

VURDERING AF MANUELLE HÅNDBTERINGSOPGAVER BASERET PÅ NØGLEINDIKATORER Version 2001

Hvor der er et antal individuelle aktiviteter med betydelige fysiske begrænsninger, skal de estimeres separat.

Arbejdsplads/Aktivitet:

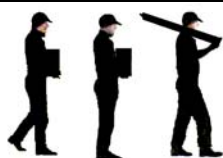



1. trin: Bestemmelse af tidsvurderingspunkter (Vælg kun én kolonne !)

Løfte- eller flytteoperationer (< 5 s)		Holdeoperation (> 5 s)		Bæreoperation (> 5 m)	
Antal på en arbejdsdag	Tidsvurderingspunkter	Total varighed på en arbejdsdag	Tidsvurderingspunkter	Samlet længde på en arbejdsdag	Tidsvurderingspunkter
< 10	1	< 5 min	1	< 300 m	1
10 til < 40	2	5 til 15 min	2	300 m til < 1 km	2
40 til < 200	4	15 min til < 1 time	4	1 til < 4 km	4
200 til < 500	6	1 til < 2 timer	6	4 til < 8 km	6
500 til < 1000	8	2 til < 4 timer	8	8 til < 16 km	8
° 1000	10	≥ 4 timer	10	° 16 km	10
<i>Eksempler:</i> • lægge mursten, • indsætte arbejdsemner i maskine • udtage kasser fra container og lægge kasser på et transportbånd		<i>Eksempler:</i> • holde og føre et støbesmedeemne under arbejde ved en slibemaskine, • betjene en håndslibemaskine, • betjene elektrisk haveværktøj		<i>Eksempler:</i> • flytte møbler, • opstille stilladser på byggeplads	

2. trin: Bestemmelse af byrdevurderingspunkter, stillinger og arbejdsbetingelser

Effektiv byrde ¹⁾ for mænd	Byrdevurderingspunkt	Effektiv byrde ¹⁾ for kvinder	Byrdevurderingspunkt
< 10 kg	1	< 5 kg	1
10 til < 20 kg	2	5 til < 10 kg	2
20 til < 30 kg	4	10 til < 15 kg	4
30 til < 40 kg	7	15 til < 25 kg	7
° 40 kg	25	° 25 kg	25

1) "Effektiv byrde", betyder i denne kontekst den reelle handlingskraft, der er nødvendig til flytning af byrden. Denne handlingskraft svarer ikke til byrdens vægt i alle tilfælde. Når en kasse tippes, vil kun 50 % af byrden påvirke arbejderen, og med en vogn påvirker den kun 10 %.

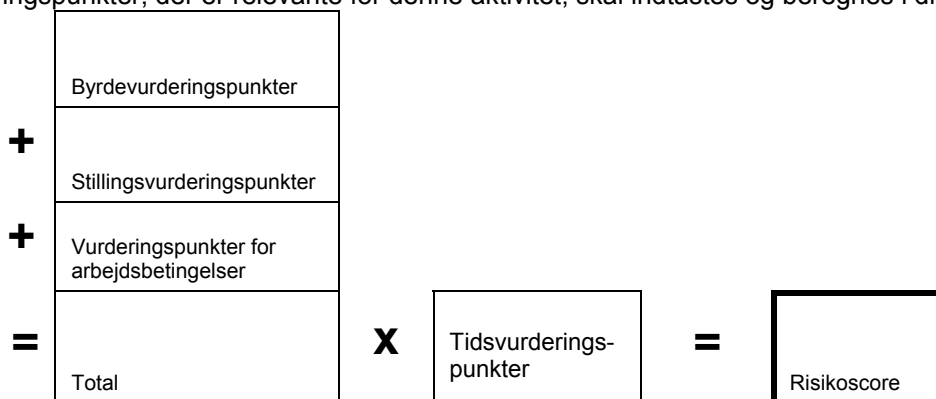
Typisk stilling, byrdens position ²⁾	Stilling, byrdens position	Stillingsvurderingspunkt
	<ul style="list-style-type: none"> Overkrop oprejst, ikke med vridning Når man løfter, holder, bærer og sænker byrden, holdes den tæt ind til kroppen 	1
	<ul style="list-style-type: none"> Let foroverbøjning eller vridning af kroppen Når man løfter, holder, bærer og sænker byrden, holdes den i nærheden af kroppen 	2
	<ul style="list-style-type: none"> Lav eller lang bøjning fremad Let bøjning fremad med samtidig vridning af kroppen Byrde langt fra kroppen eller over skulderhøjde 	4
	<ul style="list-style-type: none"> Bøjning langt fremad med samtidig vridning af kroppen Byrde langt fra kroppen Begrænset stabilitet i stående stilling Hugsiddende eller knæende 	8

2) For at bestemme stillingsvurderingspunkterne skal den typiske stilling under manuel håndtering benyttes. For eksempel, hvis der er forskellige stillinger med en byrde, skal et gennemsnit benyttes - ikke lejlighedsvis forekommende ekstreme værdier.

Arbejdsbetingelser	Vurderingspunkt for arbejdsbetingelser
Gode ergonomiske betingelser, f.eks. tilstrækkelig plads, ingen fysiske forhindringer på arbejdspladsen, jævnt niveau og fast gulv, tilstrækkelig belysning, gode grebetingelser	0
Bevægelsesplads begrænset og ergonomisk ubekvem betingelser (f.eks. 1: bevægelsesplads begrænset ved for lavt, for højt eller lavt niveau eller arbejdsplads mindre end 1,5 m ² eller 2: stillingsstabilitet forringet på grund af ujævnt gulv eller blød jord)	1
Stærkt begrænset bevægelsesplads og/eller ustabilitet i byrdens tyngdepunkt (f.eks. flytning af patienter)	2

3. trin: Evaluering

De vurderingspunkter, der er relevante for denne aktivitet, skal indtastes og beregnes i diagrammet.



På grundlag af de beregnede vurderinger og nedenstående tabel er det muligt at foretage en grov evaluering.³⁾ Uanset dette gælder lovene for barselsorlov.

Risikoområde	Risikoscore	Beskrivelse
1	< 10	Situation med lille byrde, fysisk overbelastning ikke sandsynlig.
2	10 til < 25	Stigende byrdebelastning, fysisk overbelastning mulig for mindre modstandsdygtige personer ³⁾ . For denne gruppe er en ombygning af arbejdspladsen nyttig.
3	25 til < 50	Stærkt stigende byrdebelastning, fysisk overbelastning desuden mulig for normalt modstandsdygtige personer. Ombygning af arbejdspladsen anbefales.
4	≥ 50	Situation med stor byrde, fysisk overbelastning sandsynlig. Arbejdspladsen skal ombygges. ⁵⁾

³⁾ Grundlæggende skal det antages, at efterhånden som antallet af vurderingspunkter stiger, vil risikoen for overbelastning af muskler og knogler også stige. Grænserne mellem risikoområderne er flydende på grund af de individuelle arbejdsteknikker og arbejdsbetingelser. Klassificeringen kan derfor kun betragtes som vejledende. Mere nøjagtige analyser kræver speciel ergonomisk viden.

⁴⁾ Mindre modstandsdygtige personer i denne kontekst er personer over 40 og unge under 21, nye medarbejdere i jobbet eller medarbejdere med visse sygdomme.

⁵⁾ Designkrav kan bestemmes med henvisning til antallet af punkter i tabellen. Æget stress kan undgås ved reduktion af vægten, forbedring af udførelsesbetingelserne eller forkortelse af den pressede tid.

Kontrol af arbejdspladsen nødvendig af andre grunde:

Grunde: _____

Vurderingsdato: _____ Vurderet af: _____