

BRA VIBRATIONER!

Det finns många exempel inte minst i musikens värld på att bra vibrationer är viktigt i mänskliga relationer. Temat har gett upphov till låttitlar (se bild), låtteman och till och med gruppnamn. Alla vibbar är dock inte bra för oss. Människor som arbetar med vibrerande verktyg drabbas i en del fall av skador som kan bli permanenta, med påverkan på nerver, känsel, hörsel och motorik.

Hur kan vi då till synes provocativt kalla ett temanummer om sådant arbete för "BRA VIBRATIONER"? Förstå oss rätt i detta! Vi inbillar oss inte att vibrations-exponering kommer att kunna bli nyttigt för de som utsätts. Det kommer aldrig att vara bra om det görs för länge eller på fel sätt. Vi menar inte heller att arbete med vibrerande verktyg kan eller kommer att försvinna. Sådant arbete kommer alltid att behöva göras och därför kommer det också behövas människor som utför dessa arbetsuppgifter.

Vi menar att "BRA VIBRATIONER" i dessa sammanhang skulle kunna fungera som ett koncept eller vision. I denna vision ser vi att arbete med vibrerande verktyg ska kunna göras lika säkert som en mängd andra arbeten. Man ska inte smygande behöva få sämre finmotorik, tappa känsel eller få kronisk värk efter ett fåtal års arbete. Inte heller ska man behöva ge upp sitt arbete i unga år för att man helt enkelt inte klarar av att hålla sitt verktyg längre. Att gå in i denna typ av arbete ska inte innebära att man med stor sannolikhet riskerar sin hälsa på sikt.

Vad behövs då för att vi ska kunna komma så nära "BRA VIBRATIONER" som det bara går när det gäller arbete med vibrationsbelastning? Det behövs mängder av saker. En del av dessa saker finns redan men behöver utvecklas, stärkas och förbättras. Det behövs bra och tydliga regelverk för hur länge man får arbeta med olika verktyg. Det behövs att dessa regelverk verkligen följs av företag och arbetare. Det behövs information och insatser inom utbildning såväl på gymnasiers byggprogram som inom byggläro- och utbildning. Det behövs utveckling av fler lågvibrerande verktyg. Det behövs bra system för registrering och övervakning av exponering.

I denna Bulletin skriver vi om en hel del insatser, innovationer och engagerade människor som verkar för att arbete med vibrationsexponering på sikt ska ge färre skador och innebära en bättre arbetsmiljö. Att informera om dessa saker ser vi som en viktig uppgift och del i visionen "BRA VIBRATIONER".

Catarina Nordander

Överläkare

catarina.nordander@skane.se

Zoli Mikoczy

Redaktör

zoli.mikoczy@skane.se

Arbets- och miljömedicin i Lund



1. Ledare: Bra vibrationer!

2. Kalender.

3. Vibrationer och ergonomi vid arbete med vibrostavar.

Vibrationsskadeutredningar gör nytta.

4. Vi sprider kunskap om vibrationsskador. Vi behöver din hjälp!

5. Hans Lindell: En kraftfull dynamo som drivs av att minska vibrationsskador.

6. Koll på tiden ger bättre vibrationsbedömningar. När luften tar slut.

Poängsätt verktygen.

7. Nya möjligheter för vibrationsskadade.

8. Förlorad handkraft gav handlingskraft.

Ergonomer KOLLA HÄR!



Både vibrationsskador och belastnings-skador är stora problem i arbetslivet. Vid arbete med vibrerande verktyg före-kommer i hög grad också ergonomisk belastning. I AMMs nya kurs "Vibrationer i arbetslivet – Exponering och riskbedömning" ingår praktisk tillämpning av en poängmetod för värdering av vibrations-exponering. Samvärdering av vibrations-exponering och ergonomisk belastning blir en utökad riskbedömning som kan användas vid arbetsplatsbesöket eller på mottagningen.

LÄNKHJÄLP



I dagens texter blir det allt vanligare med länkar. Vi använder oss så klart av detta även i Bulletin, och hänvisar i dessa ofta till rapporter eller äldre nummer av Bulletin.

Tyvärr är länknamn till våra hemsidor ofta långa och otympliga att skriva ut i sin helhet. Här kommer lite tips för att lättare hitta:

AMM:s hemsida:
<http://www.skane.se/labmedicin/amm>

För rapporter sök vidare under:
Publikationer/Rapporter från AMM

För äldre nummer av Bulletin sök:
Publikationer/Bulletin - Nyhetsbrev från AMM

För kurser - utbildningar sök under:
Utbildningsaktiviteter

För helt klickbara länkar se vår elektroniska utgåva av Bulletin:
<http://www.skane.se/labmedicin/amm/bulletin>

NY HEMSIDA

Under hösten kommer AMMs hemsida att flytta och vi kommer att få en ny web-adress.

