

Besøg byggepladsen og få overblik over de fysiske krav i en række arbejdsopgaver

Videns-katalog om fysiske krav i arbejdet på byggepladsen

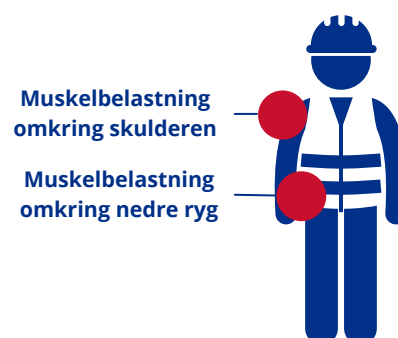
Murere og betonarbejdere udfører dagligt fysisk krævende opgaver, og det kan have konsekvenser for deres helbred både på kort og lang sigt. Nu kan ny forskning fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø sætte præcise tal på, hvor krævende de specifikke arbejdsopgaver er.

Med dette videns-katalog kan arbejdsgivere og arbejdsmiljørepræsentanter blive klogere på, hvor fysisk krævende medarbejdernes opgaver er. På den måde kan de sætte ind over for de mest krævende arbejdsituationer ved eksempelvis at fokusere indsatsen på mere eller bedre brug af hjælpemidler eller omorganisering af arbejdsopgaverne.

Undersøgelserne er lavet på murere og betonarbejdere, der blev iført måleudstyr og videokamera under arbejdet.

Forstå videns-kataloget

- Grafikkerne i kataloget illustrerer, hvor stor en del af medarbejderens maksimale muskelstyrke, de bruger på den specifikke arbejdsopgave.
- 0 % betyder, at man slapper helt af i musklen, og 100 % betyder at man bruger den fulde muskelkraft. Muskelbelastningen er målt for skuldrene og den nedre del af ryggen (også kaldet lænderyggen). Figuren til højre viser et eksempel for en ubelastet, stillestående person.
- Undersøgelsen måler ikke belastningen af hele kroppen, men kun af ryg og skuldre. Formentlig belaster flere af arbejdsituationerne også håndled og albuer.
- Der er ikke angivet grænser for, hvornår en belastning er let, moderat og meget belastende, da der fortsat mangler viden på dette område.



Skovle cement

Fra trillebør til balje

- Den hurtige bevægelse med skovlen medfører en høj belastning af ryggen.



Skub af trillebør

Forskellig størrelse læs

- Opgaven kræver mange gentagelser, da fx cement eller mursten ofte skal flyttes rundt på byggepladsen.
- Belastningen på både skuldre og ryg stiger, jo tungere læsset er.



Billedet viser skub af en halvfuld trillebør.



Deling af mursten

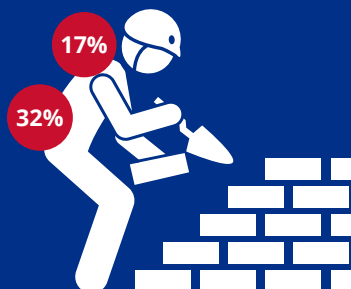
Med hammer

- Stenen deles af et hårdt slag med murhammeren.
- Trods den lave belastning i skuldrene, er opgaven formentlig også belastende for albuer og håndled.

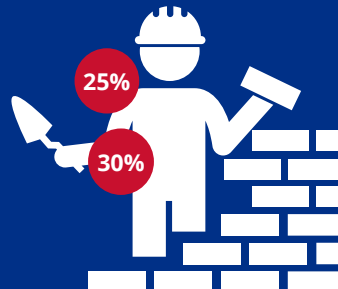


Muring

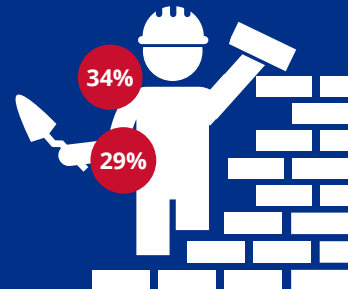
I hoftehøjde



I skulderhøjde



Over skulderhøjde

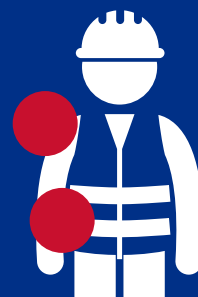


Jernbinding med tang

I forskellige højder

- Jernbinding kræver mange gentagelser, hvilket i sig selv kan være belastende.
- Belastningen i skuldrene stiger, jo højere oppe der bindes.

Billedet viser jernbinding i hoftehøjde.



Bæring af materiel

Armeringsjern

- Armeringsjern er ofte lange stænger, hvilket gør dem svære at håndtere.
- Bæringen giver især en høj belastning i ryggen.



-
-



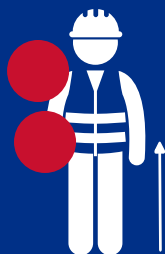
Løft af materiel

Armeringsjern

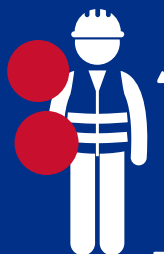
- Opgaven kræver mange gentagelser, hvilket i sig selv kan være belastende.
- Løftet belaster både ryg og skuldre.
- Især løft fra gulv belaster ryggen.



Fra gulv til hoftehøjde



Fra gulv til skulderhøjde



Fra hofte til skulderhøjde



Boring

I skulderhøjde

- Trykket på boremaskinen belaster ryg og skuldre.
- Vibrationerne i sig selv kan også være belastende.



Billedet viser boring i hoftehøjde for bedre at illustrere opgaven.