

## Επιπτώσεις στην υγεία από τον αμίαντο

Εάν η εργασία σας συνεπάγεται πιθανώς έκθεση στον αμίαντο, θα πρέπει:

- να γνωρίζετε τους κινδύνους της έκθεσης στον αμίαντο·
- να κατανοείτε πόσο σπουδαίο είναι να διατηρείτε την έκθεση σε όσο το δυνατόν χαμηλότερο επίπεδο·
- εάν καπνίζετε, σκεφτείτε μήπως θα πρέπει να σταματήσετε το κάπνισμα· και
- εφαρμόστε την καλύτερη πρακτική, όπως αναφέρεται στον παρόντα οδηγό, για την εργασία με τον αμίαντο.

## Αμιαντούχα υλικά

Εάν κατά την εργασία σας υπάρχει η πιθανότητα να διαταράξετε οποιοδήποτε από τα παραπάνω υλικά, θα πρέπει:

- να έχετε ενημερωθεί σχετικά με το εάν περιέχουν ή δεν περιέχουν αμίαντο πριν ξεκινήσετε την εργασία σας·
- να ξέρετε να αναγνωρίζετε τα προϊόντα που μπορεί να περιέχουν αμίαντο·
- να γνωρίζετε τι να κάνετε εάν συναντήσετε αμιαντούχα υλικά (βλέπε κεφάλαια 5 έως 10).

## Εκτίμηση κινδύνου και σχέδιο εργασίας πριν από την ανάληψη των εργασιών

Εάν πρόκειται να εκτελέσετε εργασίες κατά τις οποίες ενδέχεται να διαταράξετε αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να ζητηθεί η γνώμη σας για την κατάρτιση της εκτίμησης κινδύνου και του σχεδίου εργασιών·
- να κάνετε τις δικές σας προτάσεις για πρακτικά ζητήματα που αφορούν το σχέδιο εργασίας και την εκτίμηση κινδύνου·
- να έχετε στη διάθεσή σας ένα αντίγραφο της εκτίμησης κινδύνου και του σχεδίου εργασίας·
- να βεβαιωθείτε ότι καταλαβαίνετε το γραπτό σχέδιο.

## Διαδικασία λήψης αποφάσεων

Εάν κατά την εργασία σας υπάρχει η πιθανότητα να διαταράξετε αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να ζητηθεί η γνώμη σας για την εκτίμηση κινδύνου στην οποία στηρίζεται η προαναφερόμενη διαδικασία λήψης αποφάσεων.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Εάν η εργασία σας συνεπάγεται κίνδυνο έκθεσης στον αμιάντο, θα πρέπει:

- να εκπαιδευτείτε καταλλήλως πριν την ανάληψη των εργασιών·
- να αξιολογούνται τακτικά οι ανάγκες σας για επανεκπαίδευση (τουλάχιστον μία φορά το χρόνο) και όταν υπάρχουν σημαντικές αλλαγές στη φύση της εργασίας·
- να ενημερώνετε τον εργοδότη σας εάν υπάρχει κάποια γλωσσική δυσκολία που μπορεί να εμποδίσει την κατανόηση της εκπαίδευσης (π.χ. ο εργοδότης σας γνωρίζει ποια είναι η κύρια γλώσσα σας;).

## ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Εάν πρόκειται να χρησιμοποιήσετε κάποιο από τα μέσα ή τον εξοπλισμό που προαναφέρονται σε εργασίες με αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να έχετε εκπαιδευθεί στη σωστή χρήση του εξοπλισμού·
- να χρησιμοποιείτε πάντοτε σωστά τον εξοπλισμό (σύμφωνα με την εκπαίδευσή σας και με τις οδηγίες του κατασκευαστή)·
- να έχει ζητηθεί η γνώμη σας για την επιλογή των ΜΑΠ αναπνοής·
- να έχει δοκιμαστεί στο πρόσωπό σας η εφαρμογή του ΜΑΠ αναπνοής που προορίζεται για σας και να έχετε εκπαιδευθεί για τη σωστή χρήση του·
- να φοράτε πάντοτε σωστά το ΜΑΠ αναπνοής και ποτέ να μην το αφαιρείτε σε περιοχή πιθανώς ρυπασμένη με αμιάντο.

