

OHUTU KODU

Tallinn 2011

Koostajad:

Liina Sihver, Kuldar Hanstin, Madis Peil – Ten-Team OÜ,
Mare Liiger, Margit Pärn – MTÜ Rahvakoolitus Elu,
Signe Alliksoo – Dr. Signe Alliksoo Perearstipraksis OÜ

Kasutatud materjale:

Päästeamet, www.rescue.ee
AS G4S Eesti, www.g4s.ee
Ragn-Sells AS, www.ragnsells.ee

Väljaandja:

Pandekt OÜ © 2011
Merivälja tee 5-E206, Tallinn 11911
Tel. 6300 900
info@pandekt.ee
www.pandekt.ee

SISSEJUHATUSE ASEMEL

„Me ei küsi kuigi sageli, kas Eesti kodu on ohutu koht. Kahjuks peame statistikale tuginedes väitma, et kodu ei ole ohutu. 2008. aastal hukkus meil traumade tõttu 1358 inimest, suri 75 last, arstiabi vajasid 150 000 inimest. Igal aastal lisandub 800 trauma tõttu invaliidistunud inimest, kellest 1/3 on alla 15aastased lapsed.“

Mare Liiger

Kiirabiir, MTÜ Rahvakoolitus Elu juhataja

Margit Pärn

Kiirabiõde, MTÜ Rahvakoolitus Elu juhatusel

•••

„Köök on see osa majast, kus käib vist kõige tihedam liiklus. Siin valmistatakse ette hommiku-, õhtu-, ja lõunasöök ning süüakse seda. Köök on ka mõnus koht, kuhu sõpradega koguneda kohvi- või teetassi juures juttu ajama. Siiski võib köök ohutusnõudeid eirates muutuda maja üheks ohtlikumaks ruumiks.“

Liina Sihver

Ten-Team OÜ töökeskkonnaspetsialist-konsultant

•••

„Lahtise tule praktiline tähtsus inimese jaoks järjest väheneb ja tule kasulikke funktsioone hakkab täitma mugavam ja mõneti ohutum elekter. Sellest tulenevalt peaks tuleõnnetuste arv vähenema, kuid kahjuks see nii ei ole. Igal aastal hukub tules palju inimesi ja hävib palju vara.“

Päästeamet

www.rescue.ee

„Elekter ei ole meie vaenlane, vaid sõber. Tajume seda kõige selgemini elektrikatkestuste ajal. Tuleb vaid mõnedest lihtsatest reeglitest kinni pidada. Ja alati!!!“

Kuldar Hanstin

Ten-Team OÜ konsultant

•••

„Korralik koduapteek peaks olema igas majapidamises. Rohukapis peaks leiduma väike tagavara valuvaigisteid, põletikuvastaseid, palavikku alandavaid, nohu ja kõha leevendavaid ning külmetuse- ja allergiavastaseid ravimeid. Kindlasti on vajalikud haavahooldusvahendid ja sidumismaterjal ning kraadiklaas.“

Signe Alliksoo

Perearst, Dr. Signe Alliksoo Perearstipraksis OÜ

•••

„Murdvaraste sihtmärgiks võib langeda iga majapidamine nii linnas kui ka maal. Pea igas kodus leidub väärtuslikke esemeid, mis murdvargaid ligi meelitavad: telerid, muusikakeskused, sularaha, arvutid. Murdvargusega kaasneb sageli vägivald.“

AS G4S Eesti

www.g4s.ee

Sellest kõigest ja ka väga paljust muust käesolev raamat räägibki.

