



Allgemeines

Ergonomie bedeutet

Humanität

- Gestaltung der Arbeitsmittel und Arbeitsplätze nach den Eigenschaften der Menschen
- Einsatz der Menschen nach Ausbildung, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Eigenschaften

Wirtschaftlichkeit

- Auswahl der geeigneten Arbeitsmittel
- Optimierung der Arbeitsabläufe

Sicherheit

- Ergonomische Gestaltungslösungen leisten einen Beitrag zur verbesserten Arbeitssicherheit

Ergonomie unterstützt Lösungen für

Körperliche Belastungen

- Heben und Tragen sowie Ziehen und Schieben von Lasten
- Arbeiten in Zwangshaltungen
- Arbeiten mit gleichförmigen Bewegungsabläufen, insbesondere bei erhöhter Kraftanstrengung

Physikalische Belastungen

- Lärm
- Vibration
- Klima
- Staub
- Beleuchtung
- Gefahrstoffe
- Biostoffe

Psychische Belastungen

- Führungsverhalten
- Arbeitsorganisation
- Soziale Beziehungen
- Zeitdruck
- Kundenkontakt

Ergonomie für menschengerechte Gestaltung der Arbeit

Gesundheit fördern



- durch Vermeidung von Fehlbelastungen (Unter- und Überforderung)
- durch den Einsatz von Transportmitteln und ergonomischen Maschinen, Geräten und Hilfsmitteln
- durch geeignetes Körpertraining

Krankheit verhindern



- Erschöpfung vorbeugen
- Schmerzen vermeiden
- Lebensqualität erhalten

Effizienter Arbeiten

- Erhöhung der Produktivität
- ältere Beschäftigte können ihren Beruf länger ausüben und stehen mit ihrem Fachwissen zur Verfügung
- Steigerung der Leistungsfähigkeit und der Gesundheit

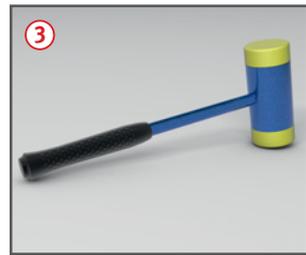
Zusätzliche Hinweise zur Umsetzung in die Praxis

- Ergonomische Gestaltung bezieht sich sowohl auf Arbeitsplätze, Arbeitsmittel wie Maschinen und Geräte als

auch auf Arbeitsabläufe sowie die Arbeitsumgebung und ist bereits in der Planung zu berücksichtigen.

- Ergonomie ist abgestimmt auf Körperkräfte und Körpermaße des Menschen.

- Sie reduziert Belastungen bei der Arbeit und steigert damit die Leistungsmöglichkeit des Menschen.



- Sie umfasst einfache Lösungen wie z. B. die Griffgestaltung von Werkzeugen, eine gute Erkennbarkeit von Anzeigeelementen, gute Bedienbarkeit von Stellteilen oder auch eine rückenfreundliche Sitzgestaltung in Baumaschinen, z. B. drehbarer Fahrersitz ①.
- Ergonomie soll eine Verminderung körperlicher Schwerarbeit bewirken z. B. durch
 - Hebehilfen, z. B. verfahrbare Schachtdeckelheber ②,
 - Vibrations- und lärmgedämpfte Geräte, Werkzeuge, z. B. rückschlagfreier Hammer ③,
 - höhenverstellbare Geräte, z. B. Arbeitstische,
 - Transportgeräte, z. B. Karren, absenkbare Anhänger,
 - Arbeitsverfahren, z. B. Versetzhilfen bei Maurerarbeiten.
- Eine Auswahl von ergonomischen Produkten wird im BG BAU Portal Ergonomie angeboten.
- Darüber hinaus geht es um die Organisation der Arbeit, z. B. die Gestaltung der Arbeitszeiten und Pausen, die Organisation von Team-Arbeit, die Gestaltung von Arbeitsinhalten, Arbeitsaufgaben mit entsprechenden Handlungs- bzw. Entscheidungsspielräumen und die Festlegung von Arbeitsumfängen.

Weitere Informationen:
 BGV A1 / DGUV Vorschrift 1 Grundsätze der Prävention
www.ergonomie-bau.de