FAKTA OM TRÆK OG SKUB

Arbejdsmiljøforholdet og kravene

Træk og skub er manuel håndtering og skal vurderes i forhold til risikoen for helbredsskadelige belastninger. Lovgivningen stiller krav om, at der bruges egnede tekniske hjælpemidler, når det er muligt og hensigtsmæssigt, og altid når den manuelle transport indebærer fare for sikkerhed eller sundhed.

Træk og skub forekommer hos sceneteknikere i form af f.eks. håndtering af transportvogne, kulisser og dekorationer.

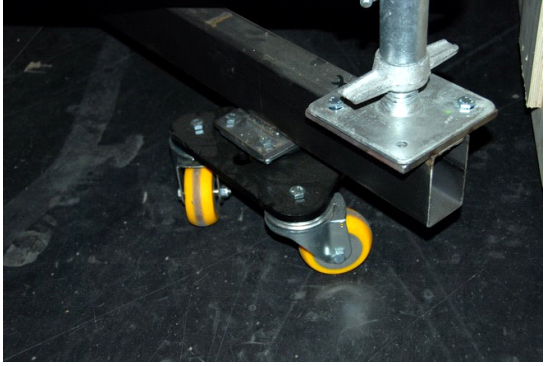
Træk og skub kan også forekomme som start på et løft, når et emne skal bringes tæt på kroppen.

Hvor der ikke er eltræk, anvendes der håndtræk til op- og nedhejsning af udstyr. Enkelte steder forekommer også manuelle flyvetræk til personer, der skal "svæve" over scenegulvet.

Generelt vil det ofte være skuldrene og ryggen, der er i størst risiko for at blive overbelastet ved tunge træk og skub.
Det er generelt bedre at skubbe frem for at trække. Når der skubbes, kan kroppens vægt og benene udføre det meste af arbejdet. Når der trækkes, skal musklerne yde større kraft. Går man baglæns og trækker en tung byrde, belastes skuldrene langt mere end ved skub.

Gode køreveje uden ujævnheder og trin, f.eks. til transportvogne, og gode hjul, der er tilstrækkeligt store og passer til underlaget kan nedsætte belastningen ved den manuelle håndtering.

Gode råd om tiltag og løsninger



- Skift til eltræk både af ergonomiske og sikkerhedsmæssige årsager.

- Anvend selvkørende hjælpemidler hvor byrderne er for tunge. Kravet om igangsætningskraft bør højst ligge på ca. 400 Newton, og vedligeholdeskraften på ca. 200 Newton. (200 Newton er den kraft der kræves for at løfte 20 kg.) Er totalvægten på mellem 200 og 500 kg, kan det være kritisk, afhængigt af de øvrige faktorer, der er til stede (denne retningslinje gælder kun for kortvarig transport på jævnt, vandret, kørefast underlag og under gode pladsforhold). Totalvægte på 500 kg eller derover næsten altid vil være problematiske.

- Der skal være gode pladsforhold og god ryddelighed, således at de gode arbejdsstillinger kan benyttes.

- Hjælpemidler med hjul skal kunne rulle og dreje let, men samtidigt kunne holde en retning stabilt.

- Hænder skal kunne placeres i en god højde på det, der skal skubbes eller trækkes (ca. 70% af skulderhøjden)

- Hjælpemidlerne skal vedligeholdes, således at de er velfungerende.

- Transportveje skal være så plane og vandrette som muligt. Køreunderlaget skal være fast, uden større revner og andre forhindringer.

- Stigninger og trin skal begrænses og skal så vidt muligt forsynes med skråkiler/ramper el.lign., så transport med kørende materiel lettes.

- Manuelle træk skal være konstruerede og vedligeholdes således, at der skal bruges mindst mulig kraft.

- Instruer i og brug god arbejdsteknik, således at ryggen kan holdes ret, og kropsvægten og benene kan bruges til at skubbe med, ved at vægten lægges frem på forreste ben. (Se mere om arbejdsteknikker her.)

Gode links:

- BFA Service - Turisme: ”Arbejdsmiljø på teatre”, (www.bfa-service.dk)