



Normy okulistyczne w medycynie pracy – porównanie modelu polskiego i brytyjskiego na podstawie wybranych aktualnych przykładów

Wiktor Stopyra

Szpital Okulistyczny MW-med w Krakowie

STRESZCZENIE

Prawidłowy wzrok jest niezbędny do dobrego wykonywania wielu zawodów. Niezależnie od tego, czy praca polega na prowadzeniu pojazdu, kontroli jakości, sortowaniu według koloru w zakładzie produkcyjnym czy też podejmowaniu krytycznych decyzji dotyczących życia i śmierci, dobre widzenie jest zazwyczaj fundamentem wydajnego i bezpiecznego działania. Dlatego tak istotne jest opracowanie minimalnych kryteriów wzrokowych wymaganych od pracowników na każdym niemal stanowisku. W Polsce nie ma jednych, zebranych wytycznych w tym zakresie. Znajdują się one w ministerialnych rozporządzeniach (Ministra Zdrowia, Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministra Infrastruktury i Rozwoju czy nawet Prezesa Rady Ministrów) lub zaleceniach

ośrodków medycyny pracy. Inaczej sprawa wygląda w Wielkiej Brytanii. Królewskie Kolegium Okulistów opracowało własne standardy okulistyczne obowiązujące pracowników na wielu stanowiskach. Niniejszy artykuł jest porównaniem obu modeli – polskiego i brytyjskiego – w zakresie aktualnych pracowniczych norm okulistycznych. Wykorzystano wymagania obowiązujące strażaków, maszynistów i innych pracowników kolei oraz pracujących na morzach, w szczególności marynarzy. Rozpatrywano najistotniejsze funkcje narządu wzroku, takie jak ostrość wzroku, pole widzenia, rozpoznawanie barw i widzenie obuoczne. Wyniki zebrano w tabelach.

SŁOWA KLUCZOWE: strażak, maszynista, marynarz, ostrość wzroku, pole widzenia, widzenie barw

WSTĘP

Co kraj to obyczaj. Istotnie, każde państwo ma swoją ludność, terytorium, władze, swoje prawo, a także obyczaje. Te zwyczaje dotyczą wielu dziedzin życia – od kulturalnego zachowania się w określonych sytuacjach do bohaterских czynów, od skomplikowanego systemu legislacyjnego do prostych wymagań zdrowotnych dotyczących pracowników. Rzeczywiście, każdy kraj ma określone wytyczne dla minimalnych kryteriów zdrowotnych (w tym w szczególności okulistycznych), jakimi muszą wykazać się pracownicy na określonych stanowiskach [1–5]. W Polsce normy te określone są często w ministerialnych rozporządzeniach [6–9]. I tak, minimalne wymagania w zakresie narządu wzroku dla strażaków zawarte są w rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 11 października 2018 r. w sprawie wykazu chorób i ułomności, wraz z kategoriami zdolności do służby w Policji, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Państwowej Straży Pożarnej oraz Służbie Ochrony Państwa,

dla maszynistów – w rozporządzeniu Ministra Infrastruktury i Rozwoju z dnia 10 lutego 2014 r. w sprawie licencji maszynisty, a dla marynarzy – w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 9 grudnia 2015 r. w sprawie warunków zdrowotnych wymaganych od marynarzy do wykonywania pracy na statku morskim [6–8]. W Wielkiej Brytanii system orzeczniczy wydaje się być znacznie prostszy. Dla wymienionych zawodów (jak również wielu innych) obowiązujące normy okulistyczne można znaleźć w publikacjach Królewskiego Kolegium Okulistów [10, 11].

OMÓWIENIE

W Polsce obowiązuje aktualnie rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 11 października 2018 r. w sprawie wykazu chorób i ułomności, wraz z kategoriami zdolności do służby w Policji, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Państwowej Straży Pożarnej oraz Służbie Ochrony Państwa (Dz. U. z 2018 r., poz. 2035) [6]. Zgodnie

ADRES DO KORESPONDENCJI

dr n. med. Wiktor Stopyra, Szpital Okulistyczny MW-med, ul. Dobrego Pasterza 207, 30-001 Kraków, e-mail: wiktorstopyra@gmail.com

z nim wyznaczono 3 kategorie zdolności do pracy w Państwowej Straży Pożarnej:

- kategoria A – zdolny do służby,
- kategoria B – zdolny do służby z ograniczeniem,
- kategoria C – niezdolny do służby.

