

In eigener Sache

*Selten
körpergerechte
Möblierung*



Arbeitsschutz

Arbeitsergonomie nach dem Vorbild Leitstelle

„Wir berichten absolut unabhängig von Herstellerinteressen. Anzeigen können Sie gern buchen. Den Abdruck redaktioneller Beiträge aus Ihrem Hause niemals. Damit müssen Sie leben.“ Mit diesen Worten begrüßt der *Sicherheits-Berater* alle Repräsentanten von Herstellern, die der Bonner Redaktion ihr Leistungsportfolio persönlich vor Ort vorstellen wollen. Gesagt, getan, die geprüften Arbeitsplatzexperten der Firma Knürr Technical Furniture GmbH (www.technical-furniture.com), der Emerson Network Power zugehörig und auf die Herstellung maßgeschneiderter Möbel für Leitstellen spezialisiert, konnten glaubhaft darlegen, dass sie sich mit Arbeitsergonomie bestens auskennen. Gerade im Leitstellenbereich sind die Anforderungen an Mensch und Material besonders hoch. Deshalb druckt der *Sicherheits-Berater* einen Gastbeitrag von Hans Hohenthal, Knürr-Produktmanager Konsolen, nachfolgend in voller Länge ab. Er zeigt, dass es sich lohnt, über die Ergonomie einer Leitstelle und der dort befindlichen – wie auch der „normalen“ – Arbeitsplätze einmal nachzudenken.

Problem:

Ein ergonomisch ausgerichtetes Arbeitsumfeld ist leider (noch) keine Selbstverständlichkeit – auch wenn in vielen Fällen die Arbeitsstättenverordnung bereits eingehalten wird. Dabei sprechen die positiven Aspekte wie niedrigerer Krankenstand sowie höhere Wirtschaftlichkeit und Mitarbeiterzufriedenheit für sich. Wie eine bestmögliche körpergerechte Möblierung speziell in Leitstellen zu einer Steigerung der allgemeinen Aufmerksamkeit und somit zu mehr Leistungsfähigkeit beitragen kann, erläutert der folgende Beitrag.

In technischen Arbeitsumgebungen ist Funktionalität oberste Prämisse. Doch wird dabei nur zu gerne vergessen, dass auch ergonomische Gesichtspunkte

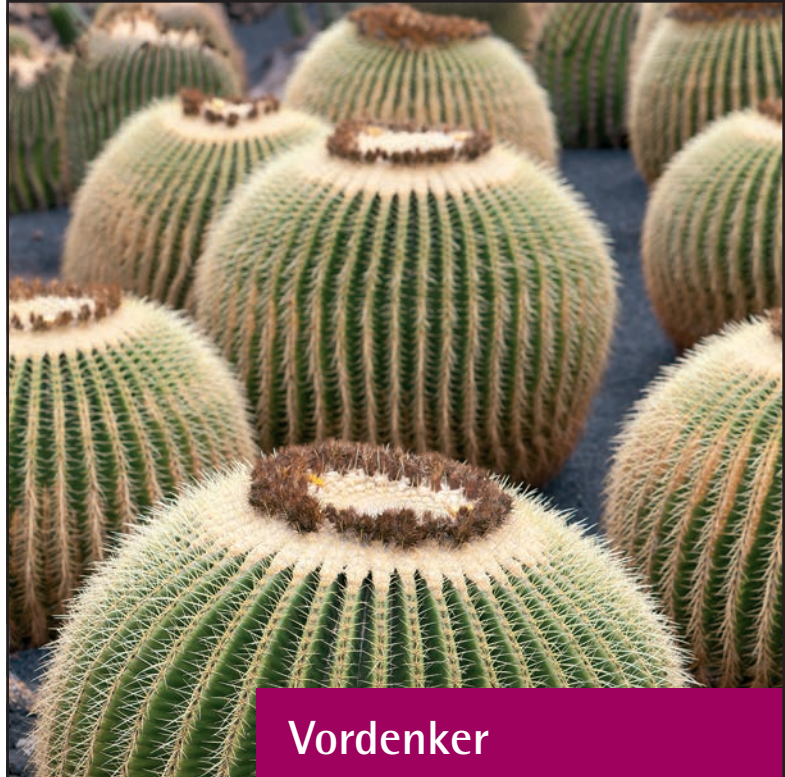
eine große Rolle spielen. Dies zu ignorieren kann Betriebe auf Dauer teuer zu stehen kommen. Denn gesundheitliche Beeinträchtigungen und daraus resultierende Fehlzeiten schlagen ungleich teurer zu Buche, als in eine adäquate Funktionsmöblierung zu investieren.

