

Risker och förebyggande åtgärder

Avsnitt 6 a Fall, ras, belastning m m

!! Risk för fall

- Fall vid arbete på ställning
- Fall från stege
- Fall i gropar eller schakt utan skydd
- Fall genom skivmaterial e d som inte har bärkraft
- Halkning på halt underlag
- Snubbling

☺ Åtgärder

- Ställningsbyggare ska ha utbildning
- Stegar ska inte användas (undantag för vissa typer av arbeten)
- Skyddsräcken
- I vissa fall avspärrning eller skyddsnät
- Ta reda på: Är underlaget hållbart att gå på?
- Skyddstäckning över hål o d ska vara säkrad så att den inte tas bort av misstag

☺ Åtgärder, forts

- Skyddsanordning får tillfälligt tas bort bara om du har tillstånd från arbetsledningen
- Borttaget skydd ska återställas så snart som möjligt – Du får inte lämna arbetsplatsen (ens för rast) om skyddet är borttaget
- Bra belysning
- Städning
- Vara försiktig

!! *Ras*

Konstruktioner som rivs kan rasa som man inte planerat, t ex

- Bjälklag eller del av bjälklag kan rasa
- Väggar kan rasa
- Risk för krosskador, klämskador, dödsfall

☺ Åtgärder

- Rivning i rätt ordning – väggar ska rivas uppifrån
- Stämpning vid behov – stämp får bara tas bort efter kontroll att det är riskfritt
- Vid tungrivning (av bärande konstruktioner):
Du ska ha info från riskanalys före rivning.
Konstruktörens ritningar och anvisningar ska följas
- Tänk före, var observant på vad som kan hända!

!! Fallande föremål

- Rivningsmaterial eller andra föremål kan falla ner från bjälklag där hål har tagits, från ställningar m m
- Last från kranar kan falla

☺ Åtgärder

- Skyddsräcke med fotlist där hålet är taget
- Städa så det blir rent från rivningsmaterial och andra föremål nära hål i bjälklag och på ställningar
- Fallande last vid kranarbete:
Säkring av lasten
Undvik att gå under hängande last
(Se vidare avsnitt 6 b)

!! *Tunga lyft*

- Fel ställning på kroppen vid lyft kan ge ryggskador
- Lyft i kombination med vridning av kroppen innebär större skaderisk

☺ Åtgärder

- Bördan nära kroppen
- Böjda knän
- Rak rygg
- Lyft utan vridning
- Använd lyfthjälpmedel vid tunga bördor

* Arbetsuppgifter

- Nämn tre exempel på fallrisk
- Hur kan du undvika att falla
 - i varje exempel du tagit?
- När kan det uppstå ett oväntat ras?
- Några viktiga åtgärder för att undvika ras?

!! Andra belastningar

T ex

- Ensidigt arbete
- Arbete högt över huvudet är påfrestande för hjärtat
- Belastningsskador vid arbete långt nere vid golvet

☺ Åtgärder

- Välfungerande verktyg
- Anpassa arbetsplattformens höjd för att få bra arbetshöjd
- Undvik om möjligt arbete över axelhöjd och under knähöjd
- Arbetsrotation
- Vilopauser

☺ *Fler åtgärder*

- Finns det avlastande hjälpmedel för tunga arbetsmoment?
- Det underlättar att ha god kondition och en uppvärmd kropp innan arbetet påbörjas.

!! Vassa föremål

- Risk att skada sig på spik, vassa plåtkanter m m

☺ Åtgärder

- Uppmärksamhet
- Städa!
- Tillgång till utrustning för första hjälpen

!! *Vibrationer*

Risk för "vita fingrar" t ex vid

- Bilning
- Slipning
- Arbete med Feinkniv
- Arbete med tigersåg

☺ Åtgärder

- Vibrationsdämpande handskar
- Avvibrerande handtag på maskiner
- Kan maskinen bytas ut till en bättre?
Det utvecklas hela tiden bättre maskiner
- Rivningsrobot

☺ *Åtgärder, forts*

- Tiden som maskinen får användas kan vara begränsad:
 - Arbetsrotation och vilopausar
- Begränsning finns för den dagliga exponeringen för vibrationer
En "vibrationsdatabas" finns med mätdata för olika verktyg, se www.vibration.db.umu.se

!! *Buller*

T ex från elektriska maskiner

- Kan ge hörselskador

☺ Åtgärder

- Hörselskydd
- Om för musik, ska hörselskyddet vara utrustat för medhörning
- Arbetsplatsen kan ha regler om att alla hörselskydd ska vara för medhörning

§§ *Lagar och föreskrifter*

- AFS 1981:14 Skydd mot skada genom fall
- AFS 1981:15 Skydd mot skada genom ras
- AFS 2004:3 Stegar och arbetsbockar
- AFS 1990:12 Ställningar
- AFS 1998:1 Belastningsergonomi
- AFS 2005:16 Buller
- AFS 2005:15 Vibrationer

* Arbetsuppgifter

- Vad innebär det att arbeta med armarna högt över huvudet?
- Hur undviker du vibrationsskador (t ex "vita fingrar")?
- Vilken typ av hörselskydd ska du ha för att höra den som talar om du också vill höra musik?