



Werkplekonderzoek: voorkomen is beter dan genezen

Werkplekken zijn niet altijd optimaal ingericht en afgestemd op een verantwoorde ergonomische situatie. Veel werknemers zijn zich niet bewust van hun onjuiste werkhouding en krijgen hierdoor onnodig klachten. Deze klachten kunnen leiden tot (langdurig) ziekteverzuim of zelfs algehele uitval.

Achtergrond

Medewerkers die elke dag langdurig in dezelfde houding werken en weinig afwisseling hebben, kunnen lichamelijke klachten krijgen, zoals last van rug, nek, schouders of armen. Soms heeft dit langdurig verzuim tot gevolg. Dit ziektebeeld staat beter bekend als RSI.

Lichamelijke klachten komen vooral voor bij beeldschermwerk. Maar ook medewerkers die kortcyclisch werk doen, veel tilwerk hebben of achter een balie werken, hebben vaak lichamelijke klachten. Klachten kunnen niet alleen het gevolg zijn van psychische over- of onderbelasting, maar ook van agressie, geweld of intimidatie. Deze problemen kunnen voor een deel voorkomen worden door het hanteren van de volgende vuistregels:

- zorg voor afwisseling;
- verbeter de werkhouding;
- vermijd stress.

Werkplekonderzoek

Een werkplekonderzoek is een goede methode om de risico's in beeld te brengen en concrete oplossingen aan te dragen. Het onderzoek is gericht op het verminderen van fysieke belasting op de werkplek en het voorkomen van klachten. Bij de beoordeling komen zaken als werkgewoonten, werkinhoud en psychosociale factoren aan de orde.

Ook indirecte werkplekfactoren zoals klimaat, verlichting en geluid worden in ogenschouw genomen. Dan volgt een persoonsgericht advies met aanbevelingen voor een optimale werkhouding en werkplekinrichting.

Naast preventief werkplekonderzoek kan ook curatief onderzoek plaatsvinden, bijvoorbeeld als een werknemer na een ziekteperiode terugkeert op de eigen werkplek. Vooroverleg tussen een adviseur van BMD Advies Oost en de preventiemedewerker of bedrijfsarts kan daarbij noodzakelijk zijn.

Uitvoering

Een werkplekonderzoek bestaat uit drie delen.

1. Bedrijfsbezoek

Een adviseur van BMD Advies Oost beoordeelt ter plaatse de werksituatie van de werknemer. De beoordeling omvat het waarnemen van de handelingen en de werkwijze van de medewerker in samenhang met de ergonomische werk-omstandigheden. Er wordt gekeken of de werkwijze afgestemd is op de taakhandeling, rekening houdend met eventuele beperkingen en klachten van de medewerker. Een persoonlijk gesprek met de werknemer geeft vervolgens aanvullende informatie om tot een duidelijk beeld van de risico's te komen. Kleine aanpassingen van de werksituatie kunnen meteen worden doorgevoerd.



Voor een optimale beoordeling en terugkoppeling kan gebruik gemaakt worden van foto- of video-opnames. Ook kunnen de gemaakte opnames de werkgever inzicht geven in de knelpunten van de werksituatie.

2. Verslaglegging

Het verslag van het werkplekonderzoek omvat een beschrijving van de werkplekbeoordeling en een persoonlijk advies met aanbevelingen over de werkhouding, de werkwijze en eventueel te nemen maatregelen. Ook bevindingen over niet-direct werkinhoudgebonden factoren (taakrotatie, middelen en voorlichting) worden in de rapportage meegenomen.

3. Evaluatie

Het is belangrijk ervoor te zorgen dat de aanpassingen in een duidelijk tijdschema plaatsvinden en dat het effect van eventuele maatregelen wordt getoetst. Het is raadzaam om contact te houden met de adviseur over de vordering en de effecten van de voorgestelde verbeteringen. Zo nodig kan dan tijdig bijsturing plaatsvinden.

Preventief onderzoek

Naast het beoordelen van bestaande werksituaties kan het raadzaam zijn om tijdens de ontwerpfase van een nieuw kantoor of fabriekspand aandacht te besteden aan de ergonomische werkomstandigheden. Zo wordt voorkomen dat achteraf allerlei aanpassingen moeten plaatsvinden. Ook bij de aanschaf van materialen, zoals kantoormeubilair of tilhulpmiddelen, kan BMD Advies Oost een adviserende rol spelen.

Meer informatie?

Voor meer informatie over werkplekonderzoek kunt u contact opnemen met uw BMD-contactpersoon.