## Γενικές αρχές ελαχιστοποίησης της έκθεσης

Εάν κατά την εργασία σας υπάρχει η πιθανότητα να διαταράξετε αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να γνωρίζετε και να κατανοείτε τις προφυλάξεις που πρέπει να λάβετε καθώς και τις συνέπειες που θα υποστείτε εάν δεν τις λάβετε·
- να γνωρίζετε το επίπεδο της εργασίας που μπορείτε να αναλάβετε με βάση το επίπεδο της εκπαίδευσής σας και τον εξοπλισμό σας·
- να συμμορφώνεστε με το απαιτούμενο σύστημα ελέγχου για την πρόληψη της έκθεσης·
- να μη διστάσετε να ζητήσετε τη βοήθεια και άλλων ειδικών εάν η εργασία με τα αμιαντούχα υλικά είναι περισσότερη από εκείνη που υπολογίσατε να καλύψετε στο δικό σας σχέδιο εργασίας, με το δικό σας εξοπλισμό ή τη δική σας κατάρτιση.

## Εργασία που μπορεί να συνεπάγεται έκθεση στον αμίαντο

Εάν αναλάβετε εργασία (σε κτίριο ή σε τεχνικές εγκαταστάσεις ή σε όχημα) κατά την οποία υπάρχει η πιθανότητα να συναντήσετε αμίαντο ή να καταστρέψετε αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να γνωρίζετε τι να κάνετε είτε στην περίπτωση που συναντήσετε απροσδόκητα ύποπτα αμιαντούχα υλικά είτε στην περίπτωση που καταστρέψετε τυχαία αμιαντούχα υλικά κατά την εργασία σας·
- εάν συναντήσετε αμίαντο απροσδόκητα:
  - θα πρέπει να διακόψετε αμέσως την εργασία σας και να το αναφέρετε στον υπεύθυνο·
  - φροντίστε (ή ζητήστε από τον υπεύθυνο να φροντίσει) να ληφθεί δείγμα του ύποπτου υλικού για ανάλυση ή ενεργήστε σαν να πρόκειται για αμιαντούχο υλικό.

Εάν καταστρέψετε τυχαία αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει:

- να διακόψετε αμέσως την εργασία σας·
- να μην αφήσετε κανέναν να εισέλθει στο χώρο·
- να εξετάσετε εάν υπάρχουν σκόνη ή θραύσματα στα ενδύματά σας και, εάν υπάρχουν, να βγάλετε τα ρυπασμένα ενδύματα και να τα τοποθετήσετε σε πλαστικό σάκο· να κάνετε ντους (εάν μπορείτε) ή να πλυθείτε σχολαστικά και να ξεπλύνετε τη σκόνη που ίσως έχει μείνει στις εγκαταστάσεις λουτρού.

## Εργασία χαμηλού κινδύνου με αμίαντο

Εάν πρόκειται να αναλάβετε εργασίες χαμηλού κινδύνου (όπως ορίζονται παραπάνω) με αμιαντούχα υλικά, θα πρέπει να ελέγξετε κατά πόσον οι προετοιμασίες που αναφέρονται παραπάνω και αναφέρονται σε προηγούμενα κεφάλαια έχουν ολοκληρωθεί (π.χ. θα πρέπει να έχετε γραπτές οδηγίες που προσδιορίζουν και οριοθετούν την έκταση των εργασιών και αναφέρουν τις προφυλάξεις που πρέπει να ληφθούν (κεφάλαιο 5), τη σχετική εκπαίδευση (κεφάλαιο 7) και τον απαραίτητο εξοπλισμό (κεφάλαιο 8). Στη συνέχεια θα πρέπει:

