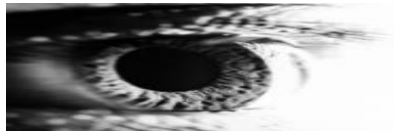


Beste collega,
het is weer tijd voor de maandbrief Februari vanuit de werkgroep "Veiligheid".
Deze keer willen wij het met jullie hebben over:



"Oogletsel"

Als professional weet jij het als geen ander: "je moet zuinig zijn op je ogen." Oogletsel kan ernstige gevolgen hebben. Verminderde gezichtsscherpte van één of beide ogen kan betekenen dat jij je beroep en/of hobby moet opgeven of zelfs dat algemene dagelijkse handelingen problemen opleveren.

In 2021 hebben van de geregistreerde (bijna) ongevallen binnen Cable Space bijna 50% te maken met oogletsel aan één of beide ogen. Dat is veel te veel en voor de werkgroep "Veiligheid" een reden om een maandbrief aan oogletsel te wijden.

Een verhoogd risico op oogletsel lopen we allemaal tijdens onze werkzaamheden. Denk daarbij aan:

- Stof. (opwaaiend zand)
- Verspanende bewerking. (b.v. zagen, boren, frezen, schaven)
- Fijn verspanende bewerking. (b.v. schuren, slijpen)
- Stoten. (losschieten van moment-/ring-/steeksleutel)
- Beeldschermwerk.

Risico's die we niet kunnen voorkomen maar wel tot een minimum kunnen beperken. Dit kunnen we doen door onze ogen te beschermen tijdens de werkzaamheden. Denk daarbij aan de volgende zaken:

Veiligheidsbril:

Bij een veiligheidsbril let je natuurlijk op comfort. Ook denk je wellicht bij oogbescherming vooral aan frontale gevaren maar je ogen kunnen echter ook van de zij-, onder- en bovenkant worden geraakt. Houd er daarom rekening mee dat er niet teveel ruimte zit tussen je gezicht en de glazen van de bril. Om dit te voorkomen dient de bril dus perfect te passen. Houd bij de aanschaf ook rekening met de diverse optische klasse, deze zijn onderverdeeld in 3 klasse nl.:

1. Klasse 1: geschikt voor gehele dag te dragen. (hoge zichtvereisten)
2. Klasse 2: geschikt voor incidenteel gebruik. (gemiddelde zichtvereisten)
3. Klasse 3: geschikt voor uitzonderlijke gevallen. (geen zichtvereisten)

Om zolang mogelijk gebruik te kunnen maken van de veiligheidsbril dien jij deze wel goed te onderhouden en dus niet zomaar onbeschermd in de kruiwagen op te slaan.



Misschien ben jij brildragend en wil jij graag een veiligheidsbril op sterkte? Dat kan! Cable Space biedt jou de volgende regeling. De kosten van de bril zullen worden verdeeld na ratio 50% Cable Space en 50% voor jezelf. Wil je gebruik maken van deze regeling, stuur dan een mail met jouw verzoek naar: d.vandedonk@cablespace.nl.

Gelaatscherm:

Mocht je gaan zagen, slijpen of hakken dan draag je een gelaatscherm, voor de optimale bescherming in combinatie met een veiligheidsbril. Een gelaatsscherm is onder andere beschikbaar met hoofdband of voor montage aan de bouwhelm. Voor risico's van kleine deeltjes zoals slijpspetters voldoet een polycarbonaat scherm. Een polycarbonaat scherm is helder, slagvast en beschermt tegen deeltjes met een hoge impact. Let op, het zicht kan verminderen door krassen, verkleuring e.d. Houd het scherm schoon en gebruik zo nodig een anticondensspray. Vervang het gelaatscherm na een beschadiging, incident of na maximaal 3 jaar.

