

Krav

Vurdér om:

- Der er vibrationer i arbejdsmiljøet:
 - Hånd/arm vibrationer forekommer f.eks. ved vibrerende håndværktøj
 - helkropsvibrationer forekommer blandt andet, når operatørpladsen er en del af en større vibrerende maskine – herunder køretøjer som f.eks. trucks mv.



Gode råd

- Vær især opmærksom på vand- eller luftdrevne værktøjer, som f.eks. spidsrygsav eller afhudeknive.
- Når der bruges maskindrevne roterende eller slående håndværktøjer bliver operatøren udsat for hånd/arm vibrationer. De fleste værktøjer er dog i dag vibrationsdæmpet til under den kritiske grænse – tjek brugsanvisningen.
- Ved snurren i fingrene eller kolde fingre efter brug af håndværktøj, samt i de tilfælde hvor der i brugsanvisningen er angivet et vibrationstal over vejledningens grænseværdi, bør der foretages dels en måling af vibrationsbelastningen dels en helbredsundersøgelse.
- Helkropsvibrationer opstår typisk ved kørsel på ujævnt underlag med hårde hjul. Ved lændesmerter og lignende bør der foretages dels en måling af vibrationsbelastningen dels en helbredsundersøgelse.

Arbejdstilsynets regler og praksis

- Arbejdstilsynets vejledninger nr. D.6.2 og D.6.7 opstiller aktionsværdier og grænseværdier for henholdsvis hånd-arm og helkropsvibrationer.

Yderligere tiltag

Vibrationsbelastninger kan f.eks. reduceres ved at:

- Køretøjer forsynes med luftgummihjul eller tilsvarende.
- Håndværktøj forsynes med vibrationsdæpende håndtag – eller udskiftes til nyt.
- Arbejdsplatforme ved vibrerende maskiner friholdes fra maskinen med en selvstændig understøtning.

Relevante links

Arbejdstilsynets vejledning om hånd-arm vibrationer. At-vejledning D.6.2-3 Klik [her](#).

Arbejdstilsynets vejledning om Helkropsvibrationer. At-vejledning D.6.7 Klik [her](#).