



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ
ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΗΣ
ΕΡΓΑΣΙΑΣ



Υγεία και Ασφάλεια στον κλάδο των κομμωτηρίων

Πληροφορίες για την πρόληψη
των επαγγελματικών κινδύνων



ΑΘΗΝΑ 2008



Οι επαγγελματικοί κίνδυνοι που πηγάζουν από τις δραστηριότητες του κλάδου, μπορούν να ταξινομηθούν σε τρεις μεγάλες ομάδες: η 1η περιλαμβάνει τους Κινδύνους για την Ασφάλεια, η 2η τους Κινδύνους για την Υγεία και η 3η τους Εργονομικούς Κινδύνους για την Υγεία και την Ασφάλεια.

Οι Κίνδυνοι για την Ασφάλεια (κίνδυνοι ατυχήματος), κυρίως ευθύνονται για την πιθανότητα να προκληθεί ατύχημα με ή χωρίς σοβαρό τραυματισμό (σωματική βλάβη), ως συνέπεια της έκθεσης σε μια επικίνδυνη κατάσταση. Οι συνηθισμένοι κίνδυνοι για την ασφάλεια στα κομμωτήρια είναι από απουσία ή ανεπάρκεια εξόδων κινδύνου, κίνδυνος πτώσης από ολισθηρά δάπεδα, κίνδυνος ηλεκτροπληξίας (περιβάλλον όπου υπάρχει ηλεκτρισμός και υγρασία), κίνδυνος πυρκαγιάς ή έκρηξης από εύφλεκτα υλικά ή φιαλίδια υπό πίεση, κίνδυνος μικροτραυματισμών από εργαλεία όπως ψαλίδια ή ξυριστικές μηχανές, κίνδυνος εγκαύματος από σίδερα ή καυτό νερό κ.α.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

- ☞ Όλα τα εργαλεία πρέπει να έχουν CE, σήμα που πιστοποιεί ότι πληρούν τις προδιαγραφές υγείας και ασφάλειας που ορίζει η νομοθεσία.
- ☞ Ο χώρος εργασίας πρέπει να διατηρείται **καθαρός**. Το δάπεδο να είναι **στεγνό**.
- ☞ Να γίνεται **σωστή συντήρηση** του εξοπλισμού εργασίας. Άμεση αντικατάσταση φθαρμένου ή σπασμένου εξοπλισμού (π.χ. σεσουάρ).
- ☞ Πρέπει να υπάρχουν τα κατάλληλα **πυροσβεστικά μέσα**.
- ☞ Οι εργαζόμενοι πρέπει να είναι **εκπαιδευμένοι** για τη σωστή χρήση του εξοπλισμού εργασίας και των πυροσβεστήρων.
- ☞ Οι **πρίζες** κοντά σε υγρασία θα πρέπει να είναι γειωμένες και εξοπλισμένες με διακόπτες βραχυκυκλώματος.
- ☞ Τα **εύφλεκτα υλικά**, όπως **βαφές ή χημικά για περμανάντ** πρέπει να αποθηκεύονται σε δροσερό μέρος, σε ασφαλές και πυράντοχο ερμάριο.

Οι Κίνδυνοι για την Υγεία είναι υπεύθυνοι για την πιθανότητα εκδήλωσης Επαγγελματικής Ασθένειας, ως συνέπεια της έκθεσης των εργαζομένων σε φυσικούς (όπως είναι ο θόρυβος, οι υψηλές ή οι χαμηλές θερμοκρασίες, ο κακός φωτισμός κ.λπ.) ή χημικούς βλαπτικούς παράγοντες.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

- ☞ Οι επικίνδυνες χημικές ουσίες που χρησιμοποιούνται σήμερα στα κομμωτήρια υπερβαίνουν τις εκατό! Τέτοιες ουσίες υπάρχουν στις **βαφές (διαρκείας, ημιμόνιμες ή προσωρινές), περμανάντ, κρέμες, σαμπουάν**. Όλα σχεδόν τα παρασκευάσματα του κομμωτηρίου είναι μίγματα πολλών χημικών ουσιών σε διαφορετικές περιεκτικότητες.
- ☞ Ένας απλός τρόπος πληροφόρησης είναι τα **εικονίδια (σήματα)** που περιγράφουν την επικινδυνότητα του παρασκευάσματος και βρίσκονται πάνω στην **ετικέτα**. Είναι τετράγωνα σε πορτοκαλί φόντο με ένα σχέδιο που απεικονίζει ή συμβολίζει το συγκεκριμένο είδος κινδύνου (π.χ. εύφλεκτο, ερεθιστικό, τοξικό κ.λπ.). Ένα παρασκεύασμα μπορεί να έχει πάνω από ένα σήμα στη συσκευασία του.



