacyjne – Zadbaj o siebie! Zapobieganie chorobom skóry i ergonomia dla fryzjerów”), Coiffure, Gandawa. [https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg\\_voor\\_jezelf-en-lr.pdf](https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf)

Verhamme, M., „A close shave”, Międzynarodowy projekt EFS – sprawozdanie końcowe – faza 1, Coiffure, Gandawa, 2014: [https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng\\_def-hr-zonder\\_afloop-printer.pdf](https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng_def-hr-zonder_afloop-printer.pdf)

SafeHair, „SafeHair 1 and 2” (projekt partnerski dotyczący ochrony skóry w pracy fryzjerskiej): <https://www.safehair.eu/safehair/homepage/>

ErgoHair, „Cut to the Chase! – Ergonomic tips for the employer” („Do sedna! Porady na temat ergonomii dla pracodawcy”), projekt UE ErgoHair VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EMPLOYERS-2019-ENG.pdf>

ErgoHair, „Cut to the Chase! – Ergonomic tips for the employer” („Do sedna! Porady na temat ergonomii dla pracodawcy”), projekt UE ErgoHair VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EMPLOYEES-2019-ENG.pdf>

ErgoHair, „Cut to the Chase! – Ergonomic tips for education and training” („Do sedna! Porady na temat ergonomii na potrzeby kształcenia i szkolenia”), projekt UE ErgoHair VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EDUCATION-2019-ENG.pdf>

### Badania przeprowadzone przez partnerów społecznych

ErgoHair, „Musculoskeletal Health of Hairdressers – Protection of occupational health and safety at workplace” („Zdrowie układu mięśniowo-szkieletowego u fryzjerów – bezpieczeństwo i higiena pracy”), 2019 (dokument zawierający informacje medyczne): <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-MEDICAL-REFERENCE-DOCUMENT-2019-ENG.pdf>

Sonsmann, F., Braumann, A., Wilke, A., Malte John, S. i Wulfhorst, B., „Occupational Skin Diseases in the Hairdressing Trade” („Zawodowe choroby skóry w branży fryzjerskiej”), Uniwersytet w Osnabrücku (dokument zawierający informacje medyczne): [https://www.safehair.eu/fileadmin/user\\_upload/documents/Documents/Grundlegendokument/Occupational\\_Skin\\_Diseases\\_in\\_hairdressing\\_EN.pdf](https://www.safehair.eu/fileadmin/user_upload/documents/Documents/Grundlegendokument/Occupational_Skin_Diseases_in_hairdressing_EN.pdf)

Skoufi, G. I., Nena, E., Kostikas, K., Lialios, G. A., Constantinidis, T. C., Daniil, Z. i Gourgoulianis, K., „Work-related respiratory symptoms and airway disease in hairdressers” („Objawy ze strony układu oddechowego i choroby dróg oddechowych

związane z pracą u fryzjerów”), International Journal of Occupational and Environmental Medicine, t. 4, 2013, s. 53–60.

Dulon, M., Peters, C., Wendeler, D. i Nienhaus, A., „Trends in occupational airway diseases in German hairdressers: Frequency and causes” („Tendencje w zakresie zawodowych chorób dróg oddechowych u niemieckich fryzjerów: częstotliwość i przyczyny”), American Journal of Industrial Medicine, t. 54, 2011, s. 486–493.

### Przykłady z państw członkowskich

ErgoHair, „Good Practice Examples” („Przykłady dobrych praktyk”): <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-GOOD-PRACTICE-EXAMPLES-2019-ENG.pdf>

„A close shave” („O mały włos”) (materiał wideo w języku niderlandzkim z napisami w języku angielskim): <https://www.youtube.com/watch?v=Fhi4cXg7gqM>

„Healthy Hairdresser” („Zdrowy fryzjer”): <https://healthyhairdresser.nl/>

### Publikacje EU-OSHA

OSHWiki:

[https://oshwiki.eu/wiki/Occupational\\_Safety\\_and\\_Health\\_Administration\\_\(OSHA\)](https://oshwiki.eu/wiki/Occupational_Safety_and_Health_Administration_(OSHA))

„Zagrożenia psychospołeczne i stres w pracy”: <https://osha.europa.eu/pl/themes/psychosocial-risks-and-stress>

„E-facts 34 – Risk assessment for hairdressers” (E-fakty 34 – Ocena ryzyka dla fryzjerów”): <https://osha.europa.eu/en/publications/e-fact-34-risk-assessment-hairdressers>

„Zdrowie układu mięśniowo-szkieletowego u fryzjerów”:  
<https://osha.europa.eu/pl/publications/musculoskeletal-health-hairdressers/view>

„Occupational Health and Safety in the Hairdressing Sector” („Bezpieczeństwo i higiena pracy w sektorze fryzjerskim”) (sprawozdanie na temat ryzyka dla zdrowia w sektorze fryzjerskim): <https://osha.europa.eu/en/publications/occupational-health-and-safety-hairdressing-sector/view>

### OiRA

„How to carry out a risk assessment” („Jak przeprowadzić ocenę ryzyka”): <https://oiraproject.eu/en/how-carry-out-risk-assessment>

„Narzędzia OiRA” (sektor fryzjerski): [https://oiraproject.eu/pl/oiratools?text=&field\\_sector\\_category%C2%A0%5B1192%C2%A0%5D=1192&sort=date](https://oiraproject.eu/pl/oiratools?text=&field_sector_category%C2%A0%5B1192%C2%A0%5D=1192&sort=date)

### Kwestie związane z COVID-19

„COVID-19: Powrót do miejsca zatrudnienia – dostosowywanie środowiska pracy i ochrona pracowników”:  
[https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19\\_%E2%80%94\\_Powr%C3%B3t\\_do\\_miejsca\\_zatrudnienia\\_%E2%80%94\\_dostosowywanie\\_%C5%9Brodowiska\\_pracy\\_i\\_ochrona\\_pracownik%C3%B3w](https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19_%E2%80%94_Powr%C3%B3t_do_miejsca_zatrudnienia_%E2%80%94_dostosowywanie_%C5%9Brodowiska_pracy_i_ochrona_pracownik%C3%B3w)

Narzędzi OiRA – przegląd dotyczący COVID-19: <https://oiraproject.eu/oiratools/eu/covid-19/covid-19-revision>

„COVID-19 – Protection of the Health of Hairdressers” („COVID-19 – Ochrona zdrowia fryzjerów”): <https://coiffure.eu/social-dialogue/official-documents/covid-19-protection->

health-hairdressers

## JAK SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z UE

### Osobiście

W całej Unii Europejskiej istnieją setki Punktów Informacji Europejskiej Europe Direct. Adres najbliższego ośrodka można znaleźć na stronie internetowej: [https://europa.eu/european-union/contact\\_pl](https://europa.eu/european-union/contact_pl)

### Telefonicznie lub pocztą elektroniczną

Europe Direct to serwis informacyjny, przeznaczony do udzielania odpowiedzi na pytania na temat Unii Europejskiej. Można się z nim skontaktować:

- pod bezpłatnym numerem telefonu: 00 800 67891011 (niektórzy operatorzy mogą naliczać opłaty za te połączenia);
- pod poniższym standardowym numerem: +32 22999696 lub
- pocztą elektroniczną: [https://europa.eu/european-union/contact\\_pl](https://europa.eu/european-union/contact_pl)

## WYSZUKIWANIE INFORMACJI O UE

### W internecie

Informacje o Unii Europejskiej we wszystkich językach urzędowych UE są dostępne w portalu Europa pod adresem: [https://europa.eu/european-union/index\\_pl](https://europa.eu/european-union/index_pl)

### Publikacje UE

Bezpłatne i płatne publikacje UE można pobrać lub zamówić na stronie: <https://op.europa.eu/pl/publications> Większą liczbę egzemplarzy bezpłatnych publikacji można otrzymać, kontaktując się z Europe Direct lub z lokalnym ośrodkiem informacyjnym (zob. [https://europa.eu/european-union/contact\\_pl](https://europa.eu/european-union/contact_pl)).

### Prawo UE i powiązane dokumenty

Informacje prawne dotyczące UE, w tym wszystkie unijne akty prawne od 1952 r. we wszystkich językach urzędowych UE, są dostępne w portalu EUR-Lex: <http://eur-lex.europa.eu>

### Portal Otwartych Danych UE

Portal Otwartych Danych UE (<http://data.europa.eu/euodp/en>) umożliwia dostęp do zbiorów danych UE. Dane można pobierać i wykorzystywać bezpłatnie, zarówno do celów komercyjnych, jak i niekomercyjnych.





