

Wybór zawodu a warunki zdrowotne

„Nie bójcie się słabości człowieka ani jego wielkości! Człowiek zawsze jest wielkim, także w słabości”.
Jan Paweł II

Wkrótce podejmiecie decyzję edukacyjno-zawodową dotyczącą wyboru szkół ponadpodstawowych i w konsekwencji przyszłego zawodu. Ważnym czynnikiem decydującym o tym czy zostaniecie przyjęci do danego typu szkoły jest wasze zdrowie. Chciałabym przedstawić więc przeciwwskazania zdrowotne ograniczające możliwości wyboru kierunku kształcenia. Zapoznajcie się z nimi i zdecydujcie, czy któreś z nich ogranicza również i Was.

WADY SŁUCHU

Przeciwwskazania:

- czynności narażające narządy zmysłów na uszkodzenia,
- konieczność przebywania w hałasie,
- praca na wysokości,
- prace związane z obsługą interesantów,
- prace wymagające kontroli słuchowej wykonywanych czynności i bezpieczeństwa sytuacji,
- prace, w niektórych narząd słuchu wykorzystywany jest do diagnostyki stanu urządzeń i organizmów żywych.

WADY WZROKU (np.: silna krótkowzroczność, jednooczność, zez i inne)

Przeciwwskazania:

- wykonywanie czynności precyzyjnych wymagających dużej dokładności,
- praca przy niekorzystnym lub niewielkim oświetleniu,
- praca wymagająca dużego wysiłku fizycznego,
- praca przy obsłudze maszyn w ruchu, monitorach ekranowych,
- prace wymagające dobrej koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- praca w środowisku silnie zanieczyszczonym (np.: pyły, pary, gazy),
- czynności, w których wymagana jest wzrokowa kontrola pracy, wymagające stałego napięcia obu lub jednego oka,
- praca na wysokościach i rusztowaniach,
- prace związane z prowadzeniem pojazdów i służbą ruchu,
- praca angażująca długotrwałe zmysł równowagi

NADMIERNA POBUDLIWOŚĆ NERWOWA, NERWICA

Przeciwwskazania:

- prace powiązane z dużym napięciem nerwowym, z dużą odpowiedzialnością, z narażeniem na działanie czynników stresogennych,
- czynności wymagające dużej koncentracji uwagi i dokładności,
- prace precyzyjne wymagające skomplikowanych operacji manualnych,
- prace związane z udzielaniem pomocy innym ludziom,
- prace realizowane w sytuacjach kryzysowych lub związane z silną presją społeczną.

ASTMA I INNE SCHORZENIA OSKRZELI

Przeciwwskazania:

- nadmierny wysiłek fizyczny,
- narażenie na obciążenie emocjonalne i silny stres,

- przebywanie w pyłe, oparach gazów i substancji chemicznych,
- praca w środowisku zanieczyszczonym zadymionym,
- praca w zmiennych warunkach atmosferycznych,
- przebywanie w pomieszczeniach narażających na kontakt z alergenem,
- praca w zmiennych warunkach środowiskowych (częściowo w pomieszczeniu, częściowo na wolnym powietrzu),
- przebywanie w środowisku nadmiernie wilgotnym lub zbyt suchym.

CUKRZYCA

Przeciwwskazania:

- praca na wysokości
- praca przy obsłudze maszyn i urządzeń ruchu,
- prace wymagające znacznego wysiłku fizycznego,
- prace wywołujące napięcie, związane z dużym narażeniem na czynniki stresogenne,
- zawody i prace, które narażałyby na urazy pracownika i otoczenie,
- praca realizowana w zmiennych warunkach organizacyjnych,
- zawody utrudniające przestrzeganie zaleceń dietetycznych,
- praca wymagająca nadmiernego zaangażowania narządu wzroku.