SISUKORD

ESMAABI

TEGUTSEMINE ÕNNETUSPAIGAL (Mare Liiger, Margit Pärn)

1. Hädaabikutse 11212
2. Tegutsemine õnnetuspaigal.....13

ELUSTAMINE (Mare Liiger, Margit Pärn)

1. Elu ja surma tunnused15
2. Elustamise algoritm.....16
3. Võõrkeha hingamisteedes24
4. Uppumine26
5. Elektilööök27
6. Minestamine28

TRAUMA (Mare Liiger, Margit Pärn)

1. Traumahaigete abistamise üldprintsiibid (algoritm)30
2. Pea-, kaela- ja seljatrauma31
3. Verejooks, amputatsioon36
4. Ninaverejooks, kõrvaverejooks39
5. Rindkeretrauma40
6. Loomahammustused41
7. Luumurrud42
8. Põrutus, venitus, nihestus44
9. Silmavigastused45
10. Šokk46

11. Põletus47
12. Termilised kahjustused48

ELUOHTLIKUD HAIGUSSEISUNDID (Mare Liiger, Margit Pärn)

1. Allergia51
2. Valud52
3. Diabeet ehk suhkruhaigus58
4. Krambid60

KODUAPTEEK (Signe Alliksoo)61

OHUALLIKAD

TULI (Päästeamet)

1. Hoonetulekahju66
 - 1.1. Taustinformatsioon66
 - 1.2. Enne tulekahju.....69
 - 1.3. Tulekahju ajal70
 - 1.4. Pärast tulekahju76
2. Tulekustuti.....77
3. Suitsuandur79
4. Küttekolded ja korstnapühkimine81

ELEKTER (Liina Sihver, Kuldar Hanstin)

1. Juhtmed85
2. Pistikupesad86

3. Valgustid	87
4. Kodused elektriseadmed	88
5. Elekter õues ja aiamaal	90
6. Ehitamine ja remont krundil asuvas õhuliini kaitsevööndis.....	92

GAAS (Päästeamet)

1. Ohud majapidamisgaasiga	94
2. Tegutsemine gaasiavarii korral	97
2.1. Gaasiavarii ajal	97
2.2. Pärast gaasiavariid.....	100

LOODUSJÕUD (Päästeamet)

1. Äikesetorm.....	102
1.1. Taustinformatsioon	102
1.2. Enne tormi	104
1.3. Tormi ajal	105
1.4. Pärast tormi	107
2. Lumetorm	108
2.1. Taustinformatsioon	108
2.2. Tegutsemine lumetormi korral	110
2.3. Lumetormi ajal.....	111
2.4. Pärast lumetormi	113
3. Üleujutused	114
3.1. Taustinformatsioon	114
3.2. Enne üleujutust	115
3.3. Üleujutuse ajal.....	117
3.4. Peale üleujutust	118
4. Pakane	120

KEMIKAALID

1. Ohtliku kemikaali toime inimese organismile (Liina Sihver)	123
2. Kuidas teha kindlaks, kas kemikaal on ohtlik? (Liina Sihver)	124
3. Kuidas vähendada ohtlikest kemikaalidest tulenevaid riske? (Liina Sihver)	126
4. Alternatiivid kemikaalidele (Liina Sihver)....	127
5. Elavhõbe (Päästeamet)	132

BIOLOOGILISED OHUALLIKAD (Liina Sihver)

1. Taimed	136
1.1. Riitsinus	136
1.2. Sinine käoking.....	136
1.3. Piimalill	137
1.4. Jugapuu	137
1.5. Sügislill	138
1.6. Diifenbahhia	138
1.7. Harilik mürkputk.....	139
1.8. Sinilill ja ülane	139
1.9. Nartsiss	140
1.10. Sõnajalad	140
1.11. Karuputk	141
2. Loomad	142
2.1. Prussakas	142
2.2. Riidekoi	143
2.3. Sipelgad	144
2.4. Lutikas	146
2.5. Herilane	147

2.6. Kirp	148	4.4. Tisleri- ja puusepatööd	176
2.7. Rott.....	149	4.5. Pottsepatööd	176
2.8. Koduhiir	150	4.6. Krohvitööd	177
2.9. Peatai	151	4.7. Maalritööd	178
2.10. Riidetäi.....	151	4.8. Vooderdustööd.....	179
2.11. Toakärbes	152	4.9. Isolatsiooni- ja katusekattetööd.....	179
2.12. Sääsk	153	4.10. Klaasimistööd	180
2.13. Majasoomukas ja kodusoomukas	154	4.11. Vihmaveetorude, akna veelaudade ning fassaadide eenduvate osade katete asendamine	180
2.14. Toonesapp	155		
2.15. Puuk	156		