- να αποκλείσετε την περιοχή των εργασιών και να διαφυλάξετε την ασφάλεια των άλλων·
- να σχεδιάσετε την εργασία σας έτσι ώστε να ελαχιστοποιήσετε ή να αποφύγετε κάθε διατάραξη αμιαντούχων υλικών·
- να καλύψετε τις επιφάνειες με πολυαιθυλένιο πάχους 125 μm [των 500] ή πάχους 250 μm (το οποίο πρέπει να απορρίπτεται ως δυνητικά ρυπασμένο από αμίαντο μετά την ολοκλήρωση των εργασιών)·
- να εκτελέσετε τις εργασίες με τον ελάχιστο δυνατό αριθμό παρόντων εργατών·
- να χρησιμοποιήσετε μεθόδους που ελαχιστοποιούν την αποδέσμευση αιωρούμενων ινών αμιάντου (π.χ. τοπική απαγωγή της σκόνης με ηλεκτρική σκούπα, ύγρανση με ψεκασμό)·
- να χρησιμοποιήσετε κατάλληλα μέσα προστασίας της αναπνοής με συντελεστή προστασίας από τον αμίαντο (π.χ. EN 149 FFP3)·
- να αποφύγετε τη θραύση αμιαντούχων υλικών·
- να αποφύγετε να εργαστείτε έχοντας αμιαντούχα υλικά ακριβώς πάνω από το κεφάλι σας·
- να χρησιμοποιήσετε ηλεκτρική σκούπα για εργασίες με αμίαντο (τύπου H) και αποκλειστικά μεθόδους καθαρισμού που προβλέπουν καταστολή της σκόνης, όπως υγρά πανιά, κολλώδη ξεσκονόπανα (στα οποία προσκολλάται η σκόνη) - **MH** σκουπίζετε με σκούπα και **MH** χρησιμοποιείτε πεπιεσμένο αέρα για καθαρισμό·
- Εάν η εργασία σας έχει να κάνει με αμιαντούχα υλικά που βρίσκονται από πάνω σας, π.χ. αφαίρεση μιας μόνο αμιαντόπλακας από ψευδοροφή, κατασκευάστε ένα απλό περίβλημα 1m<sup>2</sup> περίπου (που να περικλείει δηλαδή την περιοχή γύρω από την αμιαντόπλακα) για να αποφύγετε τυχόν διασπορά αιωρούμενης σκόνης. Το περίβλημα μπορεί να είναι ένα απλό ξύλινο πλαίσιο με σκληρό πολυαιθυλένιο [π.χ. πάχους 125 μm (των 500)]. Να ελέγξετε την ακεραιότητα του περιβλήματος με τη χρήση σωλήνα καπνού γύρω από το πολυαιθυλένιο και κυρίως στα σημεία συναρμογής. Ένας συνάδελφός σας θα πρέπει να ελέγχει για τυχόν σημεία διαφυγής καπνού με ένα δυνατό φως ή φακό.
- Να αφαιρέσετε τις βίδες ή τα καρφιά προσεκτικά, καταστέλλοντας την ελευθέρωση σκόνης, με έναν από τους ακόλουθους τρόπους:
  - επικαλύπτοντας τη βίδα ή το καρφί με παχύρρευστη κόλλα (κόλλα για ταπετσαρίες) πριν την αφαίρεση· ή
  - χρησιμοποιώντας εξάρτημα τοπικής απαγωγής ακριβώς πάνω από τη βίδα, το οποίο συνδέεται με ηλεκτρική σκούπα για εργασίες αμιάντου (ηλεκτρική σκούπα τύπου H)·
  - στη συνέχεια, να μεταχειριστείτε τις βίδες ή τα καρφιά ως υλικά ρυπασμένα από

### σκόνη αμιάντου.

- Να αφαιρέσετε αμιαντούχα πλακάκια ή πλάκες ολόκληρα και να αποφύγετε κάθε θραύση ή καταστροφή τους.
- Να τοποθετήσετε τα αμιαντούχα υλικά απευθείας και προσεκτικά σε πλαστικούς σάκους με ετικέτα (δηλαδή, να μην αφήσετε να σωρευθούν εκτεθειμένα απόβλητα).
- Να μη γεμίζετε τους σάκους απορριμμάτων τελείως, έτσι ώστε να μπορούν να κλείσουν εύκολα και σωστά.
- Όταν κλείνετε τους σάκους αποφύγετε την έξοδο αέρα από το σάκο, επειδή μπορεί να μεταφέρει σκόνη και αμιάντο· κλείστε προσεκτικά το σάκο με την ετικέτα και τοποθετήστε τον σε δεύτερο διαφανή και ανθεκτικότερο πλαστικό σάκο.
- Όσον αφορά μεγαλύτερα αντικείμενα, που δεν χωρούν σε σάκους (π.χ. ολόκληρη μονωτική αμιαντόπλακα), διατηρήστε τα αέραια και περιτυλίξτε τα ολόκληρα σε δύο στρώματα πολυαιθυλενίου τοποθετώντας σε εμφανή θέση τη σχετική ετικέτα (π.χ. κολλώντας την στο εσωτερικό του εξωτερικού φύλλου διαφανούς πλαστικού).
- Να ελαχιστοποιήσετε κάθε κίνδυνο διασποράς της ρύπανσης, ακολουθώντας σταθερά μια προκαθορισμένη διαδρομή και διαδικασία με προσοχή ώστε να αποφύγετε κάθε τυχαία καταστροφή των σάκων κατά τη μεταφορά από το χώρο εργασίας σε ασφαλή εγκατάσταση αποθήκευσης αποβλήτων.
- Να τοποθετήσετε τα ενσაკισμένα ή τα περιτυλιγμένα αμιαντούχα απόβλητα σε ασφαλή αποθηκευτικό χώρο (π.χ. σε συλλεκτήρα που κλειδώνει) πριν την αποκομιδή τους από το εργοτάξιο.
- Να πλένετε σχολαστικά κάθε φορά που εγκαταλείπετε το χώρο εργασίας.