Beeldschermwerk:

Oogletsel bij beeldschermwerk??? Ja, ook hier bestaat een kans op oogletsel. Denk maar eens aan verkeerde verlichting, opstelling van het beeldscherm (reflectie in het beeldscherm), kijkafstand en de soms kleine karakters in een tekst. In het [Arbobesluit artikel 5.10](#) (dagindeling van de arbeid) stelt men zelfs om na 2 uur beeldschermwerk een korte pauze in te lassen. Deze starre regel van een korte pauze kan in praktijk worden vervangen door kortstondig andersoortige arbeid of door een rusttijd, zodanig dat de belasting van het te verrichten van de arbeid aan een beeldscherm wordt verlicht. Ook zijn er beeldschermbrillen beschikbaar, deze bril geeft de ogen rust. De ogen moeten zich voortdurend aanpassen tijdens beeldschermwerk, van je beeldscherm naar je toetsenbord, van een document op je bureau naar een collega naast je.



Hoe herken je oogletsel?:

- Het oog wordt dichtgeknepen.
- Het oog doet pijn en traant soms.
- Het slachtoffer kan angstig en onrustig zijn.
- Soms is er bloeding of vervormde pupil.
- Het slachtoffer kan minder of niet meer zien.(wazig, dubbel of vervormd)
- Het slachtoffer ziet lichtflitsen.
- Het ooglid is gescheurd.

**Wat kan je doen bij oogletsel?:**

- Probeer het slachtoffer te kalmeren.
- Leg uit wat je gaat doen.
- Laat het slachtoffer zitten en houd het hoofd lichtjes achterover.
- Laat het slachtoffer niet in het oog wrijven.
- Neem de oogleden tussen duim en wijsvinger en spreidt de oogleden voorzichtig uit elkaar.
- Laat het slachtoffer het oog niet bewegen, bekijk het oog, zie je een doordringend voorwerp dan ga je als volgt te werk:
 1. Dek het oog af met een kapje, bekertje of holle hand. Er mag absoluut geen druk op het oog komen. Dek het oog ook niet af met een steriel gaasje dit neemt namelijk vocht op. Dek bij voorkeur ook het nog gezonde oog af, bij bewegen gezonde oog beweegt het beschadigde oog namelijk mee.
 2. Blijf tegen slachtoffer uitleggen wat je doet en stel hem gerust.
 3. Kan het slachtoffer vervoerd worden, doe dit dan halfzittend of liggend, dit vermindert de druk op het oog.
 4. Vervoer het slachtoffer naar een arts.
- Zie je geen doordringend voorwerp, vraag dan het slachtoffer voorzichtig (rustig) naar boven, onder, links en rechts te kijken en zoek na een beschadiging (vuiltje).
- Zie je iets en zit het op het witte deel van het oog ga dan het oog spoelen met een rustig straaltje (lauw) water (15 min).
- Helpt dit niet dan kun je voorzichtig proberen het vuiltje met een steriel gaasje te verwijderen, ga hierbij niet over het gekleurde deel van het oog.
- Helpt dit nog niet zoek dan professionele hulp zoals een huisarts.

Veiligheidstip van de maand.

Tijdens de VCA-audit van 2022 werd Cable Space gewezen op de aanschaf van oogspoelfles. De directie heeft dit onder leiding van Peter Snoeren opgepakt en heeft ons medegedeeld dat de aanschaf van spoelflessen niet lang op zich zal laten wachten.

Deze actie is voor de werkgroep "Veiligheid" reden genoeg om de veiligheidstip van de maand Februari toe te kennen aan:

Peter Snoeren.

Peter helpt mee aan een hoger veiligheidsbewustzijn binnen Cable Space aan de hand van zijn slogan:

"EENS VEILIG, ALTIJD VEILIG."

De beloning word zo snel mogelijk uitgereikt. Wil jij nu ook in het bezit komen van deze beloning? Blijf je tips dan insturen en wie weet komt de beloning volgende maand jou kant op.

Tot de volgende maand.

Met vriendelijke groet
Ruud van Brink
Middelbaar Veiligheidskundige
06-53112715
r.vanbrink@cablespace.nl