TEGEVUSED

EHITAMINE JA REMONT (Liina Sihver)

1. Töökoht ja tööriistad	159
1.1. Mehhaanilised käsitööriistad	159
1.2. Elektrikäsitööriistad	160
1.3. Töötuba	163
2. Isikukaitsevahendid ja tööriided	165
2.1. Üldpõhimõtted	165
2.2. Tööriided ja -jalatsid	167
2.3. Kindad	167
2.4. Näo ja silmade kaitsevahendid	168
2.5. Kuulmiskaitsevahendid.....	168
2.6. Hingamisteede kaitsevahendid	169
3. Töötamine redelil	170
4. Ettevaatusabinõud kodustel ehitustöödel	174
4.1. Ehitusplatsi ettevalmistus.....	174
4.2. Vundamendi ladumine	175
4.3. Müüri ladumine	175

KORISTAMINE (Liina Sihver)

1. Elektriseadmed	182
2. Puhastamine ja pühkimine	183
3. Puhastusvahendid	185
4. Kõrgete kohtade puhastamine	186

RASKUSTE KÄSITSI TEISALDAMINE (Liina Sihver)

1. Tõstmine	190
2. Tõmbamine ja lükkamine	192

TEGEVUS AIAS (Liina Sihver, Madis Peil)

1. Aiatööriistad	195
1.1. Üldpõhimõtted	195
1.2. Kirves, lõikur, mootorsaag, hekitrimmer	197
1.3. Murutrimmer	198
1.4. Muruniiduk	199
2. Tööd aias	201
2.1. Tööriided ja isikukaitsevahendid	201

2.2.	Ettevalmistus ja puhkepausid	204
2.3.	Töövõtted ja -asendid	205
2.4.	Taimekaitsetööd	208
3.	Tule tegemine	209
3.1.	Lökkekoht	209
3.2.	Kattega lõkkekoht	211
3.3.	Grillimise koht	212

TEGEVUS KÖÖGIS (Liina Sihver)

1.	Üldised ohutusnõuded	216
2.	Ohutus nugade kasutamisel	217
3.	Pliit ja praeahi	218
4.	Mikrolaineahi	220
5.	Lapsed köögis	221
6.	Tulekahju köögis	222
7.	Toiduohutus	223
7.1.	Tooraine valik	223
7.2.	Hügieen	223
7.3.	Keetmine-küpsetamine	225
7.4.	Säilitamine	226
8.	Lisaained toidus	227
8.1.	Säilitusained	228
8.2.	Maitsetugevdajad	228
8.3.	Toiduvärvid	229
8.4.	Suhkruasendajad ehk magusained	229
8.5.	Akrüülamiidid	230
8.6.	Oksüdeerunud rasvad	230
8.7.	Hüdrogeenitud rasvad	231

VANNITUBA (Liina Sihver)	232
---------------------------------------	-----

ARVUTI KASUTAMINE (Liina Sihver)

1.	Üldpõhimõtted	236
2.	Tool	237
3.	Jalatugi	239
4.	Laud	240
5.	Monitor	242
6.	Hiir	244
7.	Randmetugi	245
8.	Klaviatuur	246
9.	Tööasend	247

JÄÄTMEKÄITLUS (Liina Sihver)

1.	Jäätmete sorteerimine	249
2.	Ohtlikud jäätmed	250

KAITSE MURDVARGUSTE VASTU (G4S)

253

OHUALLIKAD ERINEVATES VANUSEGRUPPIDES

1.	Lapse turvalisus (G4S)	257
2.	Koolilapse turvalisus (G4S)	259
3.	Televiisor (Liina Sihver)	262
4.	Video- ja arvutimängud (Liina Sihver)	264
5.	Laste kaitse internetis (G4S)	265
6.	Eaka turvalisus (G4S)	267

