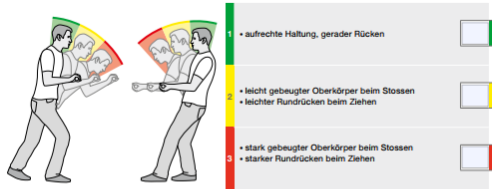
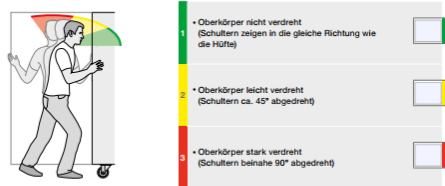


Was ist beim Stossen und Ziehen von Hand zumutbar?

2.4 **Beugung des Oberkörpers**
Überwiegend oder immer wieder zu beobachtende Haltung



2.5 **Verdrehung des Oberkörpers**
Überwiegend oder immer wieder zu beobachtende Haltung



2.6 **Armhaltung**
Überwiegend oder immer wieder zu beobachtende Haltung



Übermässige körperliche Belastungen gehören zu den wichtigsten Ursachen für Beschwerden am Bewegungsapparat, die für fast einen Viertel der Ausfalltage verantwortlich sind. Ergonomisch gestaltete Arbeitsplätze beugen diesen Beschwerden vor.

Wagen und andere Transportgeräte auf Rädern sind willkommene Hilfen, um die Belastungen durch das Tragen schwerer Lasten zu vermeiden oder zu verringern. Doch ab wann wird Stossen und Ziehen von Gegenständen auf Rollen selbst zur übermässigen Belastung?

Ergonomen der Suva haben in Zusammenarbeit mit Fachleuten des SECO ein neues Analyse-Instrument erarbeitet: «Belastungsanalyse, Stossen und Ziehen von Gegenständen auf Rollen» (www.suva.ch/88293.d)

Die Belastungsanalyse ist ein Hilfsmittel zur Beurteilung der körperlichen Belastung einer Einzelperson. Um die grundsätzliche Zumutbarkeit eines Arbeitsablaufs zu beurteilen, soll die Analyse mit mindestens drei unterschiedlichen Mitarbeitenden (Mann, Frau, gross, klein) durchgeführt werden. Die Analyse ist systematisch gegliedert und leicht verständlich illustriert.

Deshalb sind auch Personen mit wenig Vorkenntnissen in der Lage, die Methode korrekt anzuwenden.

Die Analyse gliedert sich in 3 Teile:

- **Äussere Bedingungen des Arbeitsablaufs:** Hier wird die allgemeine Situation erhoben, wie die Situation der Fahrwege (z.B. Hindernisse, Gefälle) und die Eigenschaften der Transporthilfsmittel (z.B. Lenkbarkeit, Wartung).
- **Körperliche Belastungen im gesamten Arbeitsablauf:** Aus der Beobachtung und Befragung betroffener Personen bei der Arbeit, werden wesentliche Aspekte für die körperliche Belastung erhoben: z.B. Anstrengung, Dauer der Tätigkeit, Messung des Anstoss- oder Anzugsgewichts, Haltung der Arme und des Oberkörpers, Beinfreiheit.
- **Körperliche Belastung in der anstrengendsten Situation:** Für diese Situation wird der maximale Kraftaufwand durch Beobachtung und Befragung ermittelt.

Für die einzelnen Aspekte werden jeweils grüne, gelbe oder rote Kästchen angekreuzt. Für die abschliessende Beurteilung werden grüne, gelbe und rote Einstufungen zusammengezählt und ausgewertet.

Fazit: die neue «Belastungsanalyse, Stossen und Ziehen von Gegenständen auf Rollen» ist ein einfach anzuwendendes Hilfsmittel für Arbeitsplätze, an welchen Transportmittel auf Rollen intensiv von Hand umher geschoben werden.

Mit dem dazugehörigen Leitfaden (www.suva.ch/88293/1.d) steht auch eine gute Anleitung zur Verfügung. Damit können die körperlichen Belastungen auf einfache und effiziente Art durch interne oder externe Personen beurteilt werden. Bei Bedarf können dann in einem nächsten Schritt erfahrene Ergonomen, z.B. die CREE zertifizierten Ergonomen der AEH, vertiefende Analysen an Arbeitsplätzen durchführen.