Μόλις ολοκληρώσετε την εργασία σας, να φροντίσετε να επαναφέρετε την περιοχή εργασίας σε καθαρή κατάσταση (χρησιμοποιώντας ηλεκτρική σκούπα τύπου Η ή/και υγρά πανιά ή υγρό χαρτί για τον καθαρισμό). Να απορρίψετε τα πανιά και το χαρτί που χρησιμοποιήσατε ως ρυπασμένα από αμιάντο.

Τέλος, να ακολουθήσετε τις διαδικασίες υγιεινής κατά την αφαίρεση των μέσων ατομικής προστασίας και του μέσου προστασίας της αναπνοής, ώστε να εξασφαλίσετε ότι δεν εκτίθετε ο ίδιος ούτε εκθέτετε κάποιο άλλο άτομο που ενδεχομένως φορέσει τη φόρμα σας στον αμιάντο. Να χρησιμοποιείτε φόρμες μίας χρήσης που διατίθενται ως ρυπασμένα από αμιάντο απορρίμματα μετά τη χρήση ή να χρησιμοποιείτε φόρμες που να μπορούν να πλυθούν κάτω από το ντους πριν αφαιρεθούν. Για την αφαίρεση τυχόν σκόνης από τη φόρμα σας πρέπει να χρησιμοποιείται ηλεκτρική σκούπα τύπου Η· οι συνάδελφοι μπορούν να καθαρίζουν ο ένας τις φόρμες του άλλου, ώστε να καθαρίζεται και η πλάτη της φόρμας. Το μέσο προστασίας της αναπνοής αφαιρείται τελευταίο.

- πλύντε τις μπότες σας·
- αφαιρέστε τις φόρμες σας, γυρίζοντας ανάποδα τις φόρμες μίας χρήσης για να παγιδεύσετε τυχόν σκόνη που έχει απομείνει·
- σκουπίστε (με υγρό πανί) το εξωτερικό μέρος του αναπνευστήρα σας·
- ξεπλύντε με νερό και πλύντε (κάτω από το ντους, εάν υπάρχει) το μέσο ατομικής προστασίας της αναπνοής, και μόνο τότε αφαιρέστε το·
- **ΜΗΝ** παίρνετε τα ενδύματα εργασίας στο σπίτι σας - τα οποία θα πρέπει να είναι είτε φόρμες μίας χρήσης είτε φόρμες που πλένονται σε ειδικό πλυντήριο ως ρυπασμένος ιματισμός από αμιάντο.

## Παραδείγματα εργασίας χαμηλού κινδύνου

Εάν πρόκειται να αναλάβετε την εργασία αυτή,

- να περιορίσετε την πρόσβαση για τρίτους (π.χ. με προειδοποιητικές ταινίες και πινακίδες)·
- να διατηρείτε υγρά τα θραύσματα, αλλά να αποφύγετε την υπερβολική χρήση νερού που μπορεί να δυσχεράνει τον έλεγχο της εξάπλωσης της ρύπανσης·
- να τοποθετήσετε τα μπάζα σε κατάλληλο περιέκτη αποβλήτων (π.χ. σάκο πολυαιθυλενίου με ετικέτα).
- να είστε πολύ προσεκτικοί όταν πνέουν ισχυροί άνεμοι οι οποίοι μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο εξάπλωσης της ρύπανσης και να θέσουν σε κίνδυνο τα άτομα που βρίσκονται στη στέγη·
- να καθαρίσετε προσεκτικά το χώρο μετά την εργασία σας.

