

Voor werknemers | Werk veilig

Veilig werken met kwartsstof

Doe de kwartsstoftest.

Werk veilig. Houd plezier. Kijk vooruit.

BIJNA IEDEREEN IN DE BOUW HEEFT TE MAKEN MET STOF. BIJ BOUWWERKZAAMHEDEN KOMT NU EENMAAL STOF VRIJ. HET INADEMEN VAN STOF IS NOOIT PRETTIG, MAAR AAN HET INADEMEN VAN KWARTSTOF ZITTEN GROTE RISICO'S VOOR JE GEZONDHEID. LEES DEZE FOLDER DAAROM GOED DOOR, ZODAT JE WEET WANNEER JE RISICO LOOPT EN WAT JE KUNT DOEN OM JEZELF TE BESCHERMEN.

Wanneer loop je risico?

Iedere mate van blootstelling aan kwartsstof is schadelijk voor je gezondheid. Bij het bewerken van kwartshoudende materialen loop je risico op schade aan je gezondheid.

Kwarts

Kwarts zit in zand en in natuurlijke gesteenten, dus in veel bouwmaterialen. Voorbeelden van materialen waar kwarts in zit zijn mortel, cement, betonsteen, composietsteen (kwartscomposiet), graniet, kwartsiet, keramische blokken, zandsteen en kalkzandsteen. Dit zijn materialen waar je veel mee werkt.

Kwartsstof en de gevolgen

Bij het bewerken van kwartshoudend materiaal komt kwartsstof vrij. Denk aan zagen, schuren, boren en frezen.

Kwartsstof bestaat uit hele kleine onoplosbare stofdeeltjes die diep in je longen terechtkomen. Diep in je longen kunnen de stofdeeltjes ontstekingen en littekenweefsel veroorzaken. Dit wordt ook wel silicose of stoflong genoemd. Het longweefsel wordt dan minder

elastisch waardoor je bij inspanning kortademig en benauwd wordt, je gaat hoesten en hebt last van pijn op de borst.

Het inademen van kwartsstof kan ook leiden tot longkanker. De klachten die je kan krijgen door longkanker lijken op die van silicose. Bloed ophoesten is een alarmsignaal voor longkanker.

Hoe meer stof je inademt, hoe meer schade er ontstaat en die schade is niet meer te herstellen. Het verraderlijke is dat je er in eerste instantie niet eens zoveel van merkt, pas op latere leeftijd krijg je er echt last van. Het lijkt zo onschuldig, maar dat is het dus niet!



Neem maatregelen in de juiste volgorde

Bescherm jezelf en je collega's zodat je later niet ziek wordt. Neem maatregelen volgens onderstaande stappen. Doe dat in volgorde van 1 naar 10.

1. Gebruik waar mogelijk materialen waar zo min mogelijk kwarts in zit.
2. Laat materialen zo veel mogelijk op maat aanleveren.
3. Kies voor een manier van werken waarbij weinig stof vrijkomt. Bijvoorbeeld knippen in plaats van zagen.
4. Gebruik apparatuur met afzuiging en/of watertoevoer als je moet zagen, boren, frezen, hakken, stralen of schuren. Zorg ervoor dat de afzuiging goed aansluit.
5. Gebruik bij het boren van enkele kleine gaten per dag een boormachine waar afzuiging in zit.
6. Haal de hulpstukken voor stofbestrijding niet van je gereedschap af, ook al werkt het misschien wat lastiger.
7. Houd je werkplek schoon. Ruim koelwater en gruis van kwartshoudend materiaal direct op. Zorg ervoor dat het niet kan opdrogen en weer opwaaien. Gebruik hiervoor een industriële stofzuiger. Dus geen bezem of perslucht, want daardoor verspreid je het stof juist.
8. Werk zoveel mogelijk buiten. Als dat niet kan, zorg dan voor voldoende ventilatie.
9. Probeer de werkzaamheden waarbij stof vrijkomt

zo veel mogelijk in een aparte ruimte te doen, zodat anderen geen last van je hebben.