Länkar till rapporter eller tidigare nummer av Bulletin som vi anger i detta nummer kommer att fungera som vanligt. Vi återkommer i kommande nummer med mer info om nya hemsidan.

KALENDER

UTBILDNINGSDAG FÖR FÖRETAGSHÄLSOVÅRDENS OLIKA YRKESGRUPPER

Neuropsykiatriska diagnoser i arbetslivet

Föreläsare från psykiatri, arbetsförmedlingen och arbetslivet

IT-system och IT-stressorer

Jonas Söderström som skrivit boken: "Jävla skitsystem" inleder. Sedan belyses kognitiva utmaningar och ergonomi.

Datum: Tisdag 20 oktober (heldag)

Plats: Norra station, Hässleholm

Målgrupp: Företagshälsovårdens olika yrkesgrupper.

Kostnad: 1500:- / deltagare (exkl moms). Lunch & kaffe ingår.

Anmälan: <http://www.skane.se/labmedicin/amm> se Utbildningsaktiviteter

Vid frågor Else Åkerberg Krook

kontakta: 046-177924

else.akerbergkrook@skane.se

NY KURS UTBILDNINGSDAG : VIBRATIONER I ARBETSLIVET - EXPONERING OCH RISKBEDÖMNING

Datum: Torsdag 12 november 2015 kl. 8:30-15:30.

Plats: Lund

Målgrupp: Företagsläkare, arbetsmiljöingenjörer, ergonomer, företags-sköterskor, arbetsmiljöansvariga och arbetsmiljöinspektörer.

Kostnad: 1500:- / deltagare (exkl moms). Lunch & kaffe ingår.

Anmälan & program:

<http://www.skane.se/labmedicin/amm> se Utbildningsaktiviteter

Vid frågor Monica Hansson

kontakta: 046-173169

monica.x.hansson@skane.se

INTERNATIONELL YRKESDERMATOLOGISK KURS I MALMÖ

Den 25-27 november i år hålls en internationell yrkesdermatologisk kurs i Malmö i regi av European Society of Contact Dermatitis.

Det blir ett ypperligt tillfälle att förkovra sig inom ämnet och bli uppdaterad. Föreläsare kommer inte bara från yrkes och miljödermatologiska sektionen i Malmö och hudmottagningen i Malmö utan också från Tyskland och Danmark. Närmare 20 internationella deltagare väntas.

Anmälan & program:

<http://www.escd.org/meetings/>

För information

kontakta: Magnus Bruze magnus.bruze@med.lu.se

NIVA-KURSER 2015

NIVA (Nordiska Institutionen för Vidareutbildning inom Arbetsmiljöområdet) är ett utbildningsinstitut underställt Nordiska Ministerrådet, som är ett samarbetsforum för de nordiska regeringarna. NIVAs uppgift är att erbjuda vidareutbildning för forskare, praktiker, experter och specialister inom området för hälsa och säkerhet i arbetet.

För mer information och kursutbud: <http://www.niva.org/>



KOMMANDE DISPUTATIONER

KRISTINA MATTSSON, AMM: FREDAG 20 NOVEMBER KL. 13:00

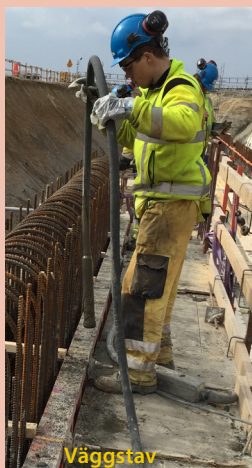
MATERNAL SMOKING DURING PREGNANCY –

LONG-TERM HEALTH EFFECTS IN THE OFFSPRING.

Mer information om plats, opponent med mera, se Universitetets hemsida.

[http://www.med.lu.se/kalendarium/\(csort\)/disp](http://www.med.lu.se/kalendarium/(csort)/disp)

(AMM=Arbets- och miljömedicin, Lund / YMDA=Yrkes- och Miljödermatologi, Malmö)



Väggstav



Valvstav

Vibrationer och ergonomi vid arbete med vibrostavar

Betongarbetare använder vibrostavar vid gjutning för att avlägsna luftbubblor i betongen och få den att flyta ut och packas. AMM Lund har under det senaste året i fältstudier mätt stavar-
nas vibrationsnivåer och vilken ergonomisk belastning användningen ger.