Wykaz chorób i ułomności przy ocenie zdolności fizycznej i psychicznej do pracy w Państwowej Straży Pożarnej przedstawiono szczegółowo w tabeli I [6, 12].

Obowiązujące w Wielkiej Brytanii normy okulistyczne wymagane od strażaków zgodnie z zaleceniami Królewskiego Kolegium Okulistów przedstawiono w tabeli II [10, 11, 13].

Normy okulistyczne obowiązujące strażaków w Polsce są zdecydowanie bardziej rozbudowane i w pewnym uproszczeniu można przyjąć, że również bardziej restrykcyjne niż wymagania w Wielkiej Brytanii. Należy zauważyć, że osoba z ostrością wzroku oka lepszego, wynoszącą po korekcji 0,7 na tablicy Snellena w Polsce nie może zostać strażakiem, a w Wielkiej Brytanii jak najbardziej. Do tego dochodzi konieczność prawidłowego widzenia zmierzchowego u strażaka w Polsce oraz dyskwalifikacja przy większości schorzeń naczyniówki i siatkówki oraz w przypadku jaskry [6, 10–13].

Wymagania zdrowotne egzekwowane aktualnie od maszynistów reguluje w Polsce rozporządzenie Ministra Infrastruktury i Rozwoju z dnia 10 lutego 2014 r. w sprawie licencji maszynisty (Dz. U. z 2019 r., poz. 2373). Szczegółowe wymagania okulistyczne, jakie powinny spełniać osoby ubiegające się o licencję maszynisty albo o zachowanie jej ważności zebrano w tabeli III [7].

Normy okulistyczne obowiązujące maszynistów w Wielkiej Brytanii opracowane przez Królewskie Kolegium Okulistów przedstawiono w tabeli IV [10, 11].

Minimalne parametry okulistyczne wymagane od maszynistów w Polsce są mniej liberalne niż w Wielkiej Brytanii, a całość badania jest bardziej szczegółowa. I znowu, osoba z ostrością wzroku po korekcji w oku lepszym równą 0,7 na tablicy Snellena w Wielkiej Brytanii może być maszynistą (również prowadzić metro), natomiast w Polsce zostanie zdyskwalifikowana. Dodatkowo w Polsce maszynista musi wykazać się prawidłowym poczuciem kontrastu oraz poprawnie wykonać test na olśnienie [7, 10, 11].

W Polsce normy okulistyczne, dopuszczające do pracy na statku określa rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia

Tabela I. Normy okulistyczne wymagane do pracy w Państwowej Straży Pożarnej w Polsce

Normy okulistyczne obowiązujące strażaków w Polsce				
Paragraf	Punkt	Choroby i ułomności	Kategorie zdolności	
			Kandydaci	Funkcjonariusze
7	1	Ostrość wzroku w zakresie 0,9–1,0 każdego oka bez korekcji	Zdolny	A
	2	Ostrość wzroku jednego oka poniżej 0,5, a drugiego oka – powyżej 0,5. Korekcja szklami lub soczewkami kontaktowymi wyrównuje do 0,9–1,0. Dopuszczalna maksymalna wartość korekcji ± 4 D sph i 2 D cyl	Zdolny/niezdolny	B
	3	Ostrość wzroku każdego oka poniżej 0,5. Korekcja szklami lub soczewkami kontaktowymi wyrównuje do 0,9–1,0. Dopuszczalna maksymalna wartość korekcji ± 4 D sph i 2 D cyl	Niezdolny	B
	4	Ostrość wzroku każdego oka poniżej 0,5. Korekcja szklami lub soczewkami kontaktowymi wyrównuje do 0,8–1,0. Wartość korekcji powyżej ± 4 D sph i 2 D cyl	Niezdolny	B
	5	Ostrość wzroku każdego oka poniżej 0,5. Korekcja szklami lub soczewkami kontaktowymi nie wyrównuje ostrości wzroku przynajmniej jednego oka do minimum 0,8	Niezdolny	C
8	1	Ślepota jednego oka lub brak co najmniej jednej gałki ocznej	Niezdolny	C
9	1	Widzenie obuoczne zaburzone lub całkowity brak widzenia obuocznego	Niezdolny	B
10	1	Nieznaczne upośledzenie rozróżniania barw (zachowane rozróżnianie barw podstawowych)	Zdolny	A
	2	Znaczne upośledzenie rozróżniania barw oraz całkowity brak rozróżniania barw	Niezdolny	C
11	1	Orientacyjne pole widzenia nieprawidłowe	Niezdolny	B/C
12	1	Nieprawidłowe widzenie zmierzchowe	Niezdolny	B
13	1	Choroby oczodołów, powiek, spojówki, twardówki, narządu łzowego, upośledzające czynność oka	Niezdolny	B/C
14	1	Choroby rogówki, tęczówki, ciała rzęskowego, soczewki ciała szklistego, upośledzające czynność oka	Niezdolny	B/C
15	1	Choroby naczyniówki, siatkówki i nerwu wzrokowego upośledzające czynność oka i/lub ograniczające możliwość wykonywania wysiłku fizycznego	Niezdolny	B/C
16	1	Graniczne lub nieznacznie podwyższone ciśnienie śródgałkowe	Zdolny/niezdolny	B
	2	Jaskra	Niezdolny	B/C