CHOROBY NEREK I UKŁADU MOCZOWEGO

Przeciwwskazania:

- praca w środowisku zimnym i wilgotnym,
- praca w zmiennych warunkach atmosferycznych,
- wykonywanie czynności z narażeniem na kontakt ze środkami i substancjami neurotoksycznymi (metale ciężkie, substancje i związki chemiczne, leki),
- prace realizowane w trudnych warunkach środowiskowych,
- czynności powodujące duże obciążenie fizyczne.

ALERGIA

Przeciwwskazania:

- kontakt z alergenami (np.: sierść, pyłki traw, pleśń, kurz, roztocze i inne),
- praca w środowisku zanieczyszczonym,
- praca w zmiennych warunkach atmosferycznych,
- praca w kontakcie ze środkami drażniącymi,
- praca związana z dużym wysiłkiem fizycznym,
- narażenie na nadmierny stres i obciążenie emocjonalne.

CHOROBY SKÓRY

Przeciwwskazania:

- prace w mikroklimacie wilgotnym lub bardzo suchym,
- prace w kontakcie z detergentami, środkami chemicznymi, produktami spożywczymi, smarami, lakierami, olejami,
- praca w sytuacji ekspozycji społecznej chorobowo zmienionych partii skóry,
- praca w warunkach środowiskowych nasilających objawy schorzenia np.: słońce,
- praca w warunkach stresogennych.

CHOROBY STAWÓW I REUMATYCZNE

Przeciwwskazania:

- przebywanie w środowisku wilgotnym, w zimnych pomieszczeniach,
- praca w zmiennych warunkach atmosferycznych, na wolnym powietrzu,
- prace związane z dużym wysiłkiem fizycznym,
- praca związana z narażeniem na działanie drgań mechanicznych (o dużej częstotliwości).

CHOROBY UKŁADU POKARMOWEGO

Przeciwwskazania:

- przeciwwskazane prace w narażeniu na substancje hepatotoksyczne, (substancje chemiczne (w tym i leki) które zaburzają funkcjonowanie lub uszkodzanie komórek wątroby lub całego tego narządu.
- prace związane z dużym wysiłkiem fizycznym,
- narażenie na działanie czynników stresogennych, silne napięcie emocjonalne,
- prace wymuszające nieprzestrzeganie zalecanej diety (np.: związane z degustacją potraw).

MIGRENA

Przeciwwskazania:

- czynności wymagające wysiłku fizycznego, związane z dźwiganiem ciężarów,
- sytuacje wywołujące silny stres, napięcie, obciążenie emocjonalne,
- praca przy obsłudze maszyn, urządzeń, powiązane z dużym wydatkiem energetycznym,
- kierunek kształcenia związany z dużą zmiennością sytuacji oraz realizowane w stanie silnego stresu i dużego napięcia nerwowego, połączone z dużą odpowiedzialnością,
- prace w mikroklimacie zimnym lub gorącym, pod ziemią, pod wodą, z narażeniem na działanie pola elektromagnetycznego,
- prace realizowane w warunkach dużego natężenia hałasu.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ RUCHOWA

Przeciwwskazania:

- praca w wymuszonej pozycji ciała,
- praca wymagająca pełnej sprawności ruchowej,
- praca wymagająca dużej precyzji i sprawności manualnej,
- praca związana z dźwiganiem ciężarów,
- praca wymagająca dobrej koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- praca na wysokości,
- czynności związane z dużym wysiłkiem fizycznym.

PADACZKA I INNE SCHORZENIA PRZEBIEGAJĄCE Z UTRATĄ ŚWIADOMOŚCI LUB ZABURZENIAMI RÓWNOWAGI.