LISAD

Lisa 1 – Jäätmete sorteerimisjuhend	270
Lisa 2 – E-ainete tabel	281
Lisa 3 – Olulised telefoninumbrid	309

ESMAABI

Ohutu kodu tähendus Eestimaal

Mare Liiger

Me ei küsi kuigi sageli, kas Eesti kodu on ohutu koht. Kahjuks peame statistikale tuginedes väitma, et kodu ei ole ohutu. 2008. aastal hukkus meil traumade tõttu 1358 inimest, suri 75 last, arstiabi vajasid 150 000 inimest. Igal aastal liisandub 800 trauma tõttu invaliidistunud inimest, kellest 1/3 on alla 15aastased lapsed.

Eesti lapsed saavad surmaga lõppevaid vigastusi paarkümmend korda sagedamini kui Rootsis elavad lapsed. Laste kahes vanusegrupis on traumaohu eriti kõrge. Esimene kõrge riski iga on kolmandast elukuust kolmanda eluaastani ning teine teismeliseas. Enamik väikelastest ning imikutest saab vigastada kodus, kus nad on vanemate või hooldajate järelevalve all.

Ometi kinnitavad inimesed, et nende kodu on turvaline. Tuuakse näiteid, et ka nõukogude ajal, kui laste järelevalve oli veel väiksem, jäädigi ju ellu ning kasvati suureks. Seda küll, aga sel ajal, kui traumasuremus oli kuulutatud riiklikuks saladuseks, avaldati seda siiski arstidele ja need näitajad ei olnud röömustavad. Õitseva sotsialismi ajal oli Nõukogude Liidus laste traumasuremus võrdne arenguriikide vastava näitajaga.

Viimastel aastatel oleme vigastussurmade arvu oluliselt vähendanud, kuid Euroopani on veel pikk tee.

Miks ei ole Eesti kodu ohutu? Eelkõige on see kinni meie mõtlemises, sest turvalisus ei tähenda üksnes kindlaid nõudeid, vaid mõtteviisi, mis pole jõudnud kinnistuda meie inimeste teadvusesse.

Oma aastatepikkuse kiirabikogemuse põhjal võime nimetada kõige rohkem silma häirivaid fakte.

1. Trepid. Oleme näinud oma väljakutsete ajal selliseid sisearhitektide ning disainerite mõttelende, mis meenuvad pigem õudusunenägu kui turvalist kodu. Ilma käsipuudeta taevasse tõusvad kastmonstrumid, toetuspunktita laudkonstruktsioonid, mis paiknevad seinte ääres vähihimate piireteta, kitsad toru ümber keerlevad redelid – loetelu võib jätkata lõputult. Ometi on trepilt kukkumine üks rängimate tagajärgedega õnnetus, mille lõpptulemus on tihti ratastoolis halvatud inimene. Oleme korduvalt näinud vaevalt roomama õppinud maimukesi, kes on vaevalt väikesest barjäärist üle turninud ning siis

nendest moodustistest alla kukkunud, kusjuures kinnihoidmise võimalus puudub täielikult. Tulemuseks on halvatu või teadvusetult maas lamav kannatanu; nii saadud kahjustused on pahatihti jäävad.

2. Ravimid. Käekoti avamine ning revideerimine on väikelaste meelistegevus ja kahjuks pannakse sinna ka ravimid. Nendest suur osa on tänapäeval kanged ja pika toimeajaga ning nii võib 1-2 tabletti südame-, vererõhu- või muu otstarbega ravimit väikelapsele olla surmav kogus. Ravimite panipaigaks ei sobi ka lukustamata kapid, kuhu laps veel ehk ei ulatu. See, mis oli kättesaamatu aastasele lapsele, ei pruugi seda enam olla aasta ja viie päeva vanusele põnnile.