Tabela II. Kryteria okulistyczne obowiązujące strażaków w Wielkiej Brytanii

Normy okulistyczne wymagane od strażaków w Wielkiej Brytanii		
Ostrość wzroku do dali bez korekcji	6/18 lepsze oko, 6/24 słabsze oko	
Ostrość wzroku do dali z korekcją	6/9 obuocznie, 6/12 słabsze oko	
Dopuszczalna korekcja do dali	Nadwzroczność	+3,0 D
	Krótkowzroczność	Bez ograniczeń (konieczne jednak spełnienie warunku ostrości wzroku bez korekcji)
Ostrość wzroku do bliży	Nie jest określona, ale konieczna do bezpiecznej obsługi sprzętu (wskaźniki aparatu oddechowego – N12; przyciski radiostacji – N6)	
Laserowa korekcja wzroku	Wymagany co najmniej 1 rok od zabiegu; odstawienie wszystkich leków związanych z operacją (z wyjątkiem kropli nawilżających), brak powikłań pooperacyjnych (w szczególności centralnego przymglenia rogówki), konieczna pooperacyjna refrakcja, topografia rogówki i pachymetria (wykluczenie ektazji rogówki)	
Pole widzenia	Prawidłowe w każdym oku (metoda konfrontacyjna)	
Widzenie barw	Prawidłowi trójchromaci	Dopuszczeni
	Monochromaci	Dyskwalifikacja
	Dichromaci	Dyskwalifikacja
	Patologiczni trójchromaci	Wymagane są profesjonalne testy (zazwyczaj protanomalia dyskwalifikuje, a deuteranomalia jest akceptowana)

Tabela III. Normy okulistyczne wymagane od maszynistów w Polsce

Normy okulistyczne obowiązujące maszynistów w Polsce	
Ostrość wzroku do dali u kandydatów	Bez korekcji każdym okiem $\geq 0,8$
Ostrość wzroku do dali u przedłużających licencję	Bez korekcji każdym okiem $\geq 0,5$ albo lepszym okiem $\geq 0,7$ i słabszym okiem $\geq 0,3$
	Z korekcją każdym okiem $\geq 0,8$ albo lepszym okiem $\geq 1,0$ i słabszym okiem $\geq 0,5$
	Dopuszczalna korekcja $\pm 3,0$ D sfery, $\pm 2,0$ D cylindra
Ostrość wzroku do bliży i pośrednia	Prawidłowa (korekcja bez ograniczeń)
Widzenie barw	Prawidłowe (tablice Ishihary)
	Prawidłowe rozpoznawanie sygnałów barwnych (pojedynczych barw)
Pole widzenia	Prawidłowe
Widzenie obuoczne	Prawidłowe
Poczucie kontrastu	Prawidłowe
Test na oślnienie	Prawidłowy
Brak upośledzenia widzenia pomimo stwierdzonej choroby oczu	

