

Uporabljamo metode dela, ki so že priznane (okvirna analiza delovnega mesta, prof. Sušnikova OADM, OWAS, ček liste za obremenitve,...) in razvijemo podjetju lastno metodo.

ČEK LISTA za preventivo slabih delovnih položajev
<http://osha.europa.eu>

1.	Ali je vrat raven in sproščen ?	DA	NE
2.	Ali je hrbet izravnani, brez rotacij in predklonov ?	DA	NE
3.	Ali se delo izvaja brez opravi z rokami za telesom ?	DA	NE
4.	Ali se delo opravlja brez prevelikih dosegov ?	DA	NE
5.	Ali komolci ostanejo pod nivojem prsnega koša ?	DA	NE
6.	Ali so gibi brez dvigovanja ramen?	DA	NE
7.	Ali je križ podprt pri sedenju ?	DA	NE
8.	Ali je stol primeren opravilu ?	DA	NE
9.	Ali so pri stojećem delu primerna tla ?	DA	NE
10.	Ali je delo brez rotacij podlahti ?	DA	NE
11.	Ali je delo brez upogibanja in rotacij v zapestju ?	DA	NE
12.	Ali je delo brez prijema palca s kazalcem (pincetni prijem) roke?	DA	NE
13.	Ali je poskrbljeno, da obleka ne moti gibanje rok ?	DA	NE
14.	Ali delovno mesto omogoča gibanje nog ?	DA	NE
15.	Ali je dovolj prostora za noge ?	DA	NE
16.	Ali je poskrbljeno, da noge niso v neprijetnih položajih ?	DA	NE
17.	Ali se je možno izogibati pogostemu čepenju in klečanju ?	DA	NE
18.	Ali se delovni položaji lahko spreminjajo ?	DA	NE
19.	Ali se stimulira fizična aktivnost med odmori in po delu ?	DA	NE
20.	Ali delavci poznajo nevarnosti in preprečevanje le teh na delovnem mestu ?	DA	NE
21.	Ali se delavce uči in nadzoruje ?	DA	NE

Sem zdravnica medicine dela, prometa in športa s 25 letnimi izkušnjami v medicini dela.

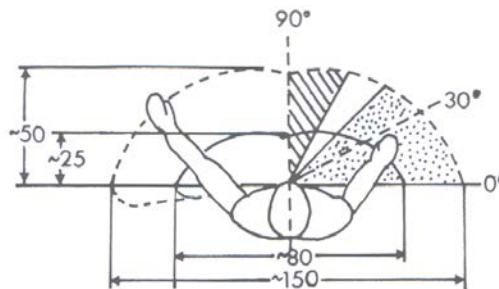


Delo je lahko zabava in šport.

Pri delu me zavezuje strokovnost, visoke etične norme, ohranitev človekovega dostojanstva, prijaznost in poklicna molčečnost.



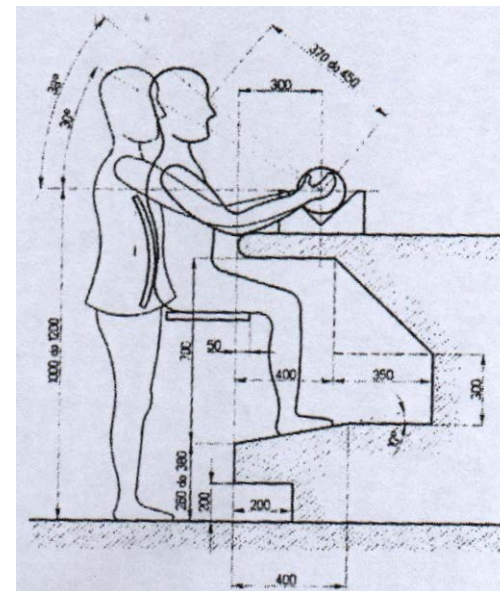
Za reševanje problemov oblikujem ergonomski tim, v katerem glede na reševanje problema, sodelujejo: tehnolog, inženir strojništva, psiholog, sociolog, higienik, strokovnjak glede na problem. Delavce želimo naučiti ergonomskega premišljevanja in ukrepanja.



Ergonomski dosegi

Storitve in dejavnosti so lahko občasne ali redne,

prilagodimo se željam in potrebam delovnim organizacijam in delavcem.



Možnost stojećega in sedečega položaja pri delu



Tudi doma



Nepravilna drža preiskovanke



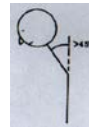
Položaj po zamenjavi stola

PONUDBA STORITEV MEDICINE DELA:

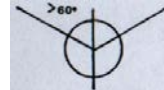
Vse storitve, ki jih po Zakonu o varnosti in zdravju pri delu opravlja pooblaščen zdravnik: sodelujem pri ocenjevanju tveganja na delovnem mestu v delovnem okolju, seznanjam delavce s tveganji, ki so povezana z njihovim delom na delovnem mestu, opravljam naloge zdravstvene vzgoje delavcev, ugotavljam in proučujem vzroke za nastanek poklicnih bolezni in bolezni v zvezi z delom, opravljam preventivne zdravstvene preglede delavcev v skladu s posebnimi predpisi, izvajam zdravstveno varstvo poklicno obolelih delavcev, organiziram prvo pomoč, rešujem in evakuiram v primeru poškodb pri delu in kolektivnih nezgod, ugotavljam vzroke za nastanek delovne invalidnosti ter predlagam ukrepe za njihovo obvladovanje oziroma preprečevanje, sodelujem v procesu poklicne rehabilitacije ter svetujem pri izbiri drugega ustreznega dela, delodajalcu predlagam ukrepe za utrjevanje zdravja delavcev, ki so pri delu izpostavljeni večjim nevarnostim za poškodbe in zdravstvene okvare, svetujem delodajalcu glede poteka delovnega procesa, vodim evidence in zbiram podatke v skladu s posebnimi predpisi.

Preventivne zdravstvene preglede opravimo po Pravilniku o preventivnih zdravstvenih pregledih delavcev Ur.list RS št 87/2002

Osnovne ergonomske napake položaja glave in zgornjih udov



Predklon glave za več kot 45 stopinj



Horizontalna rotacija glave za več kot 60 stopinj



Dvig v ramenu za več kot 90 stopinj, kadar je komolce nepodprt



Retrofleksija v ramenu za več kot 35 stopinj



Elevacija v ramenu nad horizontalo



Ulnarna ali radialna deviacija v zapestju



Hiperekstenzija in hiperfleksija roke



Ambulanta Janežič – Blatnik

Stanetova 45

3320 Velenje

Tel: 03 – 5865 - 411

Mobitel: 041 615 456

http://www.blatnik.net/ambulanta_ot@siol.net

ERGONOMIJA



je prilagoditev dela delavcu

2009