

RISICO: KLACHTEN AAN GEWRICHTEN EN SPIEREN DOOR HAND- EN ARMTRILLINGEN

Beschrijving: Trillingen en schokken kunnen leiden tot aandoeningen aan vaten, botten, gewrichten, spieren of zenuwen. Dit is afhankelijk van de frequentie, de duur en de plaats waar ze het lichaam binnenkomen. Er is verschil tussen lichaamstrillingen en hand- en armtrillingen en -schokken. Met dit risico wordt bedoeld: hand- en armtrillingen. Kou versterkt het effect van trillingen op het lichaam. Het is dus noodzaak bij koude weersomstandigheden de spieren warm te houden.

MAATREGELEN ORGANISATIE BIJ HAND- EN ARMTRILLINGEN EN -SCHOKKEN

- Kies voor alternatieve werkmethodes of machines die de noodzaak van blootstelling aan trillingen en schokken voorkomen of verminderen.
- Bied passende werkschema's aan die de duur en intensiteit van blootstelling beperken. Voldoende rust betekent dat het lichaam tijd krijgt om te herstellen.
- Onderhoud de machines en gereedschappen zoals voorgeschreven.
- Pas machines en gereedschappen aan, bijvoorbeeld door ze te voorzien van trillingsdempende handvatten.
- Zorg dat medewerkers over de voorgeschreven persoonlijke beschermingsmiddelen zoals trillingsdempende handschoenen beschikken.
- Zorg dat alle medewerkers onder de grenswaarde blijven van 5 m/s² voor dagelijkse blootstelling aan hand- en armtrillingen, herleid tot een standaardreferentieperiode van acht uur.
- Evaluer de werkzaamheden op het voorkomen van hand- en armtrillingen en stel de intensiteit vast.
- Zorg voor voorlichting en instructie over de maatregelen en risico's van trillingen, schokken en gebruik van machines. Hierbij komen de volgende aspecten aan de orde:
 - a. maatregelen die zijn genomen om de risico's in verband met trillingen of schokken weg te nemen of tot een minimum te beperken;
 - b. de grenswaarden en actiewaarden voor blootstelling;
 - c. de resultaten van de verrichte beoordelingen en metingen van trillingen en de gezondheidsschade die de gebruikte arbeidsmiddelen kunnen veroorzaken;
 - d. het nut van en de methode voor het opsporen en melden van symptomen van gezondheidsschade;
 - e. de omstandigheden waarin werknemers recht hebben op een arbeidsgezondheidskundig onderzoek;
 - f. veilige werkmethoden om de blootstelling aan mechanische trillingen tot een minimum te beperken.
- Een medewerker die blootgesteld wordt aan trillingen wordt in de gelegenheid gesteld periodiek een arbeidsgezondheidskundig onderzoek te ondergaan.
- Op verzoek van de werkgever of de betrokken werknemer wordt het arbeidsgezondheidskundig onderzoek opnieuw uitgevoerd. De resultaten van het hernieuwde onderzoek treden in de plaats van het daaraan voorafgaande.

Maatregel voor: Organisatie

Maatregel status: Overeenstemming tussen werknemers en werkgevers



Datum: 18 juni
2024

Revisie informatie: 1e revisie 06-05-2014, 2e revisie 15-11-2018, 3e revisie 18-06-
2024