9 grudnia 2015 r. w sprawie warunków zdrowotnych wymaganych od marynarzy do wykonywania pracy na statku morskim (Dz. U. z 2015 r., poz. 2105) [8]. Dla celów orzeczniczych pracowników zatrudnionych na statku morskim podzielono na 3 grupy:

- grupa I – kapitanowie, oficerowie pokładowi i marynarze, od których wymaga się podjęcia obowiązków obserwatora,
- grupa II – wszyscy oficerowie mechanicy, oficerowie elektroautomatycy, marynarze elektrycy oraz marynarze i inni członkowie załogi, stanowiący część wachty maszynowej,
- grupa III – radiooperatorzy.

Tabela IV. Kryteria okulistyczne obowiązujące maszynistów w Wielkiej Brytanii

Normy okulistyczne wymagane od maszynistów w Wielkiej Brytanii	
Ostrość wzroku do dali bez korekcji	Obuocznie $\geq 3/60$
Ostrość wzroku do dali z korekcją	Lepszym okiem $\geq 6/9$ i słabszym okiem $\geq 6/12$
Korekcja	Ilościowo bez ograniczeń
	Okulary – dopuszczalne dwuogniskowe, ale nie progresywne, soczewki barwione lub fotochromatyczne zabronione, okulary przeciwsłoneczne dozwolone, pod warunkiem że spełniają normy BS EN 1836
	Soczewki kontaktowe – barwione zabronione, konieczna prawidłowa tolerancja w miejscu pełnienia obowiązków służbowych i pewność, że charakter pracy jest odpowiedni do używania soczewek; wymagana zapasowa para okularów o równoważnej recepcie
Ostrość wzroku do bliży i pośrednia	Wymagane N8 zapewniające interpretację materiałów pisemnych podczas wykonywania obowiązków służbowych
Widzenie barw	Prawidłowe (tablice Ishihary – dopuszczalne 3 pomyłki)
Pole widzenia	Prawidłowe (metoda konfrontacyjna)
Laserowa korekcja krótkowzroczności dyskwalifikuje	
Brak stanów patologicznych oczu mogących spowodować zaburzenia widzenia	

Szczegółowe warunki badania lekarskiego w zakresie narządu wzroku u marynarzy przedstawiono w tabeli V [8, 14].

Obowiązujące w Wielkiej Brytanii normy okulistyczne wymagane od marynarzy zalecane przez Królewskie Kolegium Okulistów przedstawiono w tabeli VI [10, 11, 15].

Tabela V. Normy okulistyczne wymagane od marynarzy w Polsce

Normy okulistyczne obowiązujące marynarzy w Polsce			
	Grupa I	Grupa II	Grupa III
Ostrość wzroku bez korekcji	Każdym okiem $\geq 0,1$	Każdym okiem $\geq 0,1$	Każdym okiem $\geq 0,1$
Ostrość wzroku do dali z korekcją	Każdym okiem $\geq 0,5$, ale zaleca się $\geq 0,7$ w lepszym oku	Każdym okiem $\geq 0,4$, obuocznie $\geq 0,4$	Każdym $\geq 0,4$
Ostrość wzroku do bliży, obuoczna z korekcją lub bez korekcji	Wzrok wymagany do nawigacji statkiem (mapy, urządzenia nawigacyjne)	Wzrok wymagany do odczytywania wskazań przyrządów, obsługi sprzętu oraz identyfikacji systemów/podzespołów	Wzrok wymagany do odczytywania wskazań przyrządów, obsługi sprzętu oraz identyfikacji systemów/podzespołów
Korekcja	Okulary lub soczewki kontaktowe (konieczność dodatkowej pary w miejscu łatwo dostępnym)	Okulary lub soczewki kontaktowe (konieczność dodatkowej pary w miejscu łatwo dostępnym)	Okulary lub soczewki kontaktowe (konieczność dodatkowej pary w miejscu łatwo dostępnym)
Widzenie barwne	Prawidłowe odczytanie tablic Ishihary – w przypadku błędnego odczytania prawidłowy wynik badania metodą denominacyjną, np. za pomocą lampy Holmsa-Wrighta lub prawidłowy wynik badania anomaloskopowego (Nagela lub równoważnego)	Prawidłowe odczytanie tablic Ishihary – w przypadku błędnego odczytania prawidłowy wynik badania metodą denominacyjną, np. za pomocą lampy Holmsa-Wrighta lub prawidłowy wynik badania anomaloskopowego (Nagela lub równoważnego) lub prawidłowy wynik w teście Farnswortha D15	Prawidłowe odczytanie tablic Ishihary – w przypadku błędnego odczytania prawidłowy wynik badania metodą denominacyjną, np. za pomocą lampy Holmsa-Wrighta lub prawidłowy wynik badania anomaloskopowego (Nagela lub równoważnego) lub prawidłowy wynik w teście Farnswortha D15
Pole widzenia (metoda konfrontacyjna, w uzasadnionych przypadkach perymetria)	Prawidłowe	Wystarczające do pełnienia obowiązków	Wystarczające do pełnienia obowiązków
Widzenie zmiernicowe	Prawidłowe	Prawidłowe	Prawidłowe
Wrażliwość na oślnienie	Prawidłowa	Prawidłowa	Prawidłowa
Diplopia	Brak istotnych zmian	Brak istotnych zmian	Brak istotnych zmian

