



ARBETSMILJÖ  
VERKET



# ERGONOMI- CHECKLISTA för trävarubranschen



Vi vet att 70 procent av alla anmälda arbetssjukdomar i snickeribranschen är belastningsrelaterade. Det är därför viktigt att förebygga belastningsskador. Den här checklisten är till god hjälp i ditt systematiska arbetsmiljöarbete. För att komma vidare med problemen kan du även använda vår ”Blankett för riskbedömning och handlingsplan”, ADI 544, som finns att hämta gratis på [www.av.se](http://www.av.se).

**Har ni gjort en dokumenterad belastnings-ergonomisk undersökning på företaget?**

Allmänna föreskrifter 2001:1, 8 och 10 §§

**JA**   **NEJ**

   

**Har du svarat nej på den här frågan gå vidare till checklisten.**

# Här får du ett exempel på undersökning och riskbedömning

Undersökning handlar om att kartlägga de ergonomiska arbetsförhållandena kring varje maskin. När den är genomförd gör man en riskbedömning. Riskbedömning innebär att bedöma om de risker man har identifierat, kan orsaka olyckor eller ohälsa för personalen.

Om företaget saknar kompetens för detta ska arbetsgivaren anlita företagshälsovård eller motsvarande sakkunnig hjälp utifrån.

Vi ger här några exempel på ergonomiska faktorer vid varje maskin.

**Arbetsuppgiftens innehåll**

**Arbetsställningar och arbetsrörelser**

**Arbetsyta**

**Arbetstempo**

**Tillgång till hjälpmedel**

**Hur arbetet är organiserat**

Var uppmärksam på att det finns fler faktorer som påverkar ergonomin. Du hittar mer information i Arbetsmiljöverkets folder Systematiskt arbetsmiljöarbete – en vägledning, H347.

# CHECKLISTA KARTLÄGG OCH RISKBEDÖM

## Maskin:

---

**1** Tillåter arbetsytan runt maskinen tillräckligt utrymme för arbetsställningar och arbetsrörelser samt arbetsmaterial?

JA  NEJ

Läs mer i de allmänna föreskrifterna om belastningsergonomi, AFS 1998:1, 2§.

**2** Är arbetshöjden på maskinen/arbetsytan anpassad efter individens kroppsstorlek och arbetsuppgift?

JA  NEJ

Läs mer i föreskriften om belastningsergonomi, AFS 1998:1, 2§

**3** Finns tillgång till lyfthjälpmedel (lyftbord, vakuumlift eller liknande) för tyngre/större material och arbetsdetaljer?

JA  NEJ

Läs mer i föreskriften om belastningsergonomi, AFS 1998:1, 3§ och i föreskriften manuell hantering, AFS 2000:1, 1§ och bilaga 1 punkt 1.2.

**4** Förekommer böjda och eller vridna arbetsställningar/arbetsrörelser?

JA  NEJ

Läs mer i föreskriften om belastningsergonomi, AFS 1998:1, 2§

**5** Förekommer ensidigt upprepat arbete?

JA  NEJ

Läs mer i föreskriften om belastningsergonomi, AFS 1981:1, 4–5§ och i bilaga A finns en modell för identifiering och bedömning av ensidigt upprepat arbete.

---

Utifrån svaren du fått ska du nu göra en bedömning av vilka faktorer som innebär en risk för ohälsa eller olycksfall vid maskinen.

Har du svarat **NEJ** på någon av de första tre frågorna för över dem i **RISKBEDÖMNING.**

Har du svarat **JA** på de två sista frågorna för även över dem i **RISKBEDÖMNING.**



**Kontaktperson på Arbetsmiljöverket**, belastningsergonom  
Eva-Karin Klenell Hatschek tel. 08-730 93 76.

**Rekommenderade föreskrifter i Arbetsmiljöverkets författningssamling, broschyrer och böcker** kan beställas från vår webbshop på [www.av.se](http://www.av.se) eller från Arbetsmiljöverkets Publikationsservice, Box 1300, 171 25 Solna,  
Telefon: 08 730 97 00, Fax: 08 735 85 55  
E-post: publikationsservice@av.se

*AFS 1998:1 Belastningsergonomi*

*AFS 2000:1 Manuell hantering*

*AFS 2001:1 Systematiskt arbetsmiljöarbete*

*ADI 544 Blankett för riskbedömning och handlingsplan*

*H347 Systematiskt arbetsmiljöarbete*

*H375 Undersökning och riskbedömning*

**Ergonomistandarder** kan beställas via SIS (Swedish Standards Institute) Förlag AB, [sis.sales@sis.se](mailto:sis.sales@sis.se)

*SS-EN 14738 Maskinsäkerhet – Antropometriska krav vid utformning av maskinarbetsplatser (översatt till svenska)*

*SS-EN 13861 Maskinsäkerhet – Ergonomistandarder för maskindesign – vägledning*



**ARBETSMILJÖ  
VERKET**

ADI 587 Arbetsmiljöverket 2005