



# Riktad hälsoundersökning

Handintensivt arbete

*”Handintensivt arbete innebär ihållande  
handrörelser med hög rörelsehastighet ofta i kombination med rörelser mot  
ytterlägen eller kraftkrävande arbetsuppgifter”*

*(AFS 2012:02)*

# Vilka kan beröras?

## Andel med besvär i hand, handled, fingrar de senaste 12 månaderna till följd av korta upprepade arbetsmoment (Arbetsorsakade besvär 2016)

- Maskinoperatörs- och monteringsarbete (3,9 ♂ resp. 10,0 ♀ )
- Försäljare dagligvaror ( 2,8 ♂ resp. 9,2 ♀ )
- Frisörer hudterapeuter (4,8 ♀)
- Hotell- och kontorsstädare (6,6 ♀)
- Storhushålls- och restaurangpersonal (2,6 ♂ resp. 5,4 ♀)
- Kockar och kokerskor (3,8 ♂ resp. 6,9 ♀)
- Växtodlare djuruppfödare (5,7 ♂)
- Byggnadsarbetare och snickare (5,8 ♂)
- Handpaketering (7,1 ♀)
- Styckare
- Brevbärare

Arbete med tangentbord och mus är inte att betrakta som handintensivt arbete!

**24 §** Arbetsgivaren ska anordna riktade hälsoundersökningar för de arbetstagare som sysselsätts i arbete där

1. Man vid en riskbedömning kommit fram till att arbetet innebär, eller kan innebära, en kombination av **snabba handledsrörelser och kraft**, och
2. En bedömning av belastningen visar att arbetet kan leda till skadliga hälsoeffekter i nacke, skuldra, arm eller hand. Bedömningen ska göras utifrån
  - a) **hur snabba** handledsrörelserna är (rörelsehastighet),
  - b) **hur mycket kraft** som krävs (ansträngning) och
  - c) **hur länge** handledsrörelserna pågår under arbetsdagen.

I bedömningen enligt punkt 2 ska man även beakta exponering för hand- och armvibrationer, kyla, möjlighet till rörelsevariation och återhämtning samt organisatoriska faktorer i arbetsmiljön. Bedömningen ska göras med en vetenskapligt grundad metod.

**25 §** Den riktade hälsundersökningen som avses i 24 § ska genomföras **återkommande med högst 3 års** mellanrum efter att handintensivt arbete har påbörjats.

**26 §** Arbetsgivaren ska anordna en riktad hälsundersökning enligt 9 §, som ska genomföras enligt bilaga 2 punkt 2-3, för var och en av de arbetstagare som omfattas av 24 § och som tackat ja till att delta i undersökningen. Den riktade hälsundersökningen ska utföras av någon **med kompetens enligt bilaga 2 punkt 1.**

**27 §** Arbetsgivaren behöver inte fortsätta att anordna riktade hälsundersökningar för arbetstagare som omfattas av 24 §, om **inga besvär har visat sig vid två riktade hälsundersökningar i följd**, som utförts enligt bilaga 2 och med minst 2 års mellanrum. Detta gäller så länge som arbetet sker med oförändrad eller minskad exponering.

# Riskbedömning

- En HAL eller HARM-bedömning görs på samtliga moment på arbetsplatsen där handintensivt arbete förekommer.
- Resultatet viktas beroende på hur arbetstiden fördelar sig mellan de olika momenten.

(jämför med tidsvägd riskbedömning vid exponering för hand- och armvibrationer, då ett A(8) värde beräknas)

# HARM

Version nov 2006

## HARM: Hand Arm Riskbedömnings Metod

**Bedömningsmall**

Arbetsuppgift: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Avdelning: \_\_\_\_\_ Utförd av: \_\_\_\_\_

**Step 1: Bestämning av tidspoäng**

**Step 1A:** Den sammanlagda tiden som uppgifter förekommer i snitt under en arbetsdag (alla perioder tillsammans). Ange tiden i decimal

**Step 1B:** Hur många dagar/vecka förekommer uppgiften?  
 - 1 eller 2 dagar/vecka: dra bort 1 poäng  
 - 3 eller flera dagar: poängen kvarstår

**Step 1C:** Minst 7,5 min paus\* per 1,5 timme?  
 - om ja: dra bort 1 poäng  
 - om nej: poängen kvarstår

\*Lag iblaggen vid sommar och paus

Om poängen < 1, ändra till 1

timme - 0,5 = \_\_\_\_\_

-1  
-0

-1  
-0

**Step 2: Den mest aktiva handen ringa in höger/vänster/båda**

**Step 3: Bestämning av kraftpoäng**

**Step 3A:** Kryssa vilka krafter som utövas av den mest aktiva handen? (HVB)

Kraft	Medel V 100 - 1000 g	Stor K 1-10N	Stor V 1,3 kg	Stor K 10-30N
Litet tryck med fingrar (ex tälla fingrar)				
Fälla linor/motordrivet verktyg m fingrar/hand				
Ta gripa, tälla delar, montera, trycka hårt				
Starkt grepp med handen (svävning av kolvstång, hantering av stora delar, t.ex. assemblage)				
Måttligt kraft med armen, (tunga verktyg, tung manöver)				
Slå med handflata eller knytnäve				

**Step 3B:** Tidspoäng kraftövning i sekund (för varje rörelsemoment)

< 4	4 - 30	31 - 60	> 60
0	15	3	1
0	25	4	1
0	3,5	6	2
0	4,5	7	2
0	-	-	3

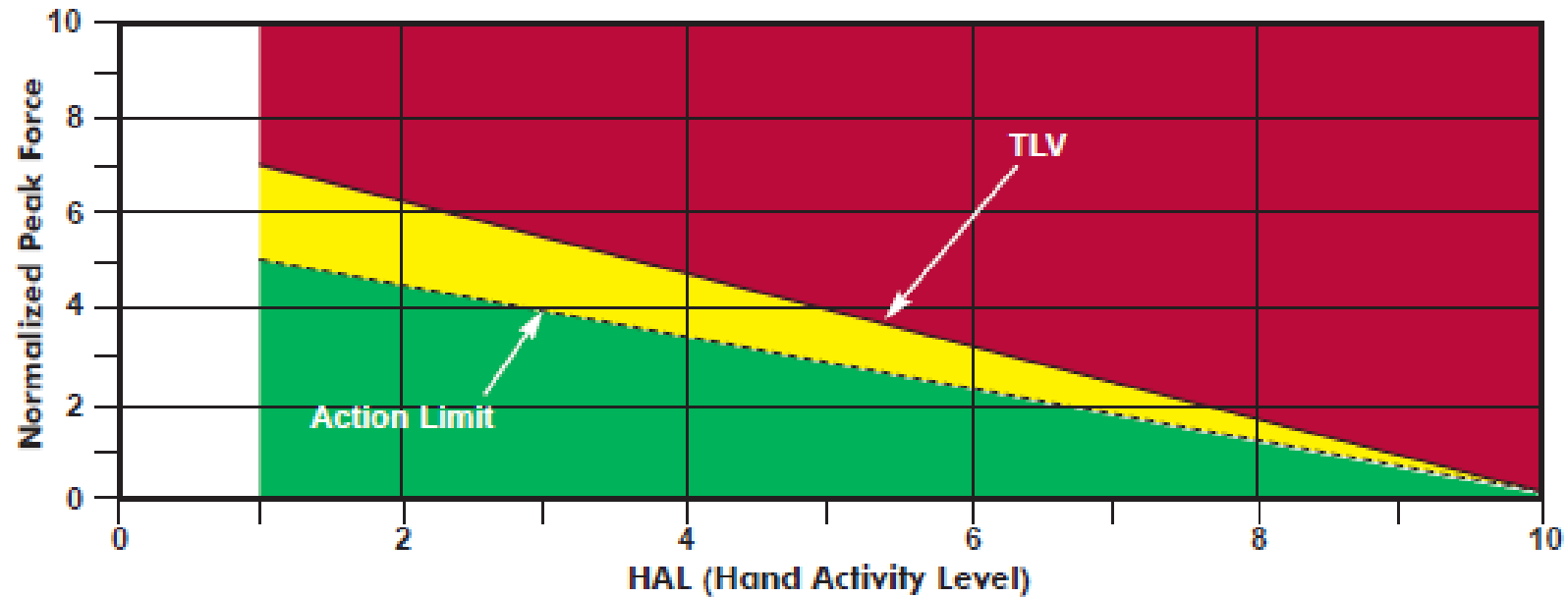
**Step 3C:** Antal kraftstängningar/minut (frekvens)

< 4	4 - 30	> 30
1	2,5	4
2	2,5	4
3	4,5	6
5	7	8

**Step 3D Kraftpoäng = högsta inringade värdet**

Obs! Om belastningen överstiger 6 kg bedöms den med annan metod (t.ex för skjuta/dra eller manuell hantering)

## HAL TLV Scoring Graph



## Results

Score	Action Level	Check Box
Below Action Limit	Maintain	<input type="checkbox"/>
Above Action Limit & Below TLV	Slightly elevated risk of MSDs. Control measures, including surveillance, are recommended.	<input type="checkbox"/>
Above TLV	Significantly elevated risk of MSDs. Appropriate control measures should be utilized.	<input type="checkbox"/>



# Hälsoundersökning

1. Identifiera smärttillstånd och funktionsnedsättningar i händer, armar, skuldror och nacke.
2. Omfatta en kvalificerad bedömning av sambandet mellan besvären och de de aktuella arbetsuppgifterna

# Vem ska utföra den?

1. Klinisk kompetens för undersökning av rörelseorganen
2. God kännedom om de aktuella exponeringarna
3. Kompetens att bedöma hur handintensivt arbete kan leda till besvär i nacke, skuldra, arm och hand.

# Återrapportering till arbetsgivaren

Tecken på samband mellan ohälsa och faktorer i arbetsmiljön-generella eller individuella – och om möjligt föreslå åtgärder

Resultaten används i det systematiska arbetsmiljöarbetet