

Wissenschaftliche Werkstatt
Feinwerktechnik: Lager

Tätigkeit:
Heben, Tragen und Schieben von schweren Lasten

BEZEICHNUNG

Heben, Tragen und Schieben von schweren Lasten

GEFAHREN FÜR MENSCH UND UMWELT

Gefahren für den Menschen

- Verletzung bzw. Erkrankung am Muskel-Skelett-System.
- Stolper-, Rutsch-, Sturz- und Anstoß- bzw. Quetschgefahr
- Schnittverletzungen aufgrund scharfer Kanten oder Grate an der Last.
- Herabfallen und Kippen von Gegenständen.
- Körperliche Überlastung



SCHUTZMASSNAHMEN UND VERHALTENSREGELN

Technische Schutzmaßnahmen

- Hebe-, Trage- oder Transporthilfen bereitstellen (Hubwagen, Sackkarren, Treppensackkarre, Ameise, Scherenhubwagen, Scheren-Hubtisch, Werkstattkran etc.)

Organisatorische Schutzmaßnahmen

- Schwere Lasten nicht (alleine) heben.
- Schwere und sperrige Lasten immer mit mehreren Personen heben und tragen.
- Hebe-, Trage- oder Transporthilfen benutzen
- Bedienung von Hilfsgeräten nur durch eingewiesene Personen.
- Geräte nur auf waagerechter, ebenen und festen Unterlage benutzen.
- Niemals unter angehobene Lasten treten.
- Lasten nicht vor Flucht-, Rettungs- oder Löscheinrichtungen abstellen.
- Anheben und Absetzen von Lasten:
 - Auf einen sicheren Stand und ausreichenden Bewegungsraum achten
 - In die Knie gehen und die Last nach Möglichkeit mit beiden Händen greifen
 - Einseitige Belastung vermeiden
 - Den Körper durch Einsatz der Beinmuskulatur gleichmäßig und langsam aufrichten, den Rücken dabei möglichst gerade halten
 - Die Last möglichst körpernah heben
 - Die Last niemals ruckartig bewegen
 - Beim Heben und Absetzen einer Last das Verdrehen der Wirbelsäule vermeiden. Eine Änderung der Bewegungsrichtung erfolgt über ein Drehen des ganzen Körpers mit den Füßen
 - Beim Absetzen der Last ebenfalls auf eine möglichst gerade Haltung des Rückens achten
 - Beim Absetzen der Last auf die Finger achten! Quetschgefahr!
- **Tragen von Lasten:**
 - Den Rücken beim Tragen möglichst gerade halten
 - Die Last möglichst nah am Körper tragen (beidhändig vor dem Körper, auf beide Arme verteilt neben dem Körper, auf dem Rücken oder den Schultern)
 - Auf freie Sicht achten
 - Auf freie, ebene und sichere Verkehrswege achten

- **Schieben und Ziehen von Lasten:**

- Lasten möglichst schieben anstatt zu ziehen
- Für die Last geeignete (Nutzlast beachten!) Transportmittel auswählen.
- Bei Gefälle Wegrollversicherung anbringen.

Persönliche Schutzmaßnahmen

- Beim Transport, Anheben oder Bewegen von schweren Lasten sind grundsätzlich Sicherheitsschuhe mit Zehenkappe zu tragen
- Schutzhandschuhe sind bei Verletzungsgefahr (Grate, Holz etc.) zu tragen

VERHALTEN BEI UNFÄLLEN - ERSTE HILFE - NOTRUF

Notruf

112

Unfall

- Notruf tätigen.
- Unfallstelle absichern.
- Geräte außer Betrieb nehmen.
- Vorhandene Notabschaltungen betätigen.
- Vorgesetzten informieren.



Erste Hilfe

- Erste-Hilfe-Maßnahmen einleiten.
- Ausgebildete Ersthelfer hinzuziehen: siehe Aushang zur Ersten Hilfe.
- Kleinere Verletzungen sofort versorgen.
- Bei größeren Verletzungen ist ein Durchgangsarzt aufzusuchen (siehe Info „Erste Hilfe“) bzw. über Tel. 112 der Notarzt zu benachrichtigen.
- Erste-Hilfe-Leistungen müssen in das Verbandsbuch eingetragen werden.
- Vorgesetzten informieren.



SACHGERECHTE ENTSORGUNG

Bei Fragen zur sachgerechten Entsorgung richten Sie bitte an die Verantwortlichen im Dez. V-5, Arbeits- und Umweltschutz

FOLGEN DER NICHTBEACHTUNG

Gesundheitliche Folgen

- Fehlverhalten kann zu dauerhaften Schäden am Muskel-Skelett-System führen

Sachschäden

- Fehlverhalten kann zur Beschädigung des Transportgutes oder der Arbeitsmittel führen.

Rechtliche Folgen

- Betriebsanweisungen sind verbindlich und stellen eine schriftliche Arbeitsschutzanweisung an die Beschäftigten dar.
- Die Nichtbeachtung kann juristische Folgen haben.
- Das Nichtbeachten dieser Anweisung ist ein Verstoß gegen gegebene Weisungen und wird entsprechend geahndet.