Das Hauptziel der ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung ist es, für mehr Effizienz zu sorgen und die Mitarbeiter vor Gesundheitsschäden zu bewahren. Speziell in sicherheitsrelevanten Bereichen ist volle Konzentration ein erfolgskritischer Faktor, der nicht durch Ermüdungserscheinungen oder Rückenbeschwerden beeinträchtigt werden sollte. Zudem trägt eine individuell angepasste Arbeitsumgebung dazu bei, den Beschäftigten als bedeutende Humanressource des Unternehmens zu fördern und zu schützen.

In Notruf- oder Serviceleitstellen wird üblicherweise im Schichtbetrieb gearbeitet, so dass sich mehrere Arbeitnehmer einen Arbeitsplatz teilen. Es sollte daher selbstverständlich sein, dass sich die Arbeitsmittel dynamisch und flexibel an die jeweiligen Bedürfnisse der Mitarbeiter anpassen lassen. Doch welche Aspekte gilt es, konkret zu berücksichtigen?

Maßnahmen:

1. Insgesamt sind die körpergerechten Abmessungen bei der Möblierung im Auge zu behalten. Moderne Stühle oder Tische sind üblicherweise so gestaltet, dass sie sich problemlos in der Höhe verstellen lassen und so optimal auf die jeweilige Körpergröße anpassbar sind.
2. Arbeits- und Anzeigegeräte wie Monitore sollten ergonomisch justiert bzw. eingerichtet werden können. Hier ist u.a. der korrekte Abstand und Winkel zum Auge entscheidend.
3. Beleuchtungs-/Reflexionsvorgaben sind einzuhalten. So muss die Beleuchtung der Art der Sehaufgabe und dem Sehvermögen der Benutzer entsprechen. Ein angemessener Kontrast zwischen Bildschirm und Arbeitsumgebung gehört ebenso dazu, wie das Vermeiden störender Blendwirkungen, Reflexionen oder Spiegelungen.
4. Bei der Raumplanung steht naturgemäß die effiziente Nutzung im Vordergrund. Hier ist jedoch auch – neben vorgeschriebenen Verkehrsflächen und Fluchtwegen – auf die fachgemäße Ausrichtung der Möbel zu beachten. Schreibtische und Arbeitsbereiche sollen so ausgerichtet sein, dass Monitore stets im rechten Winkel zu den Fenstern stehen, um indirekte oder gar direkte Blendung zu vermeiden.



**Vordenker
in Sachen Sicherheit**

Raumklima und -akustik

Sitzen plus Stehen

Medizinische nachgewiesene Vorteile

Produktivitätsplus

Einweisung der Beschäftigten

5. Weitere wichtige Parameter sind Raumklima und -akustik. Die Temperatur am Arbeitsplatz soll bei mindestens 20 und maximal 26 Grad Celsius liegen. Eine zugfreie Belüftung und ca. 50 Prozent relative Luftfeuchtigkeit optimieren die Bedingungen.
6. Des Weiteren sind die Verordnungen zum Lärm- und Vibrations-Arbeitschutz sowie zur arbeitsmedizinischen Vorsorge relevant. Vor allem in größeren Räumen ist gegebenenfalls durch Akustiktrennwände und weitere Maßnahmen für eine Einhaltung der zulässigen Umgebungslautstärke zu sorgen.
7. Prinzipiell sind kombinierte Sitz-/Steharbeitsplätze vorzuziehen. Handelt es sich um eine ausschließlich sitzende Tätigkeit, ist unbedingt auf geeignete Sitzgelegenheiten sowie die richtige Sitzