

Bezpieczeństwo i komfort pracy

Każda firma jest dziś zobowiązana do podjęcia wszelkich działań mających na celu zwiększenie dobrego samopoczucia pracownika. Dotyczy to nie tylko obszaru roboczego, ale także kultury pracy. Przyczynia się to do ograniczenia stresów i lęków. Tworzenie ergonomicznych i komfortowych stanowisk pracy to na pewno pozytywny krok w zakresie wspierania dobrego samopoczucia pracownika w miejscu pracy. Dzięki temu zwiększa się też zaangażowanie i motywacja. To sprawia, że pracownicy są jeszcze bardziej wydajni. Wzrost wydajności z kolei prowadzi do wzrostu rentowności przedsiębiorstwa.

Pozycja pracy – stojąca czy siedząca?

Choć obecnie niektóre prace zaleca się wykonywać w pozycji stojącej to istnieje realne ryzyko związane z długotrwałym, regularnym przebywaniem w tej pozycji. Ryzyko jest jeszcze większe jeśli operator stale przybywa na twardej betonowej nawierzchni. Najczęstsze dolegliwości pracowników narażonych na taką pracę to żylaki, obrzęki nóg i stóp, bóle krzyża, zapalenie powięzi podszwowej oraz zaburzenia krążenia krwi i nadciśnienie tętnicze.

Badania przeprowadzone przez naukowców z Uniwersytetu w Loughborough i Uniwersytetu w Leicester w 2011 roku porównały następstwa najkrótszego czasu spędzonego na siedząco z następstwami najdłuższego czasu spędzonego na siedząco. W przypadku długotrwałego spędzania czasu na siedząco, między innymi:

- wzrost o 112% ryzyka cukrzycy,
- wzrost o 147% problemów sercowo-naczyniowych,
- wzrost o 90% zgonów z powodu zdarzeń sercowo-naczyniowych,
- wzrost o 49% zgonów z dowolnej przyczyny.

Jak zatem odnaleźć równowagę pomiędzy stojącą a siedzącą pozycją pracy? Jeśli praca ope-



Stół Reeco Premium Electric z elektryczną regulacją wysokości blatu

ratora wymaga długotrwałego siedzenia, zaleca się by wstawać co najmniej co 20–30 minut. Z kolei gdy zadania wymagają przebywania w długotrwałej pozycji stojącej to należy zmieniać pozycję tak często jak to możliwe i od czasu do czasu zająć pozycję siedzącą. Jak zatem w otoczeniu stworzyć takie warunki pracy?

Zacznijmy od mebli

W Niemczech oraz we wszystkich krajach skandynawskich istnieją odpowiednie przepisy regulujące sposób wyposażenia stanowiska pracy. Opracowane normy zapewniają pracownikom odpowiednie warunki, których zapewnienie leży w obowiązku pracodawcy. Pracownik przyjęty do pracy na produkcji musi mieć zapewnione stanowisko technicznie zgodne z opracowanymi normami, w planowaniu którego ogromny nacisk został postawiony na ergonomię. Musi ono być wyposażone w odpowiednie krzesło oraz stół będący przestrzenią roboczą. Stół musi mieć regulowaną wysokość, zapewniając pracownikowi komfortową pracę w pozycji siedzącej oraz stojącej, gdzie jego postawa musi być naturalna i niewymuszona niedostosowaniem wysokości blatu roboczego. Dodatkowo operator powinien otrzymać odpowiednie krzesło również z możliwością regulacji wysokości siedziska.

Takie niezwykle restrykcyjne wymagania ergonomii oraz bezpieczeństwa spełniają meble przemysłowe Reeco, przeznaczone dla różnych gałęzi przemy-

słu, od firm produkcyjnych i serwisowych z branży elektroniki, przez magazyny i laboratoria, na salach wykładowych, archiwach i przemyśle ciężkim kończąc. W przypadku wymienionego wyżej rynku niemieckiego oraz skandynawskiego, obowiązujące tam przepisy spełnia stół przemysłowy Reeco oparty na konstrukcji Premium wraz z elektryczną zmianą wysoko-



Konstrukcja stołu Premium z elektryczną regulacją wysokości

ści sterownika może płynnie regulować wysokość blatu w zakresie 670–1120 mm. Taki stół pozwala nie tylko na zapewnienie pracownikowi maksymalnie komfortowych warunków pracy w przestrzeni roboczej, ale również dostosowania wysokości blatu stołu do postawy podczas wykonywania prac oraz jej bieżącej zmiany za pomocą łatwo dostępnego sterownika. Stoły Reeco Premium są przystosowane do pracy w warunkach strefy EPA. Dzięki modułowej budowie, umożliwiają rozbudowanie stanowiska pracy o dodatkowe elementy w dowolnym czasie, umożliwiając tym samym wyposażenie stanowiska w dodatkowe oświetlenie, półki na przyrządy, narzędzia, kufy i inne potrzebne w pracy elementy.

ków przygotowania ergonomicznego miejsca pracy. Pracownik za pomocą zainstalowanego w przedniej części sto-