Dla odmiany standardy okulistyczne obowiązujące marynarzy w Wielkiej Brytanii są bardziej restrykcyjne niż w Polsce. Przykładem niech znowu będzie osoba z ostrością wzroku oka lepszego wynosząca po korekcji 0,7 na tablicach Snellena. W Polsce taka osoba może zostać oficerem pokładowym, natomiast w Wielkiej Brytanii będzie to niemożliwe. Wprawdzie w Polsce badanie okulistyczne u marynarzy wydają się być bardziej rozbudowane, ale trzeba dodać, że widzenie zmiernicowe i test na oślnienie wymagane są tylko w szczególnych sytuacjach – wszczęcia soczewek wewnątrzgałkowych, laserowej korekcji wzroku lub z innych powodów wynikających z badania [8, 10, 11, 14, 15].

PODSUMOWANIE

Strażak, marynarz, maszynista – w Polsce do opracowania wymaganych norm okulistycznych potrzebne były aż 3 rozpo-

ządzenia i zaangażowanie aż 3 ministrów. To dużo, zdecydowanie za dużo. W Wielkiej Brytanii do rozwiązania tego problemu Królewskie Kolegium Okulistów zaproponowało jedne wytyczne. Czy mało? Po prostu wystarczająco. Może warto skorzystać ze sprawdzonych metod? Może warto zasugerować pewne rozwiązania Polskiemu Towarzystwu Okulistycznemu? Jak mawiał Antoine de Saint Exupéry „na pomysły wpadamy często, znacznie rzadziej na rozwiązanie”. *Non plus ultra* [16].

OŚWIADCZENIE

Autor deklaruje brak konfliktu interesów.

Tabela VI. Kryteria okulistyczne obowiązujące marynarzy w Wielkiej Brytanii

Normy okulistyczne obowiązujące marynarzy w Wielkiej Brytanii			
	Oficerowie pokładowi	Oficerowie, inżynierowie, mechanicy, radiooperatorzy	Pozostali
Ostrość wzroku do dali bez korekcji	Każdym okiem $\geq 6/60$	Każdym okiem $\geq 6/60$	Wystarczająca do prawidłowego wykonywania obowiązków
Ostrość wzroku do dali z korekcją	Okiem lepszym $\geq 6/6$, okiem słabszym $\geq 6/12$	Każdym okiem $\geq 6/18$	Wystarczająca do prawidłowego wykonywania obowiązków
Ostrość wzroku do bliży, obuoczna z korekcją lub bez korekcji	N8	N8	Wystarczająca do prawidłowego wykonywania obowiązków
Korekcja	Okulary lub soczewki kontaktowe. Okulary dwuogniskowe dopuszczalne pod warunkiem dobrej adaptacji, barwione zalecane, gdy występuje problem z oślnieniem. Konieczność dodatkowej pary okularów lub soczewek kontaktowych w miejscu łatwo dostępnym		
Widzenie barwne	Prawidłowy test Ishihary lub Lantern 2	Prawidłowy test Ishihary lub Farnswortha D15 lub <i>city university test</i>	Wystarczające do prawidłowego wykonywania obowiązków
Pole widzenia (metoda konfrontacyjna, w uzasadnionych przypadkach perymetria)	Prawidłowe (zakres $\geq 120^\circ$ w poziomie, bez ubytków w zakresie 20° od punktu fiksacji) Ubytki jednoimienne – połowicze lub kwadrantowe są dyskwalifikujące	Wystarczające do prawidłowego wykonywania obowiązków	Wystarczające do prawidłowego wykonywania obowiązków
Jednooczność Dopuszczalna tylko u marynarzy, którzy stali się jednoocznymi	Ostrość wzroku okiem lepszym bez korekcji $\geq 6/60$, z korekcją $\geq 6/6$	Ostrość wzroku okiem lepszym bez korekcji $\geq 6/60$, z korekcją $\geq 6/9$	Wystarczająca do prawidłowego wykonywania obowiązków
Diplopia	Nie jest dozwolona		
Nyktalopia, zwyrodnienie barwnikowe siatkówki	Nie jest dozwolona		

Piśmiennictwo

- Stopyra W. Orzecznictwo okulistyczne. Wyd. 4. Górnicki Wydawnictwo Medyczne, Wrocław 2019; 1-357.
- Zevallos J, Hulshof CT, Mutsaerts T i wsp. Outcomes of seafarer work fitness qualifications in the Netherlands. *Occup Med (Lond)* 2014; 64: 267-270.
- Mina R, Casolin A. The Australian National Standard for rail workers five years on. *Occup Med (Lond)* 2012; 62: 642-647.
- Stopyra W. Program edukacyjny „Kompedium Okulistyki”. Normy okulistyczne w medycynie pracy. Zeszyt 1. *Okulistyka* 2012; 17: 1-16.
- Rustom I, Carter T. Do approved doctors and medical referees in the UK agree when assessing a seafarer's fitness? *Int Marit Health* 2012; 63: 71-77.
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 11 października 2018r. w sprawie wykazu chorób i ułomności, wraz z kategoriami zdolności do służby w Policji, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Państwowej Straży Pożarnej oraz Służbie Ochrony Państwa (Dz. U. z 2018 r., poz. 2035).
- Rozporządzenie Ministra Infrastruktury i Rozwoju z dnia 10 lutego 2014 r. w sprawie licencji maszynisty (Dz. U. z 2019 r., poz. 2373).
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 9 grudnia 2015 r. w sprawie warunków zdrowotnych wymaganych od marynarzy do wykonywania pracy na statku morskim (Dz. U. z 2015 r., poz. 2105).
- Rozporządzenie Prezesa Rady Ministrów z dnia 23 sierpnia 2016 r. w sprawie wykazu chorób i ułomności, wraz z kategoriami zdolności do służby w Centralnym Biurze Antykorupcyjnym (Dz. U. z 2016 r., poz. 1328).
- The Royal College of Ophthalmologists. Standards, Publications & Research. Dostępne na: <https://www.rcophth.ac.uk/standards-publications-research/>.
- The Royal College of Ophthalmologists. Ophthalmic Services Guidance. Occupational Visual Standards. Dostępne na: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKewih34zK_pLxAhUE2SoKHxfpBwQQFjABegQIA-xAD&url=http%3A%2F%2Fbmc.swbh.nhs.uk%2Fwp-content%2Fuploads%2F2013%2F03%2FOCCUPATIONAL-VISUAL-STANDARDS.pdf&usq=A0vVaw27fvmp0xml1GMZmlD39SbA.
- Stopyra W. Narząd wzroku a służba w Państwowej Straży Pożarnej. *Magazyn lekarza okulisty* 2019; 13: 208-212.
- Fireservice. Eyesight requirements. Dostępne na: <https://www.fireservice.co.uk/recruitment/eyesight/>.
- Stopyra W. Lotnik czy marynarz – kto powinien widzieć lepiej? *Magazyn lekarza okulisty* 2019; 13: 157-162.
- GOV.UK. Guidance. Seafarers medical certification guidance. Dostępne na: <https://www.gov.uk/guidance/seafarers-medical-certification-guidance>.
- Jędraszko Cz. Łacina na co dzień. Nasza Księgarnia, Warszawa 1983; 1-340.