

Nastupování a vystupování

Kabina nákladního automobilu

Každoročně dochází k mnoha nehodám řidičů při nastupování do kabiny nákladního automobilu a vystupování z ní. Pády, uklouznutí a podvrtnutí kotníků nejsou neobvyklé. Incidentsy s sebou nesou vážná a někdy i smrtelná zranění. Patří mezi ně pohmožděniny, natržené vazy a zlomeniny, často holenní a lýtkové kosti, krku, páteře nebo hlavy.



Před nastupováním nebo vystupováním:

- Pro nastupování a vystupování dveře úplně otevřete. Pouze při zcela otevřených dveřích lze bezpečně používat schůdky pro vstup a výstup.
- Zkontrolujte, zda schůdky a madla nevykazují závady.
- Udržujte vchod a východ bez překážek a zdrojů nebezpečí klopýtnutí, jako jsou rohožky, boty, rukavice, kanystry nebo láhve s pitím.
- Dbejte na to, aby bylo možné schůdky a madla volně používat.
- Pokud má vaše vozidlo odpovídající výbavu, nastavte volant před opuštěním vozidla do co nejsvislejší polohy a snižte sedadlo (pomocí pomůcky pro nastupování a vystupování).

Povětrnostní podmínky a vlastnosti terénu

- Věnujte pozornost povětrnostním podmínkám a buďte opatrní zejména za mokra, sněhu a náledí.
- Před nastupováním zbavte schůdky sněhu, ledu a nečistot.
- Věnujte pozornost vlastnostem terénu, například nerovnostem a obrubníkům.



Nastupování a vystupování

Kabina nákladního automobilu

Při nastupování a vystupování

- Vždy nastupujte zepředu a vystupujte pozadu.
- Správná technika: „2+1“: Dvě ruce a jedna noha jsou vždy v kontaktu s vozidlem.
- Využijte všechny možnosti, kde se přidržovat.
- Využijte každý schůdek – žádný nevynechávejte.
- Neskákejte.
- Nepřezouvejte se na schůdkách, ale před nastoupením/vystoupením nebo po něm.
- Nic v ruce nedejte, například dokumentaci k nákladu, tašky nebo chytré telefony. Používejte pomůcky, například tašku přes rameno.



Při nastupování a vystupování noste obuv, která obepíná nohu a je protiskluzová, aby nemohlo dojít k vyklouznutí nohy z obuvi a sklouznutí ze schůdků.



Zvláštní pozornost věnujte vlastnostem terénu při vystupování, abyste bezpečně došlápli.



Pozor

Pozor při jízdě v jiném vozidle

Počet schůdků a vzdálenosti mezi nimi nejsou pro každý typ vozidla stejné. Liší se také možnosti, kde se přidržovat.



Info

Případné závady na vozidle neprodleně nahlase zde:

Případně poučení doplňte o další obsah stanovený v rámci hodnocení rizik.