

ОЦЕНКА НА ЗАДАЧИ С РЪЧНО БОРАВЕНЕ С ТОВАР НА БАЗАТА НА КЛЮЧОВИ ИНДИКАТОРИ

Версия 2001

Когато има различни отделни дейности със значително физическо натоварване, те трябва да се изчисляват отделно.

Работно място/дейност:





Първа стъпка: Определяне на времеви точки за оценка (Изберете само една колона!)

Повдигане или преместване (< 5 сек.)		Държане (> 5 сек.)		Носене (> 5 м.)	
Общо за работен ден	Времеви точки за оценка	Общо времетраене за работен ден	Времеви точки за оценка	Обща дължина за работен ден	Времеви точки за оценка
< 10	1	< 5 мин.	1	< 300 м.	1
от 10 до < 40	2	от 5 до 15 мин.	2	от 300 м. до < 1 км.	2
от 40 до < 200	4	от 15 мин. до < 1 ч.	4	от 1 км. до < 4 км.	4
от 200 до < 500	6	от 1 ч. до < 2 часа	6	от 4 до < 8 км.	6
от 500 до < 1000	8	от 2 ч. до < 4 ч.	8	от 8 до < 16 км.	8
≥ 1000	10	≥ 4 ч.	10	≥ 16 км.	10
<i>Примери:</i> • поставяне на тухли, • поставяне на компоненти на машина • преместване на кутии от контейнер върху конвейер		<i>Примери:</i> • държане и поддържане на желязна заготовка върху колело, • работа с машина за шлифоване, • работа с инструмент за премахване на бурени		<i>Примери:</i> • преместване на мебели, • доставка на скелета на строителен обект	

Втора стъпка: Определяне на точки за оценки за товар, поза и условия за работа

Ефективен товар ¹⁾ за мъже	Точка за оценка на товар	Ефективен товар ¹⁾ за жени	Точка за оценка на товар
< 10 кг.	1	< 5 кг.	1
от 10 до < 20 кг.	2	от 5 до < 10 кг.	2
от 20 до < 30 кг.	4	от 10 до < 15 кг.	4
от 30 до < 40 кг.	7	от 15 до < 25 кг.	7
≥ 40 кг.	25	≥ 25 кг.	25

1) "Ефективен товар" в този контекст означава реалната сила, нужна за преместване на товара. Тази сила не винаги отговаря на масата на товара. При накланяне на картон, само 50 % от товара ще имат ефект върху работника, а при използването му – само 10-10 %.

Обикновена поза, място на товара ²⁾	Поза, място на товара	Точка за оценка на поза
	<ul style="list-style-type: none"> Горната част на тялото отдясно, без завъртане При повдигане, държане, носене и сваляне товарът е близо до тялото 	1
	<ul style="list-style-type: none"> Леко наклонено напред или завъртяно тяло При повдигане, държане, носене и сваляне товарът е що-годе близо до тялото 	2
	<ul style="list-style-type: none"> Накланяне напред или назад Леко наклонено напред със завъртане на тялото Товарът не е близо до тялото или е над раменете 	4
	<ul style="list-style-type: none"> Силно наклонено напред със завъртане на тялото Товарът не е близо до тялото Ограничена стабилност на позата при стоене Клякане или коленичене 	8

2) За да се определят точките за оценка на позата при ръчно боравене с товар, се използва нормалната поза. Например, когато има различни пози с товар, трябва да се използва средна стойност, а не големи стойности, които не са постоянни.

Условия за работа	Точка за оценка на условията за работа
Добри ергономични условия, напр. достатъчно място, без физически пречки на работното място, равен и здрав под, достатъчно осветление, добро сцепление	0
Ограничено място за движение и неподходящи ергономично условия (напр. 1: мястото е ограничено от твърде високо или ниско работно място или с размери под 1,5 или 2 кв. м.: нормалната поза е нарушена поради неравен или мек под)	1
Силно ограничено място за движение и/или нестабилност в средата на гравитацията на товара (напр. пренасяне на пациенти)	2

Трета стъпка: Оценка

Точките за оценка за тази дейност се въвеждат и изчисляват в диаграмата.



На базата на оценката в таблицата по-долу е възможно да се направи приблизителна диаграма. ³⁾ Въпреки това са валидни наредбите от Закона за майчинство.

Диапазон на риска	Рисков резултат	Описание
1	< 10	Слаб товар, малка вероятност от физическо претоварване.
2	от 10 bis до < 25	Увеличен товар, възможно е физическо претоварване при по-слаби хора ⁴⁾ . В този случай е подходяща промяна на работното място.
3	от 25 bis до < 50	Силно увеличен товар, възможно е физическо претоварване при нормално хора. Препоръчва се промяна на работното място.
4	— {} — {} — ≥ 50	Тежък товар, има вероятност от физическо претоварване. Нужна е промяна на работното място ⁵⁾ .

³⁾ По принцип трябва да се приеме, че с увеличаването на броя на точките за оценка, се увеличава и риска от претоварване на мускулно-скелетната система. Границите между рисковите диапазони е гъвкава, поради индивидуалните работни техники и показатели. Поради тази причина класификацията е ориентировъчна. За по-точни анализи са нужни специални ергономични познания.

⁴⁾ По-слабите лица в този контекст са тези на възраст над 40 години или под 21 години, новациите на съответната работа или болните.

⁵⁾ Изискванията за промяната могат да се определят в зависимост от броя на точките в таблицата. С намаляване на теллото, подобряване на условията за работа и намаляване на времето на налягане, може да се избегне увеличеният стрес.

Нужна е проверка на работното място поради други причини:

Причини: _____

Дата на оценката: _____ Оценка е направена от: _____