

# OBSAH

<b>1.</b>	<b>Úvod</b> .....	<b>7</b>
<b>2.</b>	<b>Zdravotně postižení a jejich integrace do pracovního procesu</b> .....	<b>8</b>
2.1	Politika zaměstnanosti osob se zdravotním postižením .....	8
2.2	Architektonické, dopravní a komunikační bariéry.....	9
2.2.1	Architektonické a dopravní bariéry.....	11
2.2.2	Komunikační bariéry .....	12
2.3	Povinnosti zaměstnavatele osob se zdravotním postižením.....	13
2.4	Problémy zaměstnávání osob se zdravotním postižením .....	16
2.4.1	Problémy na straně zaměstnavatelů .....	17
2.4.2	Praktické problémy na straně zaměstnanců.....	18
2.5	Klasifikace zdravotního postižení .....	19
<b>3.</b>	<b>Pracovní prostředí a pracovní podmínky</b> .....	<b>24</b>
3.1	Požadavky právních předpisů na zajištění BOZP na pracovištích .....	24
3.2	Práce a její náročnost.....	27
3.2.1	Energetická náročnost práce.....	27
3.2.2	Pracovní výkon a pracovní zátěž člověka.....	32
3.2.3	Pracovní poloha a pracovní pohyby .....	34
3.3	Nebezpečí spojená s pracovními činnostmi .....	37
3.3.1	Rizikové faktory pracovního prostředí .....	37
3.3.2	Analýza nebezpečí a hodnocení rizik .....	39
3.3.3	Kategorizace prací .....	41
3.3.4	Ochranné prostředky .....	44
3.4	Mikroklima pracoviště.....	44
3.4.1	Teplo a chlad.....	44
3.4.2	Ochranné nápoje a zásobování pitnou vodou .....	45
3.4.3	Proudění vzduchu .....	47
3.4.4	Vlhkost vzduchu.....	49
3.4.5	Fyzická zátěž při ruční manipulaci s břemeny.....	49

3.5	Fyzikální faktory .....	51
3.5.1	Hluk.....	51
3.5.2	Vibrace .....	53
3.6	Osvětlení a zraková zátěž.....	55
3.6.1	Osvětlovací soustavy .....	55
3.6.2	Opatření pro snížení zrakové zátěže.....	57
3.6.3	Barva světla a barevné řešení pracovišť.....	58
3.7	Psychická zátěž.....	59
<b>4.</b>	<b>Ergonomické řešení pracovního místa pro osoby se zdravotním postižením .....</b>	<b>62</b>
4.1	Obecné faktory charakterizující pracovní místo.....	62
4.1.1	Zorné podmínky .....	62
4.1.2	Pracovní poloha .....	63
4.1.3	Pracovní pohyby a dosahy.....	67
4.1.4	Rozmístění ovladačů, hmatníků a sdělovačů .....	68
4.1.5	Pracovní sedadlo.....	74
4.1.6	Pracovní nástroje .....	75
4.2	Zvláštní požadavky na pracovní místo pro zdravotně postižené.....	75
4.2.1	Řešení pracovního prostoru, jeho vybavení a charakter vykonávané práce.....	76
4.2.2	Pracovní a manipulační prostor.....	79
4.2.3	Pracovní rovina (pracovní stůl) .....	87
4.2.4	Podlahy, okna a dveře .....	89
4.2.5	Hygienická zařízení .....	91
4.3	Posouzení kvality pracovního prostředí na pracovištích zdravotně postižených .....	93
4.3.1	Posouzení aspektů charakterizujících pracoviště, pracovní místa a pracovní činnosti .....	93
4.3.2	Identifikace typu zátěže a rizik, jejich závažnost a hodnocení.....	101
4.3.3	Výběr adekvátního preventivního opatření.....	102
<b>5.</b>	<b>Ergonomické požadavky na práci vsedě .....</b>	<b>104</b>
5.1	Sed zdravotně postižených osob .....	104
5.1.1	Obecné zásady.....	105
5.1.2	Sedací plocha .....	105
5.1.3	Opěry.....	105
5.1.4	Sed u osob pohybujících se na vozíku.....	106
5.2	Zdravotní obtíže spojené s prací vsedě .....	108
5.2.1	Pracovní poloha vsedě.....	108
5.2.2	Potíže pohybové soustavy.....	110
5.2.3	Bolesti dolních končetin.....	111
5.2.4	Bolesti v dolní části zad .....	111
5.2.5	Bolesti v horní části zad .....	113
5.3	Ergonomické sedadlo .....	114
5.3.1	Definice pracovního sedadla.....	114
5.3.2	Sedadla dostupná na trhu .....	114
5.3.3	Základní ergonomické požadavky na pracovní sedadla .....	116

5.3.4	Charakteristiky ergonomického pracovního sedadla.....	118
5.3.5	Detailní požadavky vztahující se ke konstrukci pracovního sedadla.....	129
5.3.6	Ergonomické pracovní sedadlo pro hendikepované .....	136
6.	<b>Závěr</b> .....	140

## 1. ÚVOD

7.	<b>Použité zdroje a Literatura</b> .....	141
----	--	-----

8.	<b>Přílohy</b> .....	145
8.1	Pracovní pozice vhodné pro osoby s různým typem zdravotního postižení.....	145
8.1.1	Tělesné postižení.....	145
8.1.2	Duševní poruchy a poruchy chování.....	147
8.1.3	Zrakové postižení.....	151
8.1.4	Sluchové postižení .....	153
8.1.5	Vnitřní postižení a ostatní postižení.....	155
8.1.6	Postižení hlasu a řeči.....	158
8.2	Charakteristika pracovní náplně vybraných pracovních pozic .....	160
8.3	Postup při výběru vhodného pracovního místa a při jeho obsazování osobou se zdravotním postižením .....	176
8.4	Zdroje informací pro osoby se zdravotním postižením.....	179