

Hvordan ændrer de forebyggende MSB-indsatser sig?

Autoriseret arbejdsmiljørådgiver

CRECEA A/S

Jan Rasmussen
Senior arbejdsmiljøkonsulent
jar@crecea.dk

Hvordan ændrer de forebyggende MSB-indsatser sig?

Bredt set og på tværs af brancher

MSB, hvad er det for en størrelse...

- Hvordan skal vi forstå begrebet?

- Muskel og skeletbesvær kan opstå når jobkravende overskrider den enkeltes kapacitet for belastninger
- Nedslidende effekt på kroppen med skader i muskelvæv, i knoglestruktur og led



Mulige årsager til MSB

- Spidsbelastninger, intensitet, høj hastighed
- Det statiske arbejde
- De akavede arbejdsstillinger
- Tunge løft
- Bæring af byrder
- Lange rækkeafstande
- Træk og skub
- Siddende arbejde

Varighed og ensidighed af arbejdet

Den samlede sum af belastninger over en arbejdsdag

Hvad har vi prøvet?

- Variation og rotation
- Reduktion af vægt fx af kasser og værktøj
- Instruktion i hensigtsmæssig arbejdsteknik
- Tekniske hjælpemidler til løft og skub og træk
- Arbejdspladsen kan indstilles individuelt i forhold til person og opgave
- Automation
- Afspændingsøvelser - massage



Det ergonomiske paradoks

- På trods af indsats oplever mange fortsat smerter og besvær i forbindelse med arbejdet ...
- Hvordan kommer vi videre?



Vi skal undgå den ergonomiske fælde - når vi laver løsninger!

- Tunge løft bliver erstattet med ensidigt gentaget arbejde
- Varierende gående og stående arbejde bliver erstattet af stillesiddende arbejde og manglende variation
- At vi flytter den samme type belastning fra en kropsdel til en anden kropsdel – fra skulder til hånd, fra ryg til arme



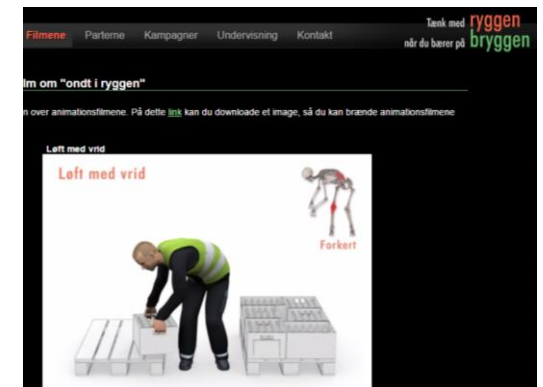
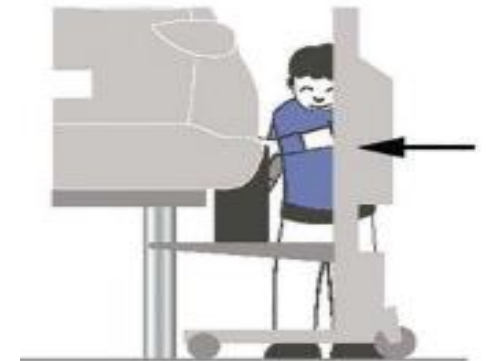
MSB, hvor er udfordringen i andre brancher - og hvad har de gjort?

Nogle brancher har en overhyppighed af MSB - hvad kan udfordringen være?

- Tunge løft – mangler egnet teknisk hjælpemiddel
- For få "lette" arbejdsopgaver at fortynde med
- Statiske og akavede arbejdsstillinger pga. manglende plads
- Arbejde over og under skulderhøjde og knæhøjde – ikke muligt at justere højde
- Risiko for fysiske belastninger kan være et vilkår - Politi, Brand- og redningstjenesten, sygehuse, hjemmehjælp
- Modstand mod forandring

Nogle brancher har fundet løsninger og andre tester:

- Individuel tilpasning af arbejdspladsen,
- optimeret rækkeafstand og arbejdshøjde
- egnede tekniske hjælpemidler,
- træk og skub erstatter løft,
- Instruktioner - dagligt



Nogle brancher har fundet løsninger og andre tester:

- Rotation mellem forskellige arbejdsfunktioner og belastninger,
- reduceret vægt på de emner der håndteres
- risikovurderinger og den kreative løsning



Vigtigt som virksomhed at stille
spørgsmålet:

”Hvad vil vi med MSB?”



Hvad er motivationen for at arbejde med MSB?

Forpligtigelse?

- Vi gør det for at overholde reglerne ...

Forebyggelse?

- Proaktiv - forebygge arbejdsskader og nedslidning

Vision?

- Vi gør det fordi - det er en del af vores kvalitet og renommé

Sikkerhedskultur?