3. Lapsekindlad purgid või tööriistad. Meile tundub, et tootel olev silt „lapsekindel” tähendab seda, et täiskasvanul võivad toote avamisel või käivitamisel tekkida märkimisväärsed raskused. Paraku ei teki paljudel lastel samasuguseid probleeme. Oleme näinud poolteistaastase lapse käes käivitumas eriti lapsekindlaid murukääre ja see õnnestus tal sekunditega. Söövitava ainega katlakivieemaldaja pudelit kutsub aga mõni vanaema avama oma 4-5aastast lapselast, sest vanaema ise ei oska.

4. Kuritahtlik hooletus. Ärgu nüüd täiskasvanud väga kurjustagu, loomulikult püüab enamik

meist olla vastutustundlik lapsevanem, aga siiski on kuritegelikku hooletust rohkem, kui tahaksime tunnistada.

Kuidas on võimalik, et üheksakuune laps ronib köögis lauale, sealt aknalauale ning kukub teiselt korruselt lahtisest aknast alla? Ema ei näinud, sest ta lakkis teises toas küüsi.

Kuidas on võimalik, et aastane laps lämbub kaelapidi ukse vahel? Isa ja ema klaarisid köögis sassiläinud peresuhteid.

Kuidas on võimalik, et kaheaastane upub koduaias veesilma? Vanaema ei olnud väljas, sest õues oli liiga jahe.

Me nõuame ja õigusega, et lastehoius peab kasvataja hoidma silma peal kõigil mudilastel ja ilmselt seetõttu juhtub raskeid vigastusi lasteaedades äärmiselt vähe. Kuidas on aga kodus? Ja nii küsivadki arstid kurvalt: “Kus te olete, emad ja isad?”

Need inimesed, kes selle raamatu ostavad, soovivad oma kodu muuta ohutumaks. Prognoosidest ilmneb, et muutes mõtlemist, oleks võimalik ära hoida rohkem kui pooled õnnetused. Ülejäänute puhul aitab meid oskus kannatanut kvaliteetselt abistada, mis tähendab lihvitud teoreetilisi teadmisi ja praktilisi esmaabi oskusi. Ainult nii saame muuta Eestimaa kodu ohutuks paigaks.

TEGUTSEMINE ÕNNETUSPAIGAL



Mare Liiger, Margit Pärn

1. HÄDAABIKUTSE 112

MIS JUHTUS?

- Lühidalt ja konkreetsetult.
- **Õnnetus** – kukkus (kui kõrgelt), jäi millegi vahele, haav (kus kohas).
- **Äkkhaigestumine** – palavik, krambid, hingamisprobleemid. Kirjelda.
- **Mürgistus** – millega, mitu minutit tagasi.

MILLINE ON KANNATANU SEISUND?

- **Teadvus** – on, ei ole; **hingamine** – on, ei ole, milline; **pulss** – on, ei ole, milline? (Elusignaamid on kõige tähtsamad kannatanu seisundit iseloomustavad parameetrid. Neid tuleb enne hädakutse tegemist kindlasti kontrollida).
- Kas haige on kaetud **külma higiga**?
- Kas haige võib olla **joobes**?

KUS JUHTUS?

- Täpne aadress, telefoninumber?
- Kuidas pääseda kannatanu juurde?
- Võimalusel leppida kokku koht, kuhu tulakse kiirabile vastu (eriti maal).

MILLAL JUHTUS?

- Kas praegu või tükk aega tagasi?

KELLEGA ÕNNETUS JUHTUS?

- Kas üks või mitu kannatanut?
- Täiskasvanu või laps?
- Mees või naine?

2. TEGUTSEMINE ÕNNETUSPAIGAL

ENNE KIIRABI SAABUMIST:

- Sulgeme koerad kinnistesse ruumidesse.
- Süütame pimedal ajal õues tule või avame välisukse.
- Paneme haiget puudutavad meditsiinilised dokumendid ja uuringute andmed kiirabile kättesaadavasse kohta.
- Õues juhtunud raske õnnetuse korral katame haige soojalt.
- Suvel varjame kannatanut otsese päikesevalguse eest.