För golv och takgjutning används valvstav. Den är kort och har ett vibrationsdämpande handtag så att nivån är under 2 m/s^2 , vilket ger $0,7 \text{ poäng/5 min} = 64 \text{ poäng}$ för en 8-timmars arbetsdag enligt Arbetsmiljöverkets poängmetod.

En väggstav är en flera meter lång "sling" som saknar handtag. Allteftersom väggen reser sig i gjutformen halas slangen uppåt så att betongarbetaren mot slutet av gjutningen manövrerar staven genom att hålla nära den vibrerande änden. Mätningar gjordes därför på olika ställen längs staven. Fram till ca 1,5 meter från den vibrerande änden är vibrationsnivån ungefär som för valvstaven. Sedan ökar nivån successivt och t ex 30 cm från den vibrerande änden uppmättes 30 m/s^2 . Det ger enligt poängmetoden 150 poäng/5 min och gränsvärdets 400 poäng uppnås därmed efter knappt 15 minuters exponering. (Se faktaruta för förklaring av insats- och gränsvärde samt poängmetoden). Arbete med framför allt valvstav utförs vanligen med kraftigt framåtböjd rygg.

Åtgärdsförslag

I stället för väggstav bör en kort valvstav användas vid gjutning av det översta skiktet av väggen. På valvstaven skulle ett handtag som är reglerbart i höjddled ge en betydligt bättre arbetsställning.

Arbetsmiljöverkets insatsvärde för hand-armvibrationer är $2,5 \text{ m/s}^2$ eller 100 poäng enligt verkets poängmetod. Om detta överskrids ska arbetsgivaren planera åtgärder för att minska exponeringen.

Gränsvärdet är 5 m/s^2 (400 poäng) och ett överskridande kräver omedelbara åtgärder.

Värdena avser verklig daglig vibrationsexponering utslagen på 8 timmar.

Jakob Ridder

jakob.ridder@skane.se

Jan-Eric Karlsson

jan-eric.y.karlsson@skane.se

Yrkeshygieniker

Arbets- och miljömedicin Lund

VIBRATIONSKADE- UTREDNINGAR GÖR NYTTA



Varje år utreder de Arbets- och miljömedicinska klinikerna (AMM) i landet flera hundra patienter för misstänkt vibrationsskada. Trots att det finns klara riktlinjer från Arbetsmiljöverket ([AFS 2005:15](#)) om begränsad exponering och regelbundna medicinska kontroller för att skydda vibrationsexponerade, verkar antalet vibrationsskade öka. Finns det brister i det systematiska arbetsmiljöarbetet? Vad leder utredningar på AMM till? Åstadkommer vi någon bestående förändring, för patienten och för andra på arbetsplatsen? Vilken effekt har det om vi besöker arbetsplatsen och informerar om riskerna med vibrerande verktyg? Detta var frågor vi ville besvara.

En enkät skickades ut till patienter som handlagts på AMM i Lund, Göteborg, Stockholm, Uppsala, Umeå och Örebro 2012 och 2013. Svarefrekvensen var god. Av de svarande uppgav två tredjedelar att de var kvar hos samma arbetsgivare. Hälften av patienterna uppgav att de fått minskad exponering vilket de även uppskattade omfattade en fjärdedel av deras arbetskamrater. En tredjedel uppgav att företaget hade investerat i bättre verktyg.

För en knapp tredjedel av de som besvarade enkäten hade AMM även besökt arbetsplatsen som en del av utredningen. Dessa arbetsplatser hade i större utsträckning fått bättre verktyg och minskat vibrations-exponeringen än de som inte hade fått besök. Den minskade exponeringen hade också i en del fall lett

till minskning av symtom (t.ex. vita fingrar, domningar och smärta). De som däremot hade fått en ökad exponering hade fått en försämring av sina symtom.

Enkätsvaren påvisade brister i arbetsgivarens systematiska arbetsmiljöarbete; efter avslutad utredning på AMM klinikerna hade bara 16 procent riskvärderat tillåten användningstid och bara hälften av dessa tillåtna användningstider efterföljdes.

Efter vår utredning hade flera åtgärder gjorts, både för patienterna och för deras arbetskamrater. Till exempel uppgav patienterna att deras företag i större utsträckning anslutit sig till företagshälsovård, och att de övriga anställda samt deras chefer verkade ha blivit mer medvetna om riskerna med vibrerande verktyg. Vi uppskattar att våra arbetsplatsbesök har bidragit till att upp till 1250 personer har fått minskad exponering, och minskad risk för framtida skador.

Vibrationsskadeutredningar på AMM tycks alltså ha en preventiv nytta och särskilt i kombination med arbetsplatsbesök. Vi hjälper således inte bara våra patienter, utan även deras kollegor. *Det finns dock mycket kvar att göra!*

För mer information läs rapport ([2.2015](#)) på AMMs hemsida.

Eva Tekavec

Specialistläkare

eva.tekavec@skane.se

Arbets- och miljömedicin i Lund

De senaste åren har antalet remisser till AMM med frågeställning "Vibrationskada?" ökat betydligt. Detta har medfört att AMM stärkt insatserna både för dem som redan skadats men också för att förebygga att fler drabbas.

Sedan flera år tillbaka utbildar AMM personal från företagshälsovården (FHV) i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om arbete där man utsätts för vibrationer. En utbildning har fokus på exponering och riskbedömning, en annan på de medicinska kontroller som arbetsgivaren är skyldig att erbjuda de personer det gäller. Information om utbudet av AMM:s utbildningar finns på:

<http://www.skane.se/labmedicin/amm>

Vi anordnar också en informationsträff ("vib-skola") för patienter och anhöriga där ett team från AMM berättar om vad en vibrationsskada är, hur regelverket ser ut och hur exponeringen kan minskas. Patienter med vibrationsskada har ofta stora problem med nedsatt känsel, smärtor och dålig cirkulation i händerna. Viktiga områden är därför rådgivning om hur vardagen kan förklaras för den drabbade, samt hur Arbetsskadeförsäkringen fungerar. En tanke med informationsträffen är att deltagarna ska dela med sig av sina kunskaper till arbetskamrater,



Vi sprider kunskap om vibrationsskador

skyddsombud och chefer ute på arbetsplatsen. Vi har även haft träffar ute i regionen och då bjudit in någon FHV i närheten för att inspirera till liknande insatser inom deras verksamhet. Dessutom deltar Arbetsförmedlingen för att informera om hur de kan hjälpa och stötta personer som tvingas till arbetsbyte till följd av vibrationsskadan.

AMM erbjuder utbildning för elever och lärare på gymnasieskolornas byggprogram om olika arbetsmiljörisker, som vibrationer, och vikten av att man redan i utbildningen lär sig arbeta på rätt sätt. Vi planerar att göra liknande insatser på yrkes-

högskolor som utbildar arbetsledare och byggnadsingenjörer.

Trots olika åtgärder finns mycket kvar att göra. Vi oroas över att patienterna som kommer hit för utredning ofta är unga och redan har mycket besvär. Skadorna är till stor del bestående, vilket gör det förebyggande arbetet ännu viktigare!

Ulla Andersson

ulla.bk.andersson@skane.se

Else Åkerberg Krook

else.akerbergkrook@skane.se

Miljösköterskor

Arbets- och miljömedicin i Lund

Vi behöver din hjälp!

Denna text riktar vi till dig som är företagsläkare i Södra sjukvårdsregionen. Under de senaste fem åren har inflödet av remisser rörande vibrationsskadade mer än fördubblats. Vi hinner inte med att ta hand om alla.

Detta är både glädjande och skrämmande. Äntligen har arbetsgivarna börjat upphandla de lagstadgade medicinska kontrollerna, och vi tror att det är en av orsakerna till att fler skadade upptäcks. De som kommer till oss är allt yngre, ibland redan allvarligt skadade. Uppenbarligen finns riskerna kvar.

Vi har tidigare lagt ner stort arbete på att göra noggranna försäkringsmedicinska bedömningar – ofta onödigt utförliga sådana. Vi ser att många av er blivit mycket duktiga på att själva ställa diagnosen vibrationsskada. Då behöver patienten inte komma till oss, det räcker med er journalkopia som bilaga till arbetsskadeanmälan. Men hur stödjer vi arbetsgivarna så att inte fler blir skadade? Kan vi hjälpas åt?

Kom och diskutera med oss fredag 6 nov kl 13-16

Vi har bjudit in överläkare Tohr Nilsson från AMM

Sundsvall. Han har mångårig erfarenhet av arbete med vibrationsskadade patienter, och han har ett tätt och välfungerande samarbete med företagsläkarna i Västernorrland. Han kommer att berätta hur de jobbar tillsammans där uppe. Vi kommer också att hålla en översiktsföreläsning om medicinsk handläggning och riskbedömning.

Därefter vill vi diskutera. Hur kan FHV jobba, och hur kan vi på AMM stötta detta arbete?

Hoppas du har möjlighet att komma!!!