Przeciwwskazania:

- praca na wysokości,
- wykonywanie czynności związanych z koniecznością używania maszyn i urządzeń będących w ruchu,
- prace wymagające pełnej sprawności psychoruchowej,
- czynności wymagające dużej koncentracji uwagi,
- czynności wymagające wysiłku fizycznego związane z dźwiganiem ciężarów,
- sytuacje wywołujące silny stres, napięcie, obciążenie emocjonalne,

- praca przy obsłudze maszyn i urządzeń powiązana z dużym wydatkiem energetycznym,
- praca w mikroklimacie gorącym i zimnym, pod ziemią, pod wodą, z narażeniem na pole elektromagnetyczne.
- kierunki kształcenia związane z dużą zmiennością sytuacji oraz realizowane w stanie silnego stresu i dużego napięcia nerwowego połączone z dużą odpowiedzialnością,
- praca w środowisku z pulsującym, zmiennym światłem,
- względne ograniczenie: długotrwała praca z komputerem.

Zawód powinien być tak dobrany, aby w przypadku wystąpienia ataku nie doszło do zagrożenia zdrowia lub życia chorego lub innych osób. W ciężkich przypadkach konieczna jest praca w warunkach chronionych.

Zawody dopuszczalne:

bibliotekarz, ekonomista, fotograf, koszykarz, krawiec, ogrodnik itd.

SCHORZENIA NARZĄDU MOWY

Przeciwwskazania:

- prace wymagające długotrwałego wysiłku głosowego,
- prace związane z kontaktem werbalnym z innymi osobami,
- prace związane z obsługą klientów,
- zawody związane z silną ekspozycją społeczną,

SCHORZENIA UKŁADU KRWIOTWÓRCZEGO/np.: białaczka i inne

Przeciwwskazania:

- prace z narażeniem na substancje powodujące uszkodzenia komórek szpiku,
- prace związane z narażeniem na uszkodzenie ciała, urazy i skaleczenia,
- prace związane z dużym wysiłkiem fizycznym,
- narażenie na silny stres i obciążenie emocjonalne,
- prace w zmiennych i trudnych warunkach atmosferycznych,

SRZYWIENIE KRĘGOSŁUPA

Przeciwwskazania:

- praca obciążająca fizycznie/ z dużym wysiłkiem fizycznym.
- praca w długotrwałej ciągłej pozycji stojącej lub w wymuszonej pozycji ciała (np.: siedzącej, z pochYLENIEM itp.).
- praca związana z dźwiganiem ciężarów,
- praca wymagająca pełnej sprawności psychoruchowej,
- praca na wysokości.

WADY SERCA i inne schorzenia układu krążenia (uwzględnić należy wydolność fizyczną oraz ewentualne zagrożenie utratą świadomości).

Przeciwwskazania:

- praca związana z wysiłkiem fizycznym i dźwiganiem ciężarów,
- praca w wysokiej temperaturze lub mikroklimacie zimnym,
- prace w dusznych pomieszczeniach, pod ziemią, pod wodą, z narażeniem na działanie pola elektromagnetycznego,

- prace związane z dużym napięciem nerwowym, narażeniem na stres i obciążenie emocjonalne,
- prace w warunkach dużego natężenia hałasu,
- praca na wysokości,
- praca przy obsłudze maszyn i urządzeń powiązana z dużym wydatkiem energetycznym (np.: maszyn w ruchu).

Wybrane zawody – przeciwwskazania i dopuszczalne choroby.

Ślusarz

Przeciwwskazania

- wady wzroku nie dające się skorygować szklami optycznymi,
- przewlekła schorzenia układu oddechowego,
- osłabiony słuch,
- zaburzenia równowagi, epilepsja,
- alergie,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- dużo niższy wzrost,
- wada wymowy

Operator obrabiarek skrawających

Przeciwwskazania

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna,
- wady wzroku wymagające korekcji szklami, brak widzenia obuocznego, znaczne zaburzenia widzenia
- choroby uszu, niedosłuch,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- choroby układów: mięśniowego, kostno-stawowego, ruchu
- oddechowego, nerwowego, moczowego i nerek, krążenia (wady serca, nadciśnienie tętnicze),
- alergie, choroby skóry rąk,
- zaburzenia psychiczne, uzależnienia,
- cukrzyca,
- reumatyzm