ELUSTAMINE

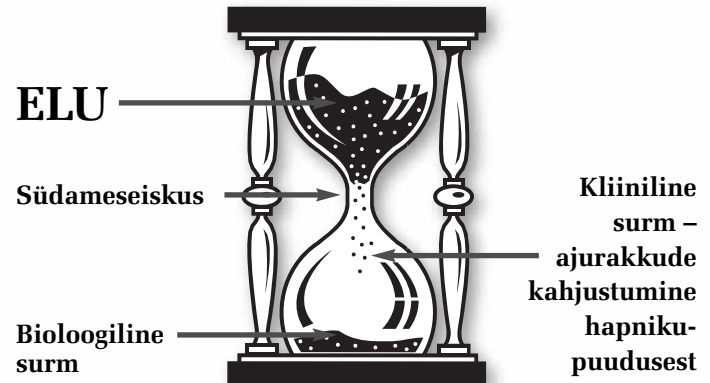


Mare Liiger, Margit Pärn

1. ELU JA SURMA TUNNUSED

SÜDAMESEISKUS

- Pärast südame seiskumist on elustamise alustamiseks aega maksimaalselt 5 minutit. Kui haiget ei elustata, siis hiljem on ajurakud lõplikult hukkunud. Ajukude hakkab kahjustuma alates esimestest sekunditest pärast südameseiskust. Elustamine võib sotsiaalselt funktsioneeriva inimese tagasi tuua vaid siis, kui sellega alustatakse võimalikult kiiresti, kuid mitte hiljem kui viis minutit. Kuna see on kriitiline piir, siis nimetatakse viit minutit pärast südameseiskust **kliiniliseks surmaks**. Sellejärgselt saabub **bioloogiline surm**, kus elustamise korral võib käivitada küll südame, kuid ei taastu ajutegevus.
- Kliinilise surma aeg lüheneb kõrgetel temperatuuridel ja pikeneb madalatel temperatuuridel (külmas vees uppumine – kuni 45 minutit).
- Elustamine on efektiivne ainult kliinilise surma korral.



- **Elustamine lükkab bioloogilise surma teket edasi maksimaalselt kuni neljakümne minutini** eeldusel, et elustamine on pidev ning efektiivne.

Kindlad bioloogilise surma tunnused:

- Koolnulaigud.
- Koolnukangestus.

TEGEVUS AIAS

tenteam 

Liina Sihver

1. Aiatööriistad

Liina Sihver

1.1. Üldpõhimõtted

Aiatööde ohutuse tagab eelkõige korras ja kvaliteetsete aiatööriistade õige kasutamine ja hooldamine. Koduaias peamiselt kasutatavad tööriistad võib liigitada järgmiselt:

- 1) mullatöödeks kasutatavad: labidas, hark, raudreha, kõplad;
- 2) istutus- ja külvitöödeks kasutatavad: reha, istutuskühvel, kastekann, aga võib-olla ka muldamisader ja külvik;
- 3) teisaldamiseks kasutatavad: ämbrid, korvid, kärud;
- 4) muru ja teede korrastamiseks kasutatakse: muruniiduk, trimmer, vikat, reha, luud;
- 5) viljapuude ja hekkide hooldamiseks kasutatakse: oksakäärid, saag, mürgiprits, redel, puuviljakogur jpm.

- Kasuta iga töö tegemiseks sobivat tööriista.
- Enne tööriista või -vahendi kasutamist tutvu kindlasti tootja kasutusjuhendiga ja järgi seda, mitte ära hakka omal käel seadme töö- põhimõtet või võimalusi katsetama.
- Veendu, et tööriista kaitseseadised oleksid töökorras, käepidemed kindlalt kinni ning puuduksid defektsed detailid.