Catarina Nordander, Bodil Persson, Håkan Tinnerberg

Arbets- och miljömedicin i Lund

Lokal C144 Health Sciences Centre (HSC), Baravägen 3 i Lund
Anmäl dig senast 21 oktober till monica.x.hansson@skane.se.
Meddela om du önskar lunch från kl. 12 på Café Hjärtat i HSC.
Karta över HSC finns på
<http://www.skane.se/labmedicin/amm> se Aktuellt

PS. Säkerstärk att du har missat någon, dela gärna med dig av denna text. Ta gärna med säljansvarig på din FHV, om du finner det lämpligt. DS.

HANS LINDELL

EN KRAFTFULL DYNAMO SOM DRIVS AV ATT MINSKA VIBRATIONSSKADOR

Hans Lindell, civilingenjör, är den främste innovatören i Sverige när det gäller vibrationsdämpande tekniska lösningar på handhållna verktyg och maskiner. Han är sedan 1990 knuten till Swerea IVF och är för närvarande industridoktorand där med finansiellt stöd av AFA Försäkring och Vinnova.

Hans, du är nog mest känd för balansringen, dvs. en ring med fritt rörliga kulor som initialt kom att användas på vinkelslipar. Vad är det för fördelar med den?

Lustigt nog är tekniken känd sedan slutet av 1800-talet men ingen hade fått det att fungera på slipmaskiner. Förutom att minska maskinens vibrationer genom att reducera obalanser så har det också visat sig att balansringen minskar förbrukningen av slipskivor upp till 50 procent samt att slipresultatet blir bättre.

Det innebär förstås att balansringen numera är standard i alla vinkelslipar?

Tyvärr inte. Vissa tillverkare har balansringen som ett tillval men då blir verktyget mycket dyrare. Det kan dock bli så att balansringar blir tvingande framöver då tillverkarna enligt EU:s maskindirektiv måste använda den senaste tekniken.

Har balansringen kommit att användas i andra sammanhang?

Jadå, t.ex. i flygplanspropellrar, tvättmaskiner och t.o.m. i CD-spelare.

På sistone har du främst varit sysselsatt med att försöka hitta tekniska lösningar för att dämpa vibrationerna i tunga, slående verktyg. Mest känt är kanske det arbete som har gjorts på mejselmaskiner i stenindustrin?

*Det rör sig också här om en gammal teknik, s.k. avstäm-
da dämpare. Här har utmaningen varit att få tekniken att fungera över ett brett frekvensområde, som många maskiner jobbar inom. Det har vi nu lyckats med genom att införa olinjäriteter och det har också inneburit att vikten på verktygen har kunnat minskas. Verktygets generella vibrationsnivå minskas genom att det skapas en motkraft i maskinkroppen. De höga transienterna (stötarna) reduceras genom vibrationsisolatorer av t.ex. skummad polymer.*

Just när det gäller transienter och dess påverkan på människan vet jag att du är kritisk till den nuvarande vibrationsstandarden ISO 5349.

Det stämmer. Enligt standarden vägs i princip alla vibrationer över frekvensen 1250 Hz bort. Det innebär att högfrekventa transienter med vibrationsnivå på flera tusentals

m/s² som förekommer i t.ex. slående mutterdragare inte tas någon egentlig hänsyn till. Försök på blod har visat att vibrationer med mycket höga transienter orsakar kollaps av röda blodceller trots att vibrationsnivån enligt ISO 5349 "bara" är 10 m/s².

Du koordinerar ju projektet "Noll vibrationsskador" där även vi från Arbets- och miljömedicin i Lund deltar tillsammans med maskintillverkare, Arbetsmiljöverket, arbetstagar- och arbetsgivarorganisationer samt slutanvändare. Hur tycker du det arbetet fortskrider?

Det är det roligaste och mest stimulerande projekt som jag har deltagit i. Alla arbetar med samma målsättning: att minska vibrationsskadorna. Jag har tidigare upplevt en viss frustration då jag tycker arbetet har gått trögt, framför allt att det har varit en så dålig efterfrågan på vibrationsdämpande verktyg. Detta håller på att ändras och det har bl.a. varit ett mycket bra gensvar bland slutanvändarna i projektet.

Till slut, Hans, vad är det som driver dig i detta arbete? Till en början var det nog den tekniska utmaningen men nu är det definitivt att hjälpa till att minska vibrationsskadorna i samhället. Maskiner behöver inte vibrera och skada människor!



Hans Lindell

Jan-Eric Karlsson

Yrkeshygieniker
Arbets- och miljömedicin Lund
jan-eric.y.karlsson@skane.se

Koll på tiden ger bättre vibrationsbedömningar

För att genomföra en vibrationsbedömning krävs kunskap om verktygets vibrationsnivå samt en uppskattning av tiden verktyget var igång och användes. Vibrationsnivån är förhållandevis enkel att hitta eller mäta. Användningstiden är svårare att bestämma, speciellt för maskiner som frekvent slås på och av. Oftast används intervjuer för att uppskatta användningstiden vilket ger en osäkerhet i resultaten.