Dopuszczalne choroby

- przebyta gruźlica płuc,
- widzenie barw nieprawidłowe,
- wady wymowy

Monter sieci i urządzeń telekomunikacyjnych

Przeciwwskazania

- nieskorygowane szklami małe wady wzroku, brak widzenia obuocznego, zaburzenia widzenia barw,
- niedosłuch, choroby zapalne uszu,
- ograniczenia sprawności ruchowej rąk i palców,
- prace na wysokości: choroby układu kostno - stawowego, narządu ruchu,
- choroby układu: krążenia, oddechowego,
- nerwowego, wady serca,
- omdlenia, zawroty głowy, zaburzenia równowagi,
- nadmierna potliwość rąk,
- zaburzenia zmysłu dotyku.

Dopuszczalne choroby

- niższy wzrost,
- boczne skrzywienie kręgosłupa
- stopy płaskie,
- przebyta gruźlica płuc,
- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona (jeśli nie pracuje na wysokości),
- jednoocność (jeśli nie pracuje na wysokości),
- wady wymowy

Mechanik-operator pojazdów i maszyn rolniczych

Przeciwwskazania zdrowotne

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna, zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- nieskorygowane szklami wady wzroku, brak widzenia obuocznego, znaczne zaburzenia widzenia barw,
- choroby układów: mięśniowego, kostno-stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn), oddechowego, nerwowego, krążenia, wady serca,
- alergie, choroby skóry,
- cukrzyca, reumatyzm,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- stopy płaskie II^o,
- wady wymowy,

Mechanik pojazdów samochodowych

Przeciwwskazania zdrowotne

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- nieskorygowane szklami wady wzroku, brak widzenia obuocznego, znaczne zaburzenia widzenia barw,

- choroby uszu, niedosłuch,
- choroby układów: mięśniowego, kostno-stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn), oddechowego, nerwowego, krążenia, wady serca,
- alergie, choroby skóry,
- cukrzyca, reumatyzm,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- boczne skrzywienie kręgosłupa I^o,
- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona nawet po korekcji okularami,
- wady wymowy

Elektryk

Przeciwwskazania zdrowotne

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna,
- nieskorygowane szklami wady wzroku,
- brak widzenia obuocznego, zaburzenia widzenia barw,
- znaczny niedosłuch,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- choroby układów: mięśniowego, kostno-stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn, zwłaszcza rąk), oddechowego, nerwowego, krążenia, wady serca,
- alergie,
- choroby skóry rąk, nadmierna potliwość rąk,
- cukrzyca, reumatyzm,
- zaburzenia psychiczne
- zaburzenia zmysłu węchu i dotyku,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- niższy wzrost,
- boczne skrzywienie kręgosłupa I^o,
- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona nawet po korekcji okularami (nie można pracować na wysokościach),
- ostrość słuchu osłabiona

Elektromechanik pojazdów samochodowych

Przeciwwskazania zdrowotne

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna,
- nieskorygowane szklami wady wzroku,
- brak widzenia obuocznego, zaburzenia widzenia barw,
- znaczny niedosłuch,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- choroby układów: mięśniowego, kostno - stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn, zwłaszcza rąk),

- znaczne zaburzenia układów: oddechowego, nerwowego, krążenia (wady serca),
- alergie, choroby skóry rąk,
- nadmierna potliwość rąk,
- zaburzenia zmysłu węchu,
- cukrzyca, reumatyzm,
- epilepsja, uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- średnie i małe wady wzroku skorygowane

Piekarz

Przeciwwskazania zdrowotne

- niska wydolność fizyczna,
- wady wzroku,
- znaczny niedosłuch,
- alergie,
- choroby skóry rąk,
- nosicielstwo chorób zakaźnych,
- cukrzyca,
- zaburzenia zmysłu smaku, węchu,
- dotyku,
- ograniczona sprawność rąk i palców,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona (okulary wykluczone),
- ostrość słuchu osłabiona,
- wada wymowy,
- jednooczność