10. Gebruik de juiste ademhalingsbescherming, ook als je buiten werkt.

- P2-filter als je werkt met afzuiging of watertoevoer;
- P3-filter voorzien van aangeblazen lucht als afzuiging of nat werken niet mogelijk zijn.

Medische check

Je hebt om de vier jaar recht op een medische check (PAGO). Vanaf je veertigste heb je zelfs iedere twee jaar recht op een PAGO. Maak hier gebruik van en geef aan dat je met kwartsstof werkt. Als in een vroeg stadium wordt ontdekt dat het stof je longen beschadigd, kun je voorkomen dat het erger wordt.

Hoe meer stof je inademt,
hoe meer schade ontstaat!



Hoe stoffig ben jij?

Kwartsstoftest

Doe de kwartsstoftest om erachter te komen of jij jezelf en je omgeving genoeg beschermt tegen de gevaren van kwartsstof. Omcirkel het antwoord dat op jou van toepassing is.

	Ja	Nee
1. Vraag jij aan jouw werkgever om materialen aan te schaffen die weinig kwarts bevatten?	☒	☐
2. Vraag jij aan jouw werkgever om materialen zo veel mogelijk op maat aan te laten leveren, zodat je zo min mogelijk hoeft te zagen?	☒	☐
3. Kies je voor werkmethoden waarbij weinig stof vrijkomt? Knip je bijvoorbeeld blokken in plaats van ze te zagen?	☒	☐
4. Gebruik je apparatuur met afzuiging en/of watertoevoer als je moet zagen, boren, frezen, haken, stralen of schuren?	☒	☐
5. Houd jij jouw werkplek schoon? Ofwel, ruim je koelwater en kwartsbevattend gruis direct op zodat het niet kan opdrogen en weer opwaaien?	☒	☐
6. Zorg je voor goede ventilatie door ramen en deuren te openen als je binnen werkt?	☒	☐
7. Wissel je stoffige werkzaamheden af met niet stoffige werkzaamheden?	☒	☐
8. Houd je rekening met anderen door werkzaamheden waarbij stof vrijkomt zo veel mogelijk in een aparte ruimte te doen?	☒	☐
9. Draag je een masker met P2-filter als je met afzuiging werkt?	☒	☐

☐ 0 - 3

Je bent een stofwolk, als je zo doorgaat zet je je eigen gezondheid en die van je collega's op het spel. Lees deze folder nog maar eens goed door.

☐ 4 - 6

Je bent behoorlijk stoffig, maar je houdt al wel een beetje rekening met de gevaren van kwartsstof. Waarom zorg je er niet voor dat je helemaal stofvrij wordt? Lees de tips in deze folder nog maar eens door.

☒ 7 - 8

Je bent bijna helemaal stofvrij! Ga voor de 100%!

☒ 9

Je bent een held! Je past goed op je eigen gezondheid en die van je collega's. Aan jou kunnen ze een voorbeeld nemen!

Meer weten?

Op de website www.stofvrijwerken.tno.nl vind je informatie over de juiste stofafzuiging voor je gereedschap. Op www.volandis.nl kun je het Handboek Arbeidsmiddelen downloaden, waarmee je zelf materieel en gereedschap kunt keuren.

Voor meer informatie over gezond en veilig werken kijk je op www.volandis.nl of stuur een e-mail naar info@volandis.nl.

Wij zijn kennis- en adviescentrum Volandis. We bouwen aan een gezonde en bloeiende bouw- en infrasector. Waarin mensen veilig werken. Plezier houden in hun werk. En op tijd vooruit kijken. Dat is goed voor iedereen: werknemer, werkgever én opdrachtgever. Want gezonde en gemotiveerde mensen halen de beste resultaten. We dagen je uit hier zélf actief mee aan de slag te gaan. Weet hoe je bezig bent. En waar je naartoe werkt. Merk het zelf: bewust werken wérkt.

Volandis is een organisatie van:



Aan de tot standkoming van deze publicatie is de grootst mogelijke zorg besteed.
Aan de inhoud kunnen geen rechten worden ontleend.

Volandis

Ceintuurbaan 2
3847 LG Harderwijk
Postbus 85
3840 AB Harderwijk

0341 499 299
info@volandis.nl

volandis.nl