Företaget *Husqvarna* utvecklar ett övervaknings-system för användningstid kallat *Husqvarna Fleet Service* som just nu testas. Systemet utvecklades ursprungligen för Husqvarnas maskiner men förfrågningar om att kunna övervaka även andra tillverkares verktyg gör att Husqvarna nu undersöker möjligheten till detta.

Systemet består av en sensor, som fästs på verktyget. Med sensorn mäts användningen utifrån varvtal. Sensorn kopplas till en basstation för trådlös överföring till ett onlinesystem. Systemet möjliggör både

en beräkning av individuell användning av olika verktyg samt verktygens totala användningstid. Dessa data kan jämföras med Husqvarnas databas över vilka varvtal som ger lägst vibrationsexponeringen för operatören och samtidigt högst effekt och minst slitage på verktyget.

Användandet av *Husqvarna Fleet Service* kräver ett webbaserat abonnemang där användaren registrerar in sina verktyg och operatörer. Systemet räknar ut användningstid samt ger varningssignaler vid överskriden vibrationsdos för operatören och servicebehov för verktyget.

Jakob Riddar

Yrkeshygieniker

jakob.riddar@skane.se

Arbets- och miljömedicin i Lund

När luften tar slut

Du använder verktyg som kan skada dig, under längre tid än du borde – men jobbet måste ju göras. Detta låter som ett omöjligt problem att lösa. Är det verkligen det?

Ett företag i Småland har utvecklat teknik som kontrollerar vibrationsexponeringen för personalen. De anställda loggar in på ett system som styr verktygens tryckluft. Denna stängs automatiskt av när den sammanlagda vibrationsexponeringen nått en viss nivå för dagen. Enkelt och effektivt men hög arbetsmoral och plikt-känsla kan leda till irritation då systemet avbryter arbetet. Folk i allmänhet vill ju jobba.

Huvudsyftet är dock att skydda personalen från vibrationsskador och systemet är en del av ett större säkerhetsarbete på företaget. Genom att mäta över tid kan trender utläsas och den maximala dagsdosen an-

passas – både för de som redan skadats och de som inte har symptom.

Den arbetsrotation som blir nödvändig kan ses som en möjlighet till kompetensutveckling. Med lägre skaderisk kan personalen dessutom jobba fler år inom yrket. Problem att rekrytera erfaren personal och kostnader att lära upp nyanställda gör detta till en extra bonus.

Detta system bidrar således med kunskap och dattainsamling vilket leder till en effektivare prevention kring vibrationsskador.

Mer i Bulletin [1/2012](#).

Henrik Enquist

Yrkeshygieniker

henrik.enquist@skane.se

Arbets- och miljömedicin i Lund

Poängsätt verktygen

Under en mätning av vibrationer på en bussverkstad stod verkstadschefen och funderade över resultaten. "Hur översätter man nu det här värdet i m/s² till något som alla här kan förstå? Skulle man inte istället kunna märka upp alla verktyg med hur många poäng man får?" undrade han.

Jag hade precis visat honom Arbetsmiljöverkets poängmetod (<https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/vibrationer/fordjupning-om-vibrationer/poangmetoden/>). Det är en enkel metod för att uppskatta den dagliga vibrationsexponeringen. I en tabell kan man gå in och läsa av hur många poäng man får om man utsätts för en viss vibrationsnivå under en viss tid. Arbetar man med flera verktyg adderar man ihop poängen. 400 poäng motsvarar gränsvärdet och är det maximala antalet poäng man får ha per dag.

Trots att metoden förenklar beräkningen av vibrationsexponeringen är det krångligt att under arbetets gång gå in och läsa av en tabell för att veta hur man ligger till. Verkstadschefens idé är därför både enkel och bra. Ur tabellen tar man fram antal poäng per minut eller timme och märker upp detta synligt på verktyget. Exempel: en maskin som vibrerar med 12 m/s² innebär ca 5 poäng/min. En mekaniker arbetar med maskinen i en timme och får då 300 poäng. Nu har han 100 poäng kvar för resten av dagen innan gränsvärdet nås. De som arbetar med maskinerna kan därmed snabbt se hur länge de får lov att användas.

Karin Wilander

Yrkeshygieniker

karin.wilander@skane.se

Arbets- och miljömedicin i Lund



Irina Jaeger

Marie-Louise Lindblad

Nya möjligheter för vibrationsskadade

Vad kan man göra om man inte kan fortsätta arbeta i eller återgå till sitt gamla yrke? Den frågan tvingas många vibrationsskadade personer som drabbats av funktionsnedsättning i händerna att ställa sig. Det finns mycket hjälp att få via Arbetsförmedlingen (AF) i den här situationen. Oavsett vilken bransch man kommer ifrån erbjuder AF samma service/insatser.

