

ARBETSMILJÖ FONDENS SAMMANFATTNINGAR

1023

Ergonomiska riktlinjer för packning i stå-sittande arbetsställning

För innehållet i denna sammanfattning svarar Lena Coggman, TERGO Tema Ergonomi AB, Box 5051, 161 05 Bromma, tel 08/37 51 28.

Pnr 81-1078 Arbetsställning, arbetsbelastning (40)

Januari 1987

Bakgrund

Ergonomiska riktlinjer för utformning av arbetsplatser för *stående* manuell inpackning vid bord har tagits fram av Packforsk. Se Arbetsmiljöfondens sammanfattning 907. Även TERGO medverkade i projektet.

I en enkät, som genomfördes inom detta projekt, fann man att även packarbete, som utfördes eller skulle kunna utföras sittande, förekom ofta.

Det är väl känt att såväl stående som sittande arbetsställningar har både för- och nackdelar från belastningssynpunkt. Stående ger mindre belastning på ryggen, både vad gäller tryck i mellankotskivorna och spänning i ryggmuskulaturen, än sittande. Stående ger dock större belastning på hjärta och blodomlopp. Särskilt vid helt stillastående arbete kan man få en vätskeansamling i benen genom att återflödet av blod till hjärtat försvåras. Detta kan ge upphov till trötthet och smärtor i benen.

Att sitta upprätt på en stol med 90 graders vinkel i knäled och höftled, som ofta brukar rekommenderas, ger stora belastningar på ryggen. Det finns dock andra sittställningar, som är mindre belastande. En bakåtlutad sittställning är bäst för ryggen. En sådan sittställning kan dock vara svår att kombinera med packarbete. Ett annat alternativ är att "ståsitta", dvs sitta högre än brukligt. Då minskar belastningen på ryggen jämfört med "vanlig" sittställning, samtidigt som benen kan avlastas. Dessutom blir rörligheten framåt och i sidled bättre och det är lättare att resa sig.

Syfte

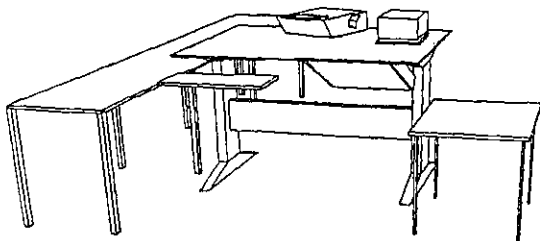
Projektet är ett tillägg till ovanstående arbete och avser att komplettera det med ergonomiska riktlinjer för utformning av arbetsplatser för *stå-sittande*, manuell inpackning vid bord.

Genomförande

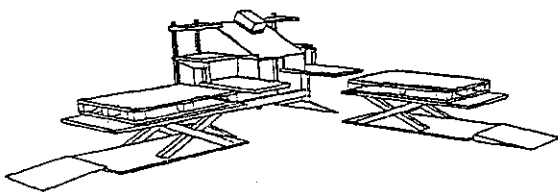
I projektarbetet har först preliminära riktlinjer formulerats. Därefter har två arbetsplatser i näringslivet behandlats i en "förefter"-studie. Först har de befintliga arbetsplatserna utvärderats och därefter har förslag till ombyggnad av arbetsplatserna utarbetats med hjälp av de tentativa riktlinjerna. Slutligen har generella riktlinjer formulerats.

Exempel på idéskisser för arbetsplatsutformningen

Nedan ges några exempel på idéer för arbetsplatsutformning, som diskuteras i rapporten.



Arbetsplats för stå-sittande packning. Varor som ska packas placeras på det lilla bordet (till höger på skissen). Påsar att packa i placeras på den utdragbara hyllan. Färdigpackade varor går ut på transportband (till vänster på skissen). På packytan syns utrustning för förslutning av påsar och för adresslappshandling. Arbetsplatsen diskuteras noggrannare i rapporten.



Arbetsplats för stå-sittande packning. Själva packarbetsplatsen har en packyta där en del kan lutas. På denna del syns häftap-

parat för förslutning av påsar etc. På de försänkta ytorna placeras backar eller liknande för opackat resp färdigpackat gods. Arbetsplatsen har kompletterats med saxbord för pallar. Modifieringar av arbetsplatsen för olika situationer diskuteras i rapporten.

Riktlinjernas tillämpning

Riktlinjerna är avsedda att tillämpas inte bara vid nybyggnad utan också vid ombyggnad av packplatser. Förhållanden på det aktuella företaget måste alltid beaktas. Även om de packarbetsplatser som tagits fram i pilotförsöken inte direkt kan köpas på marknaden är utformningen anpassad till den utrustning, som normalt används i lager, tex pallar, backar etc.

Vi hoppas att någon tillverkare ska ta vara på rapportens idéer och ta fram något slags modulsystem för uppbyggnad av arbetsplatser för stå-sittande packning, så att man på ett enkelt sätt kan modifiera arbetsplatsutformningen efter behovet på det enskilda företaget.

Riktlinjernas omfattning

Riktlinjerna omfattar

- utformning av stå-stol
- pack/arbetsyta
- utrusning för inkommande och utgående gods
- yta för informationsbehandling, sortering, förberedelsearbete

Rapporten

Ergonomiska riktlinjer för packning i stå-sittande arbetsställning (ca 40 sidor) kan beställas från: TERGO Tema Ergonomi AB, Box 5051, 161 05 BROMMA, tel 08/37 51 28. Pris: 100 kr.

Arbetsmiljöfonden

Box 1122, 111 81 Stockholm
Tel 08-796 47 00 (vx)