

Oftest er det skuldre og ryg, der belastes ved træk og skub. Det er bedre at skubbe frem for at trække, da det er kroppens vægt og benene, der udfører det meste af skubbearbejdet. Det er mest belastende at igangsætte. Belastningen er bl.a. afhængig af underlag (ujævn, skrånende), retningskifte, opbremsninger og hjul (størrelse, art, vedligeholdelse).



Krav

- Der skal anvendes egnede tekniske hjælpemidler, når det er muligt og hensigtsmæssigt, og altid når den manuelle transport indebærer fare for sikkerhed eller sundhed.
- Transport af bure og lignende med en totalvægt på under 200 kg vil sjældent volde problemer. Er totalvægten på mellem 200 og 500 kg, kan det være kritisk, afhængigt af andre faktorer, mens totalvægte på 500 kg eller derover næsten altid vil være problematiske.
- Ved kørsel med rullecontainere og bure må underlagets hældning ikke overstige 1:50, svarende til 2 cm hældning for hver 1 meter.
- Er der flere arbejdsgivere involveret i løsningen af et problem ved f.eks. aflæsning af varer, skal parterne samarbejde om problemet.
- Slæbning af bure og lignende kan vurderes efter samme kriterier som træk og skub.

Træk/skub – "tommelfingerregel"

	Ofte problematisk
500 kg.....	
	Kritisk
200 kg.....	
	Sjældent problematisk

Hvis underlag/pladsforhold er OK

Gode råd

- Prøv så vidt muligt at skubbe frem for at trække.
- Hjulene bør være mindst 10 cm i diameter og vedligeholdes ofte.
- Håndtag skal sidde i højde af ca. 100 cm over gulv. De skal placeres, så medarbejderen ikke støder hænder, ben eller fødder.
- Gennemgå jævnligt de forskellige transportveje med hensyn til ryddelighed samt jævnt og plant underlag.
- Ved arbejdsopgaver, hvor der transporteres over hele dage, bør det overvejes at benytte selvkørende materiel.
- Igangsætning, opbremsning og retningsændring er mest belastende for kroppen. Kørevejen skal derfor planlægges med færrest mulige drej og sving.
- Giv medarbejderen en god instruktion i, hvordan der arbejdes med træk og skub.
- Benyt hensigtsmæssigt fodtøj.

Referencer

- Arbejdstilsynets vejledning om løft, træk og skub, D.3.1, 2005