

# Beurteilung von Lastenhandhabung anhand von Leitmerkmalen

Die Gesamttätigkeit ist ggf. in Teiltätigkeiten zu gliedern. Jede Tätigkeit mit erheblichen körperlichen Belastungen ist getrennt zu beurteilen.

Arbeitsplatz/Teiltätigkeit: .....

## 1. Schritt: Bestimmung der Zeitwichtung

(Nur eine zutreffende Spalte ist auszuwählen.)

Hebe- und Umsetzvorgänge (<5s)	
Anzahl am Arbeitstag	Zeitwichtung
< 10	1
10 bis < 40	2
40 bis < 200	4
200 bis < 500	6
500 bis < 1000	8
≥ 1000	10

Beispiele: • Setzen von Mauersteinen, • Einlegen von Werkstücken in eine Maschine, • Pakete aus einem Container entnehmen und auf ein Band legen

Halten (>5s)	
Gesamtdauer am Arbeitstag	Zeitwichtung
< 5 min	1
5 min bis 15 min	2
15 min bis < 1 Std	4
1 Std bis < 2 Std	6
2 Std bis < 4 Std	8
≥ 4 Std	10

Beispiele: • Halten und Führen eines Gussrohrlings bei der Bearbeitung an einem Schleifbock, • Halten einer Handschleifmaschine, • Führen einer Motorsense

Tragen (>5m)	
Gesamtweg am Arbeitstag	Zeitwichtung
< 300 m	1
300 m bis < 1 km	2
1 km bis < 4 km	4
4 km bis < 8 km	6
8 km bis < 16 km	8
≥ 16 km	10

Beispiele: • Möbeltransport, • Tragen von Gerüstteilen vom LKW zum Aufstellungsort

## 2. Schritt: Bestimmung der Wichtung von Last, Haltung und Ausführungsbedingungen

Wirksame Last <sup>1)</sup> für Männer	Lastwichtung
< 10 kg	1
10 kg bis < 20 kg	2
20 kg bis < 30 kg	4
30 kg bis < 40 kg	7
≥ 40 kg	25

Wirksame Last <sup>1)</sup> für Frauen	Lastwichtung
< 5 kg	1
5 kg bis < 10 kg	2
10 kg bis < 15 kg	4
15 kg bis < 25 kg	7
≥ 25 kg	25

Charakteristische Körperhaltung und Lastposition <sup>2)</sup>	Körperhaltung, Position der Last	Haltungswichtung
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oberkörper aufrecht, nicht verdreht</li> <li>• Last am Körper</li> </ul>	1
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geringes Vorneigen oder Verdrehen des Oberkörpers</li> <li>• Last am Körper oder körpernah</li> </ul>	2
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tiefes Beugen oder weites Vorneigen</li> <li>• geringe Vorneigung mit gleichzeitigem Verdrehen des Oberkörpers</li> <li>• Last körperfern oder über Schulterhöhe</li> </ul>	4
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• weites Vorneigen mit gleichzeitigem Verdrehen des Oberkörpers</li> <li>• Last körperfern</li> <li>• eingeschränkte Haltungsverstabilität beim Stehen</li> <li>• Hocken oder Knien</li> </ul>	8

Ausführungsbedingungen	Ausführungswichtung
Gute ergonomische Bedingungen, z. B. ausreichend Platz, keine Hindernisse im Arbeitsbereich, ebener rutschfester Boden, ausreichend beleuchtet, gute Griffbedingungen	0
Einschränkung der Bewegungsfreiheit und ungünstige ergonomische Bedingungen (z. B. Bewegungsraum durch zu geringe Höhe oder durch eine Arbeitsfläche unter 1,5 m eingeschränkt oder Standsicherheit durch unebenen, weichen Boden eingeschränkt)	1
Stark eingeschränkte Bewegungsfreiheit und/oder Instabilität des Lastschwerpunkts (z. B. Patienten-transfer)	2

<sup>1)</sup> Mit der „wirksamen Last“ ist die Gewichtskraft bzw. Zug-/Druckkraft gemeint, die der Beschäftigte tatsächlich bei der Lastenhandhabung ausgleichen muss. Sie entspricht nicht immer der Lastmasse. Beim Kippen eines Kartons wirken nur etwa 50 %, bei der Verwendung einer Schubkarre oder Sackkarre nur 10 % der Lastmasse.

<sup>2)</sup> Für die Bestimmung der Haltungswichtung ist die bei der Lastenhandhabung eingenommene charakteristische Körperhaltung einzusetzen; z. B. bei unterschiedlichen Körperhaltungen mit der Last sind mittlere Werte zu bilden – keine gelegentlichen Extremwerte verwenden!