Εύφλεκτο



Ερεθιστικό



Τοξικό

- ☞ Εκτός από το εικονίδιο, πληροφορίες για την επικινδυνότητα παρέχονται από τις **τυποποιημένες φράσεις κινδύνου** (διεθνώς ονομάζονται φράσεις R, από το αρχικό γράμμα της λέξης «Risk») που βρίσκονται επίσης πάνω στην ετικέτα. Οι φράσεις αυτές είναι κωδικοποιημένες. Ενδεικτικά αναφέρουμε τις εξής:
R 21: επιβλαβές σε επαφή με το δέρμα
R 23: τοξικό κατά την εισπνοή
R 38: ερεθίζει το δέρμα.
- ☞ Ο καλύτερος τρόπος **ενημέρωσης** για τους κινδύνους από τη χρήση των χημικών αλλά και τα μέτρα πρόληψης είναι τα **Δελτία Δεδομένων Ασφάλειας** (διεθνώς MSDS). Τα δελτία αυτά παρέχονται στον εργοδότη, μετά από αίτημά του, στα ελληνικά.

ΚΑΘΕ παρασκεύασμα που χρησιμοποιείται στο κομμωτήριο πρέπει να συνοδεύεται από Δελτίο Δεδομένων Ασφάλειας! Δε νοείται εκπαίδευση των εργαζομένων στη σωστή χρήση προϊόντων η οποία δεν βασίζεται στο κείμενο των Δελτίων Δεδομένων Ασφάλειας !!

Οι χημικές ουσίες που αποτελούν συστατικά των διάφορων παρασκευασμάτων που χρησιμοποιούνται στην κομμωτική, εισέρχονται στον ανθρώπινο οργανισμό, μέσω:

- της εισπνοής
- του δέρματος
- των οφθαλμών (μέσω του επιπεφυκότα)
- της κατάποσης.

Οι χημικές ουσίες, ανάλογα με την ποσότητα και το είδος τους, μπορούν να προκαλέσουν δερματολογικά και αναπνευστικά προβλήματα. Ορισμένες, είναι καρκινογόνες και μεταλλαξιογόνες.

Δερματολογική παθολογία

➤ Ερεθιστική δερματίτιδα εξ επαφής.

Προκαλείται κυρίως από τις θειογλυκόλες, το οξυζενέ και το υπερθειικό αμμώνιο, που περιέχονται στις μόνιμες βαφές και τις αποχρωστικές ουσίες. Στην οξεία προσβολή, το δέρμα εμφανίζεται κόκκινο, με οιδήματα και φυσαλίδες, παρουσιάζει επίσης κνησμό και πόνο. Στη χρόνια μορφή παρουσιάζονται επώδυνες διαβρώσεις στις αρθρώσεις των δακτύλων και τις παλάμες. **Το 70% των κομμωτών/τριών υποφέρει από κάποιο είδος δερματικού προβλήματος!!** (Στοιχεία ΗΣΕ, Αγγλία, 2006).



➤ **Αλλεργική δερματίτιδα εξ επαφής.** Εκδηλώνεται κυρίως στα χέρια και το πρόσωπο μετά από επαναλαμβανόμενες εκθέσεις σε ευαισθητοποιές ουσίες όπως είναι η παραφαινολυδιαμίνη και το υπερθειικό αμμώνιο. Προκαλεί κνησμό, ερυθρότητα, απολέπιση και φυσαλίδες.

➤ **Παθήσεις των νυχιών** (ονυχοπαθεία), συχνά οι κομμωτές-κομμωτριες εμφανίζουν μεγάλη ευθραυστότητα των νυχιών που οφείλεται κύρια σε διάφορες χημικές ουσίες που εμπεριέχονται στις βαφές.

