

Chodíme, chodímeééé

Kdysi dávno, v hloubi pravěku, si jeden z prvních pralidů při lovu na mamuta ukopl palec. Šíleně ho to bolelo, to si každý z vlastní zkušenosti umí představit, a protože to byl koumák, vymyslel, že si nohy obalí kůží ze zvířat, která ulovil k obědu, a které mu jeho milovaná kvalitně zpracovala usilovným žvýkáním a pranástroji. Tím vynalezl první pracovní praobuv a stal se tak průkopníkem v oblasti OOPP. Žádné boty se z té doby pochopitelně nezachovaly, ale podle vědců se nošení obuvi projevuje na kostech chodidla, které reagují na mechanický tlak. Na kosterních nálezech z doby před 40 tisíci lety se první známky změn už našly, nejstarší dochovaná obuv je stará cca 10 tisíc let. První lidé také měli velké palce na nohou – to protože nosili těžké věci, lezli kvůli obživě na skály a na stromy a také proto, že určitě víc chodili pěšky než my. Palce na lidské noze se před desítkami tisíc let začaly nápadně rychle zmenšovat právě z důvodu nošení obuvi a změny držení těla při chůzi.

Obutí mění tvar lidské nohy i dnes. Člověk, který chodí často a rád bos nebo si kupuje dnes moderní „barefoot boty“, má širší chodidla a mezi palcem a ukazováčkem větší mezeru. Vysoké podpatky, úzká obuv, a obuv bez správně zhotovené stélky vede ke vzniku ploché nohy, vadnému postavení kolen, kyčlí a bederní páteře a také vyvolává, mimo vlastní bolesti a ztuhlosti nohou, i bolesti v zádech. Na ploškách nohou se záporně projevuje i špatné držení těla, nadváha a jednostranné zatěžování ramene např. pracovními brašnami. Tím dochází k zásadním a nevratným změnám na kloubě chodidel a problémy jsou na světě. Abychom si po světě vesele a bezbolestně chodili, potřebujeme dlouhodobě nosit „vhodnou“ obuv. Je tím myšlena bota s volnou prostornou špicí, jejíž materiál musí „dýchat“, musí být lehký, poddajný a v případě pracovní obuvi také musí vyhovovat požadavkům norem v závislosti na požadavku zaměstnavatele, který vám osobní ochranné pracovní prostředky (OOPP) přiděluje na ochranu před konkrétními (neodstranitelnými) riziky prostředí, ve kterém se v práci pohybujete.

Vlastní přidělování (OOPP) pak vychází z požadavku zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce, ve znění pozdějších předpisů, § 104 a NV č. 390/2021 Sb. Přidělené OOPP nesmí ohrožovat vaše zdraví a nesmí bránit při výkonu práce. OOPP (pracovní oděv a obuv) se vydává i pro práci „*v prostředí, v němž oděv nebo obuv podléhá při práci mimořádnému opotřebení nebo znečištění nebo plní ochrannou funkci*“. S používáním OOPP musíte být seznámeni, to znamená, že musíte znát důvod (riziko), pro který se vydávají, musíte být seznámeni s návodem pro jejich použití a se způsobem jejich údržby. OOPP musí být dle zákona vydávány bezplatně (podle vlastního seznamu zpracovaného na základě vyhodnocení rizik a konkrétních podmínek práce) a jsou v majetku zaměstnavatele, který také musí ze zákona kontrolovat jejich používání. Poskytování osobních ochranných pracovních prostředků nesmí být nahrazeno finančním plněním. Vaší povinností je pak přidělenou obuv (OOPP) požívat a udržovat ji v souladu s návodem; zaměstnavatel poskytuje pouze příspěvek na drobnou údržbu OOPP, tj. na praní a čištění, a při ztrátě funkčních vlastností OOPP mění.

Pokud si dáte tu práci zjistit o současné „fasované“ obuvi pár technických podrobností, možná budete překvapeni. Obávaná ocelová špice není už dávno ocelová a v obuvi jsou použity hliníkové nebo plastové tužinky vážící cca 50 - 80gr. Tyto výztuže poskytují mnohem větší ochranu prstů na nohou proti dopadu těžkých předmětů a stlačení než dřív, a to před pádem min. 200 kg z výšky 1 m. Pata absorbuje energii z nárazů a tím účinně chrání nohy a jejich klouby před únavou a poškozováním. Podrážka je protiskluzová, odolná proti vodě, ropným produktům, kontaktnímu teplu, propíchnutí a má protiskluzovou úpravu. Svršek obuvi je kožený, voděodolný, odolává dobře klimatickým podmínkám a zároveň je prodyšný. Dodavatel pracovní obuvi zaručuje i výrobu jednotlivých kusů u obuvi s atypickým rozměrem. V tomto případě je nutná dohoda s vedoucím zaměstnancem a se zaměstnancem MTZ.

Aby bezpečnostní (vlastně kterákoliv) obuv dobře chránila, vydržela a „neopouštěla vás“ předčasně, musíte pro ni také něco udělat i vy:

Čištění – hlína, prach a nečistoty botě neprospívají, použijte vlhký hadřík a měkký kartáček

Sušení – při pokojové teplotě, minimálně 1 metr od tepelného zdroje – NIKDY na radiátoru nebo u kamen

Mazání – je nutno zabránit přeschnutí kůže namazáním olejem, popř. vhodným krémem apod.

Impregnace celé obuvi (včetně švů a jazyka) – prodlouží její životnost, zabrání vstupu vlhkosti a odpuzuje nečistoty

Dana Žáková, oddělení BOZP