

LØFTESKEMA



Tæt ved krop



Underarmsafstand
ca. 30 cm



3/4 armsafstand
ca. 45 cm



Forværende faktorer:

- Løft under knæhøjde
- Løft over albuehøjde
- Trange pladsforhold
- Uhåndterlig byrde
- Ustabil byrde
- Højt tempo
- Vrid i ryggen
- Dårlig belysning
- etc.

RØDT område:

Løft i det røde område anses for klart sundhedsskadelige. Der skal umiddelbart træffes foranstaltninger for at imødegå risikoen.

GULT område:

Løft i det gule område betyder, at der skal foretages en nærmere vurdering af de øvrige faktorer for at afgøre, om de forværrer belastningen, så løftet må anses for sundhedsskadeligt.

Når byrden bæres under gang, det vil sige over en afstand på mere end ca. 2 m, kan skemaet ikke bruges direkte ved vurderingen af belastningen, men den maksimale vægt for gult område skal nedsættes væsentligt. Grænsen mellem rødt og gult område vil så gå ved:

- Ca. 20 kg tæt ved kroppen.
- Ca. 12 kg i underarmsafstand.
- Ca. 6 kg i 3/4-armsafstand.

GRØNT område:

Løft i det grønne område er normalt ikke sundhedsskadelige på grund af vægt og rækkeafstand.

At-vejledning D.3.