Αναπνευστική παθολογία

➤ **Βρογχικό άσθμα.** Προκαλείται από την εισπνοή χημικών ουσιών και εμφανίζεται ως μια αναπνευστική διαταραχή με σπαστική στένωση των αεραγωγών, συνήθως αναστρέψιμη. Μπορεί να με-

τεξελιχθεί σε χρόνιο, εάν συνεχιστεί η επαγγελματική έκθεση στο γενεσιουργό παράγοντα.

➤ **Ρινίτιδα.** Είναι μια φλεγμονή του ρινικού βλεννογόνου και εκδηλώνεται με καταρροή, ρινική συμφόρηση και φτάρνισμα. Προκαλείται από την έκθεση σε ερεθιστικές χημικές ουσίες που εμπεριέχονται στα παρασκευάσματα που χρησιμοποιούνται στην κομμωτική.

Καρκινογένεση

Η Διεθνής Υπηρεσία για την Έρευνα του Καρκίνου (IARC), ήδη από το 1993, έχει εντάξει τη δραστηριότητα των κομμωτών-κομμωτριών στη λίστα των δραστηριοτήτων ή εργασιών με αυξημένο κίνδυνο καρκινογένεσης για τον άνθρωπο.

Επιδημιολογικές και κλινικές μελέτες, παρουσιάζουν με ιδιαίτερη έμφαση τον κίνδυνο κακοήθων όγκων στον κλάδο της κομμωτικής. Η καρκινογόνος δράση αναπτύσσεται κύρια στην ουροδόχο κύστη, το λεμφικό και το αιμοποιητικό σύστημα αλλά και τον πνεύμονα.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

- ☞ Πρέπει να υπάρχει **καλός εξαερισμός** του χώρου.
- ☞ Οι εργαζόμενοι πρέπει να φοράνε **γάντια μιας χρήσης** όταν χρησιμοποιούν παρασκευάσματα που περιέχουν επικίνδυνες χημικές ουσίες. Υπάρχουν όμως αρκετοί τύποι γαντιών. Για ορισμένες εργασίες απαιτείται χρήση προστατευτικής μάσκας.
- ☞ Στα Δελτία Δεδομένων Ασφάλειας προτείνονται τα κατάλληλα για κάθε παρασκεύασμα γάντια (π.χ. νιτρίλιο, βινύλιο) και μάσκες. Συνιστάται να αποφεύγονται γάντια λάτεξ με πούδρα, γιατί η πούδρα τους είναι δυνατό να προκαλέσει αλλεργίες. Είναι σημαντικό να ακολουθούνται τα **σωστά βήματα για να βγάλει ο εργαζόμενος/η τα γάντια**, ώστε να μην έρθει σε επαφή με την εξωτερική πλευρά τους!



Βήμα 1



Βήμα 2



Βήμα 3

ΠΡΟΣΟΧΗ!
Σημεία των χεριών που δεν πρέπει να ξεχνούν να καλύπτουν με κρέμα οι εργαζόμενοι !!!



ΠΗΓΗ ΦΩΤΟ: ΗΣΕ, «Εκστρατεία κατά της δερματίτιδας στα κομμωτήρια»

Οι εργαζόμενοι στο λούσιμο πρέπει να φορούν γάντια με μακριά μανσέτα (300 mm μήκος). Επίσης, οι εργαζόμενοι πρέπει να προστατεύουν τα χέρια τους με ειδική κρέμα αφού τα πλύνουν, στην αρχή, ενδιάμεσα και στο τέλος της εργασιακής ημέρας.

Οι Εργονομικοί Κίνδυνοι για την Υγεία και την Ασφάλεια (εγκάρσιοι κίνδυνοι) οφείλονται κύρια:

- σε εργονομικούς φυσικούς παράγοντες όπως πολύωρη ορθοστασία, επίπονες στάσεις εργασίας, κακές στάσεις των καρπών και των βραχιόνων, της πλάτης και του λαιμού κατά τη χρήση ψαλιδιών, σεσουάρ, σίδερου και κατά το λούσιμο, σκύψιμο κατά το μανικιούρ, πεντικιούρ κ.α.
- στην οργάνωση εργασίας δηλαδή τους ρυθμούς εργασίας την εντατικοποίηση κ.λπ.
- σε ψυχολογικούς παράγοντες, όπως η μονοτονία, η επαναληπτικότητα, το στρες, πιθανές εντάσεις με πελάτες κ.λπ.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