Hjälp med att hitta nya vägar i arbetslivet

Tillsammans med sin arbetsförmedlare lägger man upp en plan utifrån sin situation och vilka steg som är viktiga att ta för att nå ett nytt arbete. Tidigare erfarenheter ses över - om man inte kan återgå till den gamla yrkesrollen finns säkert kunskaper som kan användas inom andra typer av arbetsuppgifter. Om man måste börja om i en helt ny yrkesroll finns möjlighet att pröva inom detta för att se hur det fungerar. Man får också hjälp med hur man söker arbete på ett aktivt och systematiskt sätt. AF:s insatser kompletterar de egna aktiviteterna mot nytt arbete.

Yrke inom byggsektorn

För dem som har en bakgrund inom byggsektorn finns Galaxen Bygg, som ägs av Sveriges Byggin- dustrier, Målmästarna, Skanska, NCC m fl. Galaxen erbjuder stöd till personer som har en anknytning till byggsektorn, har en dokumenterad funktionsnedsättning och som bedöms inte kunna återgå i arbete utan rehabiliteringsinsatser.

När en person med vibrations- skada upptäcks av någon samver- kanspart, AF/Försäkringskassan (FK)/Sveriges Byggin- dustrier, an- mäls denna till Galaxen Bygg som i sin tur sammankallar till ett av- stämningmöte i syfte att bedö- ma framtida rehabiliteringsinsat- ser. AF:s uppgift, i samverkan med Galaxen, är att arbeta med omställ- ning, arbetslivsinriktad rehabilite- ring, besluta om ekonomiskt stöd till arbetsgivare och göra överens- kommelser om anpassningar i det nya arbetet. Så många som fem av sex hittar nya lösningar på arbets- marknaden, både inom och utan- för byggsektorn. Exempel på nya arbetsuppgifter är yrkeslärare, ele- vinstruktör, arbete i byggvaruhan- del, mobilkranförare, vara kvar på arbetsplatsen med anpassningar i arbetet eller omskolning till arbets-/ produktionsledare.

Samarbete

Om det bedöms vara aktuellt och kunna hjälpa vidare kan AF och FK tillsammans inleda plane- ring och aktiviteter redan under sjukskrivning, med bibehållen er- sättning.

Marie-Louise Lindblad

marie-louise.lindblad@arbetsformedlingen.se
Samverkansresurs Arbetsförmedlingen Vården
Arbetsförmedlingen Lund

Irina Jaeger

irina.jaeger@arbetsformedlingen.se
Arbetsförmedlare Galaxen-uppdraget
Arbetsförmedlingen Malmö Teknik

Detta är YMDA

Yrkes- och miljödermatologiska avdel- ningen i Malmö utreder hudsjukdomar som misstänks ha med arbetet att göra, men även sådana som misstänks orsa- kade av fritidsaktiviteter och faktorer utanför arbetsmiljön. Remiss behövs för utredning och kan skrivas av läkare, företagssköterska, skyddsombud, tand- läkare, försäkringskassa eller arbetsför- medling.

Tidsbokning/avbokning: 040-33 78 72 ,
040-33 65 16 mellan kl 8.00 – 16.00.

Fler kontaktuppgifter hittar du på
www.skane.se/SUS/YMDA



Behöver DU hjälp från AMM?

Har du medicinska frågor, frågor om arbetsmiljön eller den allmänna miljön? Eller gäller det ett enskilt patientärende? Ring 046-17 31 85 mellan kl 8.00 – 16.00.

Behöver du fråga om analyser, provtagningsutrustning eller remisser? Ring 046-17 31 95 mellan kl 8.00 – 16.00, eller maila: amm@skane.se

Tipsa oss!

Vad vill du läsa om i Bulletin?

Tipsa oss om:

- ämnesområden
- teman
- händelser

som du vill att vi ska skriva om i kommande nummer av Bulletin.

Detta och andra synpunkter på innehåll i Bulletin kan du maila till: bulletin@skane.se

Referenser

Saknar du referenslistor i Bulletin's artiklar?

Vi har valt att inte använda oss av dessa långa platskrävande listor.

Om du känner att du vill ha mer kött på benen, hör av dig via mail till respektive artikelförfattare. Då får du hjälp med lämpliga referenser och länkar.

Förlorad handkraft gav handlingskraft!

