

Allgemeines

Ergonomie bedeutet

Humanität

- Gestaltung ergonomischer Arbeitsmittel und Arbeitsplätze in Abhängigkeit der Fähigkeiten und Eigenschaften des Menschen
- Einsatz der Menschen nach Ausbildung, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Eigenschaften

Wirtschaftlichkeit

- Auswahl der geeigneten Arbeitsmittel
- Optimierung der Arbeitsabläufe

Sicherheit

- Ergonomische Gestaltungslösungen leisten einen Beitrag zur verbesserten Arbeitssicherheit

Ergonomie unterstützt Lösungen für

Körperliche Belastungen

- manuelles Heben, Halten und Tragen von Lasten
- manuelles Ziehen und Schieben von Lasten
- manuelle Arbeitsprozesse
- Ausübung von Ganzkörperkräften
- Körperfortbewegung
- Körperzwangshaltungen

Physikalische Belastungen

- Lärm
- Vibration
- Klima
- Staub
- Beleuchtung
- Gefahrstoffe
- Biostoffe

Psychische Belastungen

- Führungsverhalten
- Arbeitsorganisation
- Soziale Beziehungen
- Zeitdruck
- Kundenkontakt

Ergonomie für menschengerechte Gestaltung der Arbeit

Gesundheit fördern



- durch Vermeidung von Fehlbelastungen (Unter- und Überforderung)
- durch den Einsatz von Transportmitteln und ergonomischen Maschinen, Geräten und Hilfsmitteln
- durch körpergerechte Arbeitshaltungen und geeignetem Körpertraining

Krankheit verhindern



- Erschöpfung vorbeugen
- Schmerzen vermeiden
- Lebensqualität erhalten

Effizienter Arbeiten

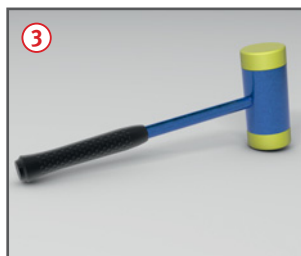
- Erhöhung der Produktivität
- ältere Beschäftigte können ihren Beruf länger ausüben und stehen mit ihrem Fachwissen zur Verfügung
- Steigerung der Leistungsfähigkeit und der Gesundheit





Zusätzliche Hinweise zur Umsetzung in die Praxis

- Ergonomische Gestaltung bezieht sich auf Arbeitsplätze, Arbeitsmittel, Arbeitsabläufe sowie die Arbeitsumgebung und ist bereits in der Planung zu berücksichtigen.
- Sie reduziert Belastungen bei der Arbeit.
- Sie umfasst einfache Lösungen wie z. B. die Griffgestaltung von Werkzeugen, eine gute Erkennbarkeit von Anzeigeelementen, gute Bedienbarkeit von Stellteilen oder auch eine rückenfreundliche Sitzgestaltung in Baumaschinen, z. B. drehbarer Fahrersitz ①.
- Ergonomie kann eine Reduzierung körperlicher Belastungen bewirken z. B. durch
 - Hebehilfen, z. B. verfahrbare Schachtdeckelheber ②,
 - Vibrations- und lärmgedämpfte Werkzeuge, z. B. rückschlagfreie Hämmer ③,
 - höhenverstellbare Geräte, z. B. Arbeitstische und Teleskopstiele ④
 - Transportgeräte, z. B. Karren, absenkbare Anhänger,
 - Arbeitsverfahren, z. B. Tapetenklebemaschine.
- Eine Auswahl von ergonomischen Produkten wird im BG BAU Portal www.bgbau.de/ergonomische-loesungen angeboten.
- Darüber hinaus geht es um die Organisation der Arbeit, z. B. die Gestaltung der Arbeitszeiten und Pausen, die Organisation von Team-Arbeit, die Gestaltung von Arbeitsinhalten, Arbeitsaufgaben mit entsprechenden Handlungs- bzw. Entscheidungsspielräumen und die Festlegung von Arbeitsumfängen.



Weitere Informationen:

DGUV Vorschrift 1 Grundsätze der Prävention
www.bgbau.de/ergonomisches-arbeiten/