Cukiernik

Przeciwwskazania zdrowotne

- niska wydolność fizyczna,
- wady wzroku wymagające korekcji szklami, brak widzenia obuocznego, zaburzenia widzenia barw,
- znaczny niedosłuch,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,

- choroby układów: mięśniowego, kostno-stawowego, ruchu (ograniczenia sprawności ruchowej kończyn, zwłaszcza rąk i palców), oddechowego, nerwowego, krążenia (wady serca, nadciśnienie tętnicze),
- alergię,
- choroby skóry,
- nosicielstwo chorób zakaźnych,
- cukrzyca,
- uzależnienia,
- zaburzenia zmysłu smaku, węchu, dotyku.

Dopuszczalne choroby

- niższy wzrost,
- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona, nawet po korekcji okularami,
- ostrość słuchu osłabiona,
- wady wymowy,

Murarz – tynkarz

Przeciwwskazania zdrowotne

- słaba budowa ciała i niska wydolność fizyczna,
- wady wzroku wymagające korekcji szklami, brak widzenia obuocznego, znaczne zaburzenia widzenia
- choroby uszu, niedosłuch,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,
- choroby układów: mięśniowego, kostno - stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn, zwłaszcza palców), oddechowego, nerwowego, moczowego i nerek, krążenia (wady serca, nadciśnienie tętnicze)
- alergię, choroby skóry rąk,
- zaburzenia psychiczne, uzależnienia,
- cukrzyca,
- reumatyzm.

Dopuszczalne choroby

- osłabiona ostrość słuchu

Sprzedawca

Przeciwwskazania zdrowotne

- niedosłuch,
- wady wymowy,
- choroby skóry rąk,
- kłopoty z kręgosłupem,
- zaburzenia równowagi, omdlenia, zawroty głowy,

- choroby układów: mięśniowego, kostno - stawowego, ruchu (zaburzenia sprawności kończyn, zwa
- oddechowego, nerwowego, krążenia, wady serca,
- nosicielstwo chorób zakaźnych szczególnie na stoiskach spożywczych,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- boczne skrzywienie kręgosłupa I°,
- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona nawet po korekcji okularami,
- jednooczność,

Kucharz

Przeciwwskazania zdrowotne

- wady wzroku wymagające korekcji szklami,
- płaskostopie znacznego stopnia,
- skrzywienie kręgosłupa,
- przewlekłe choroby skóry,
- alergie,
- choroby przewodu pokarmowego,
- choroby płuc,
- nosicielstwo chorób zakaźnych,
- zaburzenia psychiczne,
- żylaki,
- nadciśnienie,
- wady serca,
- uzależnienia.

Dopuszczalne choroby

- ostrość wzroku nieznacznie osłabiona (okulary wykluczają),
- ostrość słuchu osłabiona

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat proszę być przyszedł do Poradni na spotkanie, ale dopiero po ustaniu pandemii koronawirusa. Możesz natomiast zadzwonić i umówić się na rozmowę (teraz telefoniczną) (82) 5721271. Zapraszam.

Joanna Szczepańska

Przy opracowywaniu materiału korzystałam z:

- Problem niepełnosprawności w poradnictwie zawodowym, Zeszyty informacyjno – metodyczne doradcy zawodowego, Krajowy Urząd Pracy
- Zeszyty Informacyjno – Metodyczne Doradcy Zawodowego „Podręcznik oceny zawodu z punktu widzenia różnego rodzaju niepełnosprawności”, KUP- W. Kreft i in.,
- Podstawy poradnictwa Kariery. Poradnik dla nauczycieli- Wojtasik B.
- ABC doradcy zawodowego. Poradnictwo zawodowe dla osób niepełnosprawnych. Materiały dla szkolnego doradcy zawodowego -G. Sołtysińska