- Οι επίπονες στάσεις εργασίας μπορεί να οδηγήσουν σε πόνο στην πλάτη, τους ώμους, τον αυχένα και τους καρπούς!
- Η πολύωρη ορθοστασία προκαλεί κόπωση στην πλάτη, τους μηρούς και τα πόδια, ακόμα και φλεβίτιδα, κακή κυκλοφορία του αίματος στα πόδια και πρήξιμο! Υπάρχουν ειδικά καθίσματα που έχουν σχεδιαστεί για εργασίες στα κομμωτήρια.
- Η σωστή ρύθμιση του καθίσματος του πελάτη είναι σημαντική! Προσαρμογή του καθί-



σματος έτσι ώστε το κεφάλι του να είναι ελαφρώς πάνω από το στήθος του κομμωτή ώστε αυτός να μη χρειάζεται να σκύβει την πλάτη ή το κεφάλι για να δει.

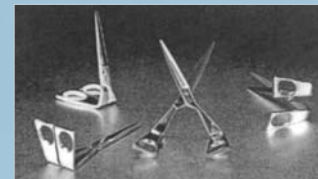


Κακή πρακτική



Καλή πρακτική σε όρθια στάση

- Τα εργαλεία και τα υλικά πρέπει να τοποθετούνται σε τρόλεϊ έτσι ώστε να αποφεύγονται άσκοπες κινήσεις όπως τέντωμα χωρίς λόγο.
- Είναι σημαντικό τα ψαλίδια να είναι καλά ακονισμένα ώστε να μη χρειάζεται να ασκήσει ο κομμωτής δύναμη για να κόψει τα μαλλιά.
- Έχουν αναπτυχθεί, μετά από έρευνα, εργονομικά ψαλίδια για κομμωτές, με ειδικές λαβές για την αποφυγή της απόκλισης των καρπών και της ανύψωσης των αγκώνων (Ergonomic Tool Design (ETD ψαλίδι)¹).
- Η τεχνική που εφαρμόζεται στο κούρεμα ή το χτένισμα των μαλλιών από τον κομμωτή μπορεί να περιορίσει τις επίπονες στάσεις εργασίας!



Κλασική τεχνική χτενίσματος: η κομμώτρια έχει απόκλιση του καρπού και ανύψωση του αγκώνα της



Αλλαγή λαβής στο σεσουάρ και ρύθμιση της καρέκλας του πελάτη ώστε τα χέρια να είναι προς τη μεριά της κομμώτριας

ΠΗΓΗ φωτογραφιών: OSHA, "Work smarter, not just harder"

¹Ergonomic scissors for hairdressing, Jason L. Boyles, Robert D. Yearout, Malgorzata J. Rys, International Journal of Industrial Ergonomics 32 (2003) 199-207.

Ο ΕΡΓΟΔΟΤΗΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ:

- ☞ χορηγεί στους εργαζόμενους Μέσα Ατομικής Προστασίας
- ☞ έχει στη διάθεσή του Γραπτή Εκτίμηση Επαγγελματικών Κινδύνων
- ☞ εξασφαλίζει τη δυνατότητα ιατρικής παρακολούθησης στους εργαζόμενους, σύμφωνα με την κείμενη νομοθεσία
- ☞ ενημερώνει και εκπαιδεύει τους εργαζόμενους για θέματα υγείας και ασφάλειας της εργασίας.



Κείμενο:

Σπύρος Δοντάς, Χημικός, PhD
Σπύρος Δρίβας, Ειδικός Ιατρός Εργασίας
Θεώνη Κουκουλάκη, Τοπογράφος Μηχανικός, Εργονόμος
Σκίτσα:
Κώστας Γρηγοριάδης

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Λιοσίων 143 & Θειρσίου 6, 104 45 ΑΘΗΝΑ

Τηλ.: 210 8200100,

Φαξ: 210 8200222, 210 8813270

E-mail: info@elinyae.gr

Internet: http://www.elinyae.gr

Το έργο συγχρηματοδοτείται από τον κρατικό προϋπολογισμό κατά 71,42% το οποίο αντιστοιχεί σε 75% από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης και 25% από το Ελληνικό Δημόσιο και κατά 28,58% από πόρους του ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. (Λ.Α.Ε.Κ.)

**ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.
ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ Η ΠΩΛΗΣΗ ΑΠΟ ΤΡΙΤΟΥΣ**