- Arbejds miljøproblem  Driftsproblem



Hvad er vigtigt der styr på

- når der arbejdes med MSB?
- Hvem sidder med - rolleafklaring
- Forventningsafstemninger
- Synlighed og beslutninger om processerne
- Hvor og hvem har ansvaret mv.



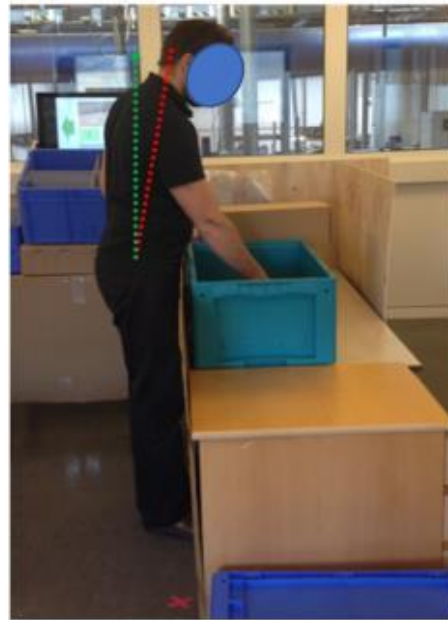
Hvad er planen?

- Erstat de punktvisse løsninger med en overordnet MSB strategi
- Løsningerne skal kvalificeres og optimeres for den enkelte, for funktionen og i forhold til det flow de indgår i

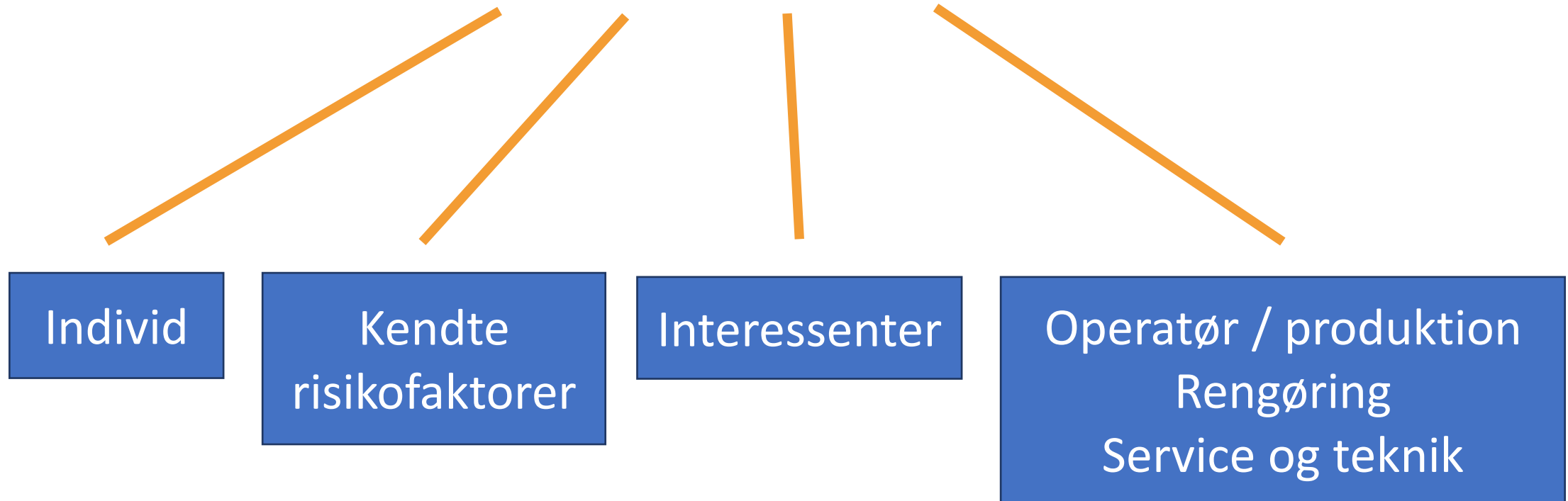


Risikovurdering

- Filtrering, analyse og screening af:
 - Nye arbejdsfunktioner
 - Arbejdspladsindretninger
 - Flow - set i forhold til ergonomien



Arbejdspladsens kompleksitet og funktion



Læring:

- Fokus på at begrænse MSB risikofaktorer med ergonomi og teknologi - rækker ikke i sig selv – det psykiske og sociale aspekt skal med
- Som medarbejder er det vigtigt at se sig hørt - mødt og forstået med respekt, dialog og anerkendelse
- Kan vi have forventninger til den samme fysiske kapacitet når man er 18 - 35 - 60 år og som mand eller kvinde? Behov for individuelle mål?



Læring:

- Hårdt fysisk arbejde er ikke en tilstrækkelig træning i sig selv, men kræver en supplerende målrettet fysisk træning
- Høj risikovillighed i forbindelse med arbejdets udførelse er ikke vejen til at fjerne MSB



Målet er ikke bare at have det godt efter en dags arbejde, men også efter et helt livs arbejde ...



Spørgsmål?

Tak!