Όσον αφορά την εργασία συνολικά, να τηρήσετε το γραπτό σχέδιο εργασίας του εργοδότη. Εφαρμόστε ασφαλείς διαδικασίες για την εργασία σε μεγάλο ύψος.

## Εργασίες με αμιάντο που υπόκεινται σε γνωστοποίηση

### Προετοιμασία

Εάν η απασχόλησή σας προβλέπει την ανάληψη υποκείμενων σε γνωστοποίηση εργασιών (όπως ορίζονται στο τμήμα 12.1.1) με αμιαντούχα υλικά, τότε οι προετοιμασίες που αναφέρονται στα προηγούμενα κεφάλαια πρέπει να έχουν ολοκληρωθεί. Βεβαιωθείτε ότι σας έχουν παρασχεθεί τα εξής:

- η σχετική κατάρτιση (και είστε κάτοχος έγκυρων πιστοποιητικών κατάρτισης)·
- δοκιμή εφαρμογής στο πρόσωπο για τον αναπνευστικό εξοπλισμό προστασίας που θα χρησιμοποιείτε, και
- ιατρική εξέταση για αμιάντο μέσα στα προηγούμενα δύο έτη.

Εάν ασχολείστε με την αφαίρεση αμιάντου, πρέπει να χρησιμοποιείτε μέσα ατομικής προστασίας και αναπνευστικό εξοπλισμό προστασίας με τον τρόπο για τον οποίο σχεδιάστηκαν και σύμφωνα με τη σχετική εκπαίδευση που έχετε λάβει. Ελέγξτε εάν τα ατομικά μέσα προστασίας και ο αναπνευστικός εξοπλισμός προστασίας που σας έχουν δοθεί είναι κατάλληλα (για τη συγκεκριμένη εργασία) και λειτουργούν σωστά (κάθε φορά που τα χρησιμοποιείτε). Συνεργαστείτε με τον εργοδότη σας για την τήρηση τακτικών καταστάσεων όσον αφορά τους ελέγχους αυτού του είδους.

### Αφαίρεση αμιάντου

Εάν εκτελείτε εργασία αφαίρεσης αμιάντου:

- καθορίστε τη σειρά εκτέλεσης των εργασιών που ελαχιστοποιεί την πιθανότητα να ρυπανθούν ξανά οι καθαρισμένες επιφάνειες, π.χ. πρώτα οροφές/δοκάρια, μετά τοίχοι, και στο τέλος το δάπεδο.
- βεβαιωθείτε ότι δεν βρέχονται τα φίλτρα, διότι εάν βραχούν μειώνεται η αποδοτικότητά τους.
- είναι απαραίτητη η τακτοποίηση του χώρου. Να καθαρίζετε τα απορρίμματα αμέσως μόλις δημιουργούνται. Τα ξύλινα υποστηρίγματα των οροφών από αμιάντο πιθανόν να έχουν καρφιά. Φροντίστε να μην εξέχουν γιατί μπορεί κάποιος να τα πατήσει.
- αφαιρέστε τα αμιαντούχα υλικά προκαλώντας τους την ελάχιστη δυνατή θραύση. Για παράδειγμα, εάν μια μονωτική αμιαντόπλακα έχει 4 καρφιά, πρέπει να μείνει άθικτη κατά την αφαίρεση εκτός από τη ζημιά που θα γίνει μόνον στις καρφωμένες γωνίες. Τα καρφιά πρέπει να αφαιρούνται ένα-ένα (με καταστολή της σκόνης όπως αναφέρεται στο κεφάλαιο 11).
- να ΜΗΝ χρησιμοποιείτε άλλες μεθόδους εκτός από αυτές που περιγράφονται στο σχέδιο εργασίας, και
- να ΜΗΝ χρησιμοποιείτε ηλεκτρικά εργαλεία πάνω σε αμιαντούχα υλικά (εκτός από συγκεκριμένες και περιορισμένες εφαρμογές, εφόσον οι εφαρμογές αυτές έχουν περιληφθεί στην εκτίμηση κινδύνου και στο σχέδιο εργασίας).

#### Ατομική απορρύπανση

Εάν αναλαμβάνετε εργασία αφαίρεσης αμιάντου, οφείλετε:

- να έχετε εκπαιδευθεί στη χρήση της μονάδας απορρύπανσης;
- να ξέρετε πώς να αποφύγετε τη μεταφορά τυχόν ρύπανσης από το περίβλημα στην τελευταία καθαρή περιοχή της μονάδας απορρύπανσης, και να ξέρετε πώς να ακολουθήσετε σωστά τις διαδικασίες απορρύπανσης ώστε να αποφύγετε εσείς ο ίδιος τυχόν έκθεση στον αμιάντο κατά το στάδιο της ατομικής απορρύπανσης;
- να ενημερώσετε αμέσως τον επιβλέποντα σε περίπτωση δυσλειτουργίας της μονάδας (π.χ. έλλειψη πίεσης στο ντους, έλλειψη ζεστού νερού, βλάβη στον εξαερισμό).

## Κατεδάφιση

Εάν εργάζεστε σε εργοτάξιο κατεδάφισης όπου υπάρχουν αμιαντούχα υλικά, οφείλετε:

- να γνωρίζετε τους κινδύνους από την έκθεση στον αμίαντο·
- να ξέρετε πώς να αναγνωρίσετε τα υλικά που μπορεί να περιέχουν αμίαντο·
- να κατανοείτε τις διαδικασίες που αποτρέπουν το ενδεχόμενο να διατρέξετε κίνδυνο από τις εργασίες κατεδάφισης, και
- να εφαρμόζετε την καλύτερη πρακτική, όπως συνιστάται στον παρόντα οδηγό, για την εργασία με αμίαντο.

## Ο εργαζόμενος και το περιβάλλον εργασίας

Εάν η εργασία σας συνεπάγεται πιθανή έκθεση στον αμίαντο και δύσκολες εργασιακές συνθήκες από την άποψη της σωματικής καταπόνησης (λόγω της θερμοκρασίας ή του επίπνου χαρακτήρα της εργασίας), οφείλετε:

- να γνωρίζετε τη σημασία της διαρκούς προστασίας από την έκθεση στον αμίαντο·
- να είστε σε επαγρύπνηση για να αντιληφθείτε τις επιπτώσεις των θερμών συνθηκών και να χρησιμοποιείτε τον παρεχόμενο εξοπλισμό για να προστατεύεστε από τις συνθήκες αυτές (προστατευτική μόνωση, προστατευτικός ιματισμός, πρόσθετος εξαερισμός, τακτικά διαλείμματα, λήψη νερού στα διαλείμματα και πριν από την εργασία)·
- να χρησιμοποιείτε τα παρεχόμενα προστατευτικά μέσα για να προστατεύεστε από τις ψυχρές συνθήκες (συσκευές θέρμανσης – εφόσον προσφέρεται η χρήση τους, ιματισμός θερμικής προστασίας, διαλείμματα εάν χρειάζεται κ.λπ.)·
- να εφαρμόζετε πάντοτε την καλύτερη πρακτική, όπως παρουσιάζεται στον παρόντα οδηγό, για να προστατεύεστε από τους κινδύνους της έκθεσης στον αμίαντο.

## Διάθεση αποβλήτων

Εάν η εργασία σας συνεπάγεται επαφή με απόβλητα που περιέχουν αμίαντο, οφείλετε:

- από την εκπαίδευση που λάβατε, να γνωρίζετε τους κινδύνους από την έκθεση στον αμίαντο·
- να κατανοείτε ότι έχει μεγάλη σημασία να παραμένει η έκθεση στο χαμηλότερο δυνατό επίπεδο·
- να τηρείτε σχολαστικά τις γραπτές οδηγίες που ελαχιστοποιούν τον κίνδυνο έκθεσης στον αμίαντο, και
- να εφαρμόζετε την καλύτερη πρακτική, όπως συνιστάται στον παρόντα οδηγό, για την εργασία με αμίαντο.