Det är viktigt att nå ut med information om risker i arbetsmiljön främst till yngre och nyanställda anser 42-åriga byggnadsarbetaren Jonas Karlsson. Att informera om hur mycket verktygen vibrerar, vilka riktlinjer som finns för användningstiden och riskerna med överanvändning. En annan mycket viktig punkt är anställningstrygghet. Det är inte lätt att hävda sin rätt om anställningen är provanställning, timbaserad eller via ett bemanningsföretag.

Trots att Jonas är medveten om riskerna med vibrationsexponering och försökt arbeta "rätt" har han inte kunnat undvika vibrationsskador. Besvärerna kom smygande för några år sedan. Nu har han ofta stickningar, domningar, känselbortfall och kalla fingrar, främst vintertid, som gör honom fumlig.

"Det är frustrerande när man inte kan göra saker på det sätt som man är van vid. Det är besvärligt att behöva använda handskar när det blir kallt och fuktigt."

Hans stora passion är matlagning och att inte känna om det är varmt eller kallt ställer till besvär. Många gånger har han bränt sig utan att känna det. Istället för att värma händerna runt kaffekoppen en kylig dag blir effekten fördubblad och det bränner i händerna. Sämre finmotorik gör det omöjligt att till exempel öppna Ziplock-påsar.

Jonas sitter i Byggnads fackliga regionala styrelse och arbetar mycket med arbetstagarnas rättigheter. Han medverkar när facket ger information

om säkerhet och trygghet på gymnasieskolornas byggnadsprogram i hela Skåne.

Han beskriver att det råder en balansgång mellan riskfritt arbete, regelverk och byggtider för både arbetsgivare och arbetstagare. Genom åren har han mött många arbetskamrater, arbetsledare och arbetsgivare med olika inställningar till detta. På företaget sitter han i medbestämmandegruppen i den lokala fackliga gruppen, där man försöker ha en dialog med sunt förnuft och nå en överenskommelse enligt gällande regler. Framsteg har gjorts i det systematiska miljöarbetet men mycket återstår.

Jonas berättar att det inom byggindustrin idag finns en jargong med varierande grad av macho-prägel. Arbetsledare har olika ledarstil. Arbetsgivaren måste hålla sina byggtider och för arbetarna innebär detta att tider skall hållas av de olika hantverksgrupperna och säkerhetsåtgärder riskerar att sinka arbetstempot. Att bila, använda tigersåg, vinkelslip, multi-såg och att borra med slagborr i betong medför oftast hög vibrationsbelastning och användningstiderna överskrids ofta då tider ska hållas.

Jonas tycker inte vibrationsdämpande handskar gör så stor skillnad. Att köpa låg-vibrerande verktyg är oftast ganska dyrt och därför hyrs ofta maskinerna. När maskiner hyrs får man ta vad som finns och det är inte alltid de med minst vibrationer.

Efter att Jonas varit på AMM för utredning bestämde han sig för att göra något åt sin situation. Han har alltför många arbetsföra år kvar och han vill inte riskera att förvärma sina skador så till hösten börjar han en utbildning till arbetsledare.

Han kommer att fortsätta sitt engagemang för att sprida kunskap om risker med exponeringar. För att få ut information till ungdomarna tycker Jonas att modern informationsspridning med sociala medier ska användas.



Jonas Karlsson

Else Åkerberg Krook

Miljösköterska
else.akerbergkrook@skane.se
 Arbets- och miljömedicin i Lund

Bulletin informerar om den arbets- och miljömedicinska samt yrkes- och miljödermatologiska verksamheten vid Medicinsk Service, Skånes Universitetssjukhus och Lunds Universitet.

Bulletin utkommer med fyra nummer (varav två tryckta) per år och är gratis.

Adress

Medicinsk Service,
 Labmedicin,
 Arbets- och miljömedicin,
 221 85 Lund
 Tel 046-173185

amm@skane.se
<http://ammlund.se/>

Elektronisk utgåva

<http://www.skane.se/labmedicin/amm/bulletin>

Ansvarig utgivare

Håkan Tinnerberg
hakan.tinnerberg@skane.se

Redaktör

Zoli Mikoczy
zoli.mikoczy@skane.se

Layout

Zoli Mikoczy
zoli.mikoczy@skane.se

Prenumeration och adressändring

Gudrun Persson
gudrun.persson@skane.se

Tryck

Media-Tryck, Lunds Universitet

ISSN

2000-3633

Artiklar publicerade i Bulletin får reproduceras mot uppgivande av källa.



LANDSTINGET BLEKINGE



REGION
KRONOBERG



BÄSTA LIVSPLATSEN
 Region Halland



LUNDS
UNIVERSITET