Eelista alati ergonoomilise disainiga tööriistu, seda seetõttu, et ergonoomilised aiatööriistad:

- 1) aitavad õige kasutuse korral ära hoida lihasvalude ja -pingete tekke ohtu (sobiv tööriist peab võimaldama töötada mugavas pingevabas kehaasendis ilma ebamugavalt kummardumata või keeramata ning ei nõua liigse jõu kasutamist);
- 2) võimaldavad teha rohkem tööd vähema aja jooksul või vähemalt vähema vaevaga, sest hea tööriist suurendab sinu töö efektiivsust;

- 3) avardavad võimalusi – kasutades kaas-aegseid tööriistu saad nt kaevata sügavamalt, pügada puid kõrgemalt ja eemaldada peenralt umbrohtu lihtsamalt, ilma olulisi taimi häirimata;
- 4) teevad töötegemisest nauditava kogemuse.

Tänu mugavale tööriistale, ülesannete lihtsustamisele ja heale enesetundele on aiatööst palju rõõmu.

Kasutades tööriista, mis ei sobitu sinu käega, kulutad kolm korda enam energiat kui tavatingimustel. See võib lisaks lihasevaludele ja -väsimustele põhjustada ka ebameeldivaid rakke ja ville peopesadel.

TASUB TEADA

- Vikatit teritagu see, kes seda tööd hästi oskab. Vikatit teritades tuleb olla tähelepanelik, et mitte käsi vigastada.
- Voolik peab olema terve, kinnituskohad ei tohi vett läbi lasta ning neil ei tohi olla teravaid klambri- või traadiotsi. Voolikul ei tohi olla volte ega keerdumisi.
- Tööriistad (luuad, labidad jm) peavad olema korralikult varre otsa kinnitatud, lõiketerad teravad.
- Tööriista sileda ja jätkukohtadeta varre pikkus peab vastama kasutaja kasvule ja tingimustele, mille loob töökoht. Näiteks madalas ja kitsas kasvuhuones on otstarbekam töötada lühikese varrega tööriistaga.
- Et aiatööriist kaua vastu peaks, tuleb see pärast kasutamist puhastada ning hoida kuivas kohas riputatult.
- Elektritööriistadega töötamisel jälgi, et juhtmed ei satuks masina töösooni ning et pistikud oleksid ilmastikumõjude eest kaitstud. Ära puuduta pistikupesaga juhtmeid niiskete või higiste kätega.
- Ära tööta masinatega, hoides neid oma pea kohal.

1.2. Kirves, lõikur, mootorsaag, hekitrimmer

- Veendu, et tööriista lõiketera oleks korralikult teritatud ja terav. Tea, et nüri teraga tööriistaga töötamine on ohtlikum kui teravaga.
 - Ära alusta enne tööd, kuni keegi seadme kasutamise kogemustega isik ei ole sind juhendanud. Ära pelga ka kauplusest küsida toote ohutusega seonduvat informatsiooni.
 - Enne mootorsae, trimmeri või mõne muu mehhaanilise lõikuri mootori käivitamist eemalda tööpiirkonnast kõik üleliigne, seda eriti jalgade alt.
- 1) Võta sisse kindel kehaasend ja keskenda kogu tähelepanu oma tegevusele.
 - 2) Lõikamisel hoia jalgu kerges harkseisus kindlalt maas.
 - 3) Välti vajadust lõigata seistes redelil.
 - 4) Hoia oma raskuskeset, ära küünita sellest eemale.
 - 5) Ära tõsta lõikurit ega saagi õlgadest kõrgemale.
 - 6) Saeketi või lõikeketta vahele kinnijäänud okste või muu prahi eemaldamiseks seista masin.
 - 7) Ole teadlik mootorsae tagasilöögi ohust.