2w1 – maty antyzmęczeniowe antystatyczne

Stosowanie maty podłogowej antystatycznej z kompletnym systemem uzie-

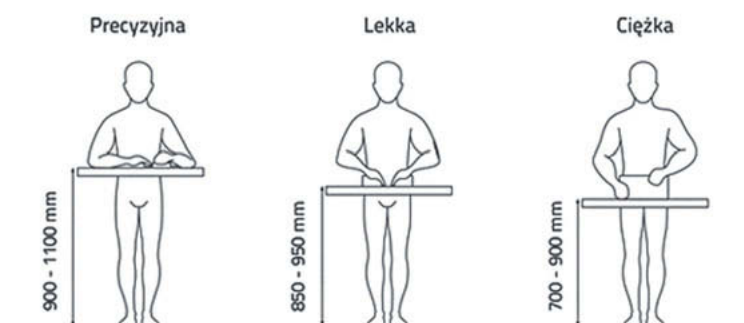
Sterownik do automatycznego podnoszenia lub opuszczania blatu

ści blatu. Konstrukcja ta ma certyfikat zaświadcający spełnienie wymagań zawartych w normach PN-EN 13150:2004 oraz PN-EN 14727:2006. Zapewnia ona maksymalną ergonomię pracy przy zachowaniu wysokiej jakości wykonania oraz w przystępnej cenie. Niezwykle solidne materiały, z których wykonane zostały stoły Reeco Premium pozwalają na obciążenie do 600 kg, przy zachowaniu pełnej regulacji elektrycznie sterowanych podnośników. Zakres wysokości oferowanej przez stoły Reeco w całości wpisuje się w specyfikację ergonomii miejsca pracy wymaganej dla mebli przemysłowych w krajach już dziś przestrzegających restrykcyjnych warun-



Jednowarstwowa mata antyzmęczeniowa z pianki PCV

Typ pracy



Możliwości przystosowania konstrukcji Premium Electric do każdego trybu pracy

mienia niewątpliwie chroni każde stanowisko przed wyładowaniami elektrostatycznymi. Jej zadaniem jest odprowadzenie niebezpiecznego dla komponentów i sprzętu, ładunku do punktu uziemienia. Aby jednocześnie zapewnić większy komfort pracy warto rozważyć zastosowanie maty antystatycznej i jednocześnie antyzmęczeniowej. Piankowe podłoże takiej maty gwarantuje wysoki komfort podczas pracy w pozycji stojącej na twardej powierzchni, co znacząco zmniejsza uczucie zmęczenia. Taka mata zmusza do regularnego ruchu



Antyzmęczeniowa, dwuwarstwowa mata antystatyczna o wysokiej odporności na zużycie



Ergonomiczna mata wykonana z poliuretanu o niezwykle wysokiej odporności mechanicznej

stóp, ponieważ pracownik bezwarunkowo będzie starał się delikatnie dostosować położenie stóp do miękkiej powierzchni maty. To wpływa na poprawę krążenia krwi oraz pracę mięśni łydek i stóp. Dodatkowo maty antyzmęczeniowe odciążają plecy i stawy pomagając w rozkładzie naprężeń na większej powierzchni pochłaniając tym samym część sił powstających podczas stania.

Właściwości przeciwzmęczeniowe zapewnia podłoże maty wykonane z pianki EPDM, natomiast wysoce wytrzymała górna powierzchnia wykonana z gumy nitrylowej i NBR/SBR zmniejsza ryzyko poślizgnięcia i jest odporna na działanie oleju. Warto również wspomnieć o właściwościach termizolacyjnych takiej maty, co dodatkowo podnosi komfort.

Podsumowanie

Badanie Nieobecności w Pracy i Zdrowia Pracowników przeprowadzone przez CBI/Pfizer w 2013 roku pokazało, że absencja chorobowa kosztuje ogólnie gospodarkę Wielkiej Brytanii 14 miliardów funtów rocznie. Według statystyk HSE, 7,4 mld funtów to koszty bezpośrednio związane z urazami mięśniowo-szkieletowymi. Koszty te dotyczą nie tylko wynagrodzenia chorobowego, ale również zapłaty za pracę w godzinach nadliczbowych, pracę tymczasową i spadek wydajności. Dlatego również ważne co odpowiednio przygotowane stanowisko jest przestrzeganie norm związanych z obowiązującymi przerwami w wykonywanych czynnościach, jak również zapewnienie przestrzeni i warunków pracy na terenie całego zakładu, pozwalających na komfortowe wykonywanie zadań. W wielu krajach Europy Zachodniej o obowiązku przygotowania ergonomicznego miejsca pracy stanowią odpowiednie przepisy. Wkrótce mogą one obowiązywać także w Polsce. Myśl taka skłania do zastanowienia się nad najkorzystniejszym zaplanowaniem miejsca pracy, a zwłaszcza jego podstaw użytkowych.

Renex, Al. Kazimierza Wielkiego 6E
87-800 Włocławek
tel. 54 231 10 05, faks 54 411 25 56
office@renex.com.pl, www.renex.com.pl