### 3. Schritt: Bewertung

Die für diese Tätigkeit zutreffenden Wichtungen sind in das Schema einzutragen und auszurechnen.

	<b>Lastwichtung</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>			
+	<b>Haltungswichtung</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>			
+	<b>Ausführungs- bedingungswichtung</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>			
=	<b>Summe</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>	X	<b>Zeit- wichtung</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>
			=	<b>Punkt- wert</b>	<input style="width: 90%;" type="text"/>

Anhand des errechneten Punktwertes und der folgenden Tabelle kann eine grobe Bewertung vorgenommen werden.<sup>3)</sup> Unabhängig davon gelten die Bestimmungen des Mutterschutzgesetzes.

Risikobereich	Punktwert	Beschreibung
1	< 10	<b>Geringe Belastung, Gesundheitsgefährdung durch körperliche Überbeanspruchung ist unwahrscheinlich.</b>
2	10 bis < 25	<b>Erhöhte Belastung, eine körperliche Überbeanspruchung ist bei vermindert belastbaren Personen<sup>4)</sup> möglich. Für diesen Personenkreis sind Gestaltungsmaßnahmen sinnvoll.</b>
3	25 bis < 50	<b>Wesentlich erhöhte Belastung, körperliche Überbeanspruchung ist auch für normal belastbare Personen möglich. Gestaltungsmaßnahmen sind angezeigt.<sup>5)</sup></b>
4	≥ 50	<b>Hohe Belastung, körperliche Überbeanspruchung ist wahrscheinlich. Gestaltungsmaßnahmen sind erforderlich.<sup>5)</sup></b>

<sup>3)</sup> Grundsätzlich ist davon auszugehen, dass mit steigenden Punktwerten die Belastung des Muskel-Skelett-Systems zunimmt. Die Grenzen zwischen den Risikobereichen sind aufgrund der individuellen Arbeitstechniken und Leistungsvoraussetzungen fließend. Damit darf die Einstufung nur als Orientierungshilfe verstanden werden.

<sup>4)</sup> Vermindert belastbare Personen sind in diesem Zusammenhang Beschäftigte, die älter als 40 oder jünger als 21 Jahre alt, „Neulinge“ im Beruf oder durch Erkrankungen leistungsgemindert sind.

<sup>5)</sup> Gestaltungserfordernisse lassen sich anhand der Punktwerte der Tabellen ermitteln. Durch Gewichtsverminderung, Verbesserung der Ausführungsbedingungen oder Verringerung der Belastungszeiten können Belastungen vermieden werden.

#### Überprüfung des Arbeitsplatzes aus sonstigen Gründen erforderlich:

**Begründung:**

**Datum:**

**Beurteilt von:**

# Dokumentation Arbeitsplatzgestaltung, Durchführung und Wirkungskontrolle

(nur bei einem Punktwert  $\geq 10$  bzw. bei Risikobereich 2-4 erforderlich)

<b>Betrieb/Abteilung:</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
<b>Arbeitsplatz:</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
<b>Risikobereich:</b> (Istzustand)	10 < 25 <input type="checkbox"/>	25 < 50 <input type="checkbox"/>	$\geq 50$ <input type="checkbox"/>
<b>Punktwert:</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
<b>Beschreibung der belastenden Tätigkeit</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
	<b>Name:</b>	<b>Tel.-Nr.:</b>	
<b>Betriebsverantwortlicher</b>	<input type="checkbox"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>
<b>Betriebsarzt</b>	<input type="checkbox"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>
<b>Betriebsrat/Personalrat</b>	<input type="checkbox"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>
<b>Sicherheitsfachkraft</b>	<input type="checkbox"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>
<b>Sicherheitsbeauftragter</b>	<input type="checkbox"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>
<b>Vorgeschlagene Maßnahme (n)*</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
<b>Erledigt bis zum:</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		
<b>zu 1.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	
<b>zu 2.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	
<b>zu 3.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	
	<b>Wirkungskontrolle/durchgeführte Maßnahme (n)*</b>		<b>Erledigt:</b>
		<b>Datum</b>	<b>ja    nein</b>
<b>zu 1.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>zu 2.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>zu 3.</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input style="width: 100%;" type="text"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Nach Maßnahmendurchführung (Neubewertung)</b>			
<b>Risikobereich</b>	< 10 <input type="checkbox"/>	10 < 25 <input type="checkbox"/>	25 < 50 <input type="checkbox"/> $\geq 50$ <input type="checkbox"/>
<b>Punktwert:</b>	<input style="width: 100%;" type="text"/>		<b>Weitere Maßnahmen erforderlich?</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<b>Falls ja – Begründung:</b> .....		<b>ja    nein</b>
	.....		

\* bei Bedarf formloses Zusatzblatt