## Άλλα άτομα που αφορά ο οδηγός

Εάν αναλαμβάνετε εργασία που συνεπάγεται επαφή με αμιάντο, οφείλετε:

- να κατανοήσετε τον ρόλο σας στην πρόληψη και ελαχιστοποίηση της έκθεσης για εσάς τον ίδιο ή/και για άλλα άτομα·
- να εφαρμόσετε την καλύτερη πρακτική, όπως περιγράφεται στον παρόντα οδηγό εάν η δική σας εργασία συνεπάγεται οποιαδήποτε επαφή με αμιαντούχα υλικά.

## Παρακολούθηση και μέτρηση

Εάν αναλαμβάνετε εργασία για την αφαίρεση αμιάντου, οφείλετε:

- να συνεργαστείτε με τον εργοδότη σας και τον επιλεγμένο οργανισμό παρακολούθησης, φέροντας επάνω σας μια συσκευή ατομικής παρακολούθησης και φροντίζοντας ώστε η συσκευή να μην εμποδίζεται και εσείς να εφαρμόζετε μόνον κανονικές πρακτικές εργασίας καθ' όλη τη διάρκεια της περιόδου δειγματοληψίας·
- να παρέχετε ακριβείς πληροφορίες για την εργασία και τις μεθόδους σας κατά τη διάρκεια της ατομικής δειγματοληψίας·
- να βοηθήσετε τον οργανισμό παρακολούθησης στον προσδιορισμό των αναμενόμενων «αδύνατων σημείων» του περιβλήματος για τους σκοπούς του ελέγχου διαφυγών·
- να βοηθήσετε τον οργανισμό παρακολούθησης να πραγματοποιήσει με επιτυχία μια σχολαστική οπτική εξέταση του περιβλήματος κατά τη διάρκεια του ελέγχου καθαρισμού, π.χ. βοηθώντας στη χρήση του εξοπλισμού πρόσβασης κ.λπ.·
- να μην μετακινήσετε, ρυθμίσετε ή αλλοιώσετε με άλλο τρόπο κανένα στοιχείο του εξοπλισμού παρακολούθησης του αέρα·
- ενεργώντας βάσει οδηγιών του εργοδότη/προϊσταμένου σας, να λάβετε άμεσα διορθωτικά μέτρα σε περίπτωση που ο οργανισμός παρακολούθησης ανιχνεύσει αυξημένες συγκεντρώσεις ινών μέσα ή γύρω από την περιοχή εργασίας.

## Ιατρική επίβλεψη

Εάν η εργασία σας μπορεί να συνεπάγεται τακτική έκθεση στον αμίαντο, οφείλετε:

- να αναμένετε ιατρική επίβλεψη και, εάν δεν έχει προβλεφθεί, να τη ζητήσετε από τον εργοδότη σας·
- να αντιληφθείτε ότι οι ιατρικές εξετάσεις είναι σημαντικές για να διαπιστωθεί εάν είστε αρκετά υγιής για να εργαστείτε με ασφάλεια στις συνθήκες που συχνά σχετίζονται με την εργασία που συνεπάγεται έκθεση στον αμίαντο, π.χ. χρήση αναπνευστικού εξοπλισμού προστασίας σε θερμές συνθήκες·
- να ρωτήσετε τον γιατρό εάν χρειάζεστε διευκρινίσεις σχετικά με τους κινδύνους που συνεπάγεται για την υγεία η έκθεση στον αμίαντο·
- να αντιληφθείτε ότι μια ακτινογραφία χωρίς ευρήματα δεν σημαίνει απαραίτητως ότι οι εργασιακές πρακτικές είναι ασφαλείς, δεδομένου ότι η επίδραση του αμιάντου χρειάζεται περισσότερο από 10 ή 15 έτη για να προκαλέσει κάποια ένδειξη που μπορεί να ανιχνευθεί με την ακτινογραφία·
- να λάβετε υπόψη σας ότι ο γιατρός σας δίνει τις καλύτερες συμβουλές προς όφελος της υγείας σας.

Υπάρχει περίπτωση να σας ζητηθεί να επιτρέψετε τη συλλογή μη ιατρικών δεδομένων για επιδημιολογικές μελέτες. Σας συνιστούμε να επιτρέψετε τη συλλογή τέτοιων δεδομένων επειδή με αυτό τον τρόπο μπορεί να ελεγχθεί η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων προστασίας της υγείας.