1.3. Murutrimmer

- Enne seadme käivitamist veendu, et eelnevast kasutamisest ei oleks tekkinud mingeid kahjustusi, mis on jäänud tähelepanuta (kaitsepiirete puudumine või ebakindel kinnitus, õlileke). Samuti jälgi, et käivitamisel ei jääks juhtme või lõiketera ette oksid ega kive.
- Tööta seadmega üksnes päevavalguses või hea kunstliku valguse korral.
- Kanna alati tugevaid kummitallaga jalatseid ja sobivat pikkade varrukatega kehakatet.
- Töötamisel vali endale kindel jalgealune. Ära küünita liiga kaugele, sest siis võid tasakaalu kaotada.
- Ära tööta, kui oled väsinud, sest siis kipud muutuma lohakaks ja hajameelseks.
- Seadme hooldustööde ja remondi tegemine või lõikepea või ohutustarvikute vahetamine ja puhastamine on lubatud üksnes seisatud mootori korral.
- Kontrolli ühendusjuhtmeid regulaarselt, et leida võimalikke kahjustuste või kulumise märke.
- Seadet ei tohi kasutada, kui ühendusjuhtmed ei ole täiesti korras.
- Veendu, et juhtmed on heas korras. Kasuta kindlasti juheta, mis on piisavalt tugev, et edastada seadme tarbitavat voolu. Liiga nõrk juhe põhjustab liinipinge languse, mille tulemuseks on ülekuumenemine.
- Kõige paremini aitab trimmeriga ohutult töötada seadme regulaarne hooldamine.

1.4. Muruniiduk

- Esmakordselt muruniidukit kasutama hakates loe hoolikalt kasutusjuhendit, pöörates suurt rõhku masina käsitlemise ja ohutuse peatükkidele, et oskaksid ohuolukorras instinktiivselt käituda ning masina kiiresti seista.
- Kanna libisemisvastase tallaga kinniseid kingi, mis püsiksid hästi jalas. Tugevdatud ninaosaga jalanõud pakuvad löiketera eest parimat kaitset. Pikad püksid pakuvad kaitset niiduki alt lenduda võivate osakeste vastu.
- Ära kanna niitmise ajal kõrvaklappe: kuigi muusikat on meeldiv kuulata, segab see ja vähendab hädajuhtumi korral sinu reageerimise kiirust.
- Enne muruniitmise alustamist vaata hoolikalt üle niidetav ala, et seal ei oleks kive, puukaikaid või muud prahti, mis võivad niiduki alla jäädes lennata kõrvalolijatele peale või akendesse.
- Veendu, et lapsed ja lemmikloomad oleksid toas või ohutul kaugusel sellelt trajektoorilt. kuhu niidukiga liikuda plaanid. Kõige ohtum on neil muruniitmise ajal olla siseruumides.
- Enne mootori käivitamist kontrolli üle tähtsamad detailid. *Kas kaitsekilbid ja -katted on korralikult kinnitatud?*
- Säti õigeks rataste kõrgus.



ÕIGE



VALE (tagasi veeremise oht)

- Käivita ja tangi niidukit väljas, mitte garaažis. Tankimisel peab niiduki mootor olema välja lülitatud ning maha jahtunud.
- Ära sõida üle elektrijuhtmete, maapealsete torude, voolikute ega niisutussüsteemide.
- Jälgi, kuhu sa sõidad, eriti tagurpidi liikudes.
- Ära ialgi lahku töötava niiduki juurest.
- Märja muru ega niiske ilmaga ei tohi elektrilist muruniidukit kasutada.
- Kui kasutad murutraktorit, siis ära sõida piki järsku kallakut, vastasel juhul võid jääda ümberkukkuma traktori alla.
- Ära luba lastel murutraktoril kaasreisijatena sõita.
- Kui keegi siseneb niidetavasse alasse, peata niiduk.
- Niiduki löiketerade puhastamisel peab mootor olema seiskunud.
- Mitte kunagi ära küünita üle niiduki, kui see töötab.
- Niida muru regulaarselt, et mitte lasta sellel liiga pikaks kasvada. Pikal murul niidukiga liikumine nõuab suuremat jõudu.
- Reguleeri niiduki käepide nii, et see oleks puusadega ühel kõrgusel, ja lükka masinat sirge seljaga.



ÕIGE (nõjatu ette)



VALE (ümber kukkumise oht)