



Treffen bronmaatregelen bij trillingen

Gezondheid ^[1]

Maatregel verplicht / aanbevolen: verplicht

Maatregel naar plaats in de Arbeidshygiënische Strategie: Bronmaatregelen

Beschrijving van de maatregel

Lichaamstrillingen

De verplichte bronmaatregelen om blootstelling aan mechanische lichaamstrillingen te vermijden of te verminderen zijn:

Elimineer bronnen

- Gebruik van alternatieve werkmethoden die weinig of geen blootstelling aan trillingen geven door:
 - automatisering
 - robotisering
 - remote controle
- Zorg voor andere soorten transportmiddelen zoals een transportband
- Zorg voor een vlakke vloer voor transportmiddelen (heftruck) door vermindering van ongelijke vloeren op opritten (verwijderen van stenen, groeven en gaten)
- Gebruik van geschikte arbeidsmiddelen die zijn ontworpen volgens ergonomische criteria en die volgens de instructies van de fabrikant zo min mogelijk trillingen veroorzaken
- Stel de vering van de stoel in arbeidsmiddelen goed in
- Voer installaties zo uit dat trillingen zoveel mogelijk worden gedempd door:
 - loskoppelen of afscheiden van trillende onderdelen
 - toepassen van trillingsdempers, schokabsorbers of ander trillingsdempend materiaal
- Stem het type wielen/banden en de bandenspanning aan de oppervlakte-eigenschappen van de ondergrond

Goed onderhoud

- Verricht preventief onderhoud aan de trillinggevende arbeidsmiddelen en de bijbehorende aansluit- en installatiecomponenten en overige voorzieningen op de werkplekken conform de voorschriften van de fabrikant
- Onderhoud regelmatig de bestuurdersstoel (voertuigen en arbeidsmiddelen) en vervang deze zo nodig
- Controleer iedere maand of de banden nog op de juiste spanning zijn

Maatregelen bij overschrijding van grenswaarden

- Neem onmiddellijk maatregelen bij dagelijkse blootstelling aan lichaamstrillingen boven $1,15 \text{ m/s}^2$ (tijdgewogen gemiddelde van 8 uur) om de blootstelling te verminderen tot onder de grenswaarde
- Onderzoek de oorzaak van de overschrijding van de grenswaarde
- Pas de beschermings- en preventiemaatregelen aan om te voorkomen dat de grenswaarde opnieuw wordt overschreden

Instructies

- Geef instructie over de stoelinstellingen
- Geef instructie de rijnsnelheid aan te passen zodat bovenmatige schokken worden voorkomen
- Geef instructie hoe schokken te vermijden bij accelereren en remmen van voertuigen
- Las regelmatig pauzes in volgens advies van deskundige (RI&E)
- Beperk per dag de duur van de blootstelling door af te wisselen met minder belastende taken.

Hand-arm-trillingen

De verplichte bronmaatregelen om blootstelling aan mechanische hand-armtrillingen te vermijden of te verminderen zijn:

- Neem onmiddellijk maatregelen bij dagelijkse blootstelling aan hand-armtrillingen boven 5 m/s² (tijdgewogen gemiddelde van 8 uur) om de blootstelling te verminderen tot onder de grenswaarde
- Onderzoek de oorzaak van de overschrijding van de grenswaarde
- Pas de beschermings- en preventiemaatregelen aan om te voorkomen dat de grenswaarde opnieuw wordt overschreden
- Ga na of het noodzakelijk is dat de werknemer wordt belast met trillingen en schokken. Laat hem zo mogelijk het werk doen met andere, niet-trillende arbeidsmiddelen
- Gebruik van trillingsdempende handgrepen op draagbare apparaten en gereedschap
- Gebruik hydraulische in plaats van pneumatisch aangedreven arbeidsmiddelen
- Gebruik altijd trillingdempende handschoenen omdat deze de trillingen deels absorberen, maar vooral om de handen warm te houden, wat in de praktijk tot minder letsel leidt
- Las regelmatig pauzes in
- Beperk per dag de duur van de blootstelling door af te wisselen met minder belastende taken

Beoogd effect

Bronmaatregelen beperken de blootstelling aan mechanische trillingen.

Wet- en regelgeving

- artikel 6.11a Arbobesluit inzake Definities, grenswaarden en actiewaarden
- artikel 6.11c Arbobesluit inzake Voorkomen of beperken schadelijke trillingen

Source URL: <https://arbocatalogus-afvalbranche.nl/maatregel/treffen-bronmaatregelen-bij-trillingen>

Links

[1] <https://arbocatalogus-afvalbranche.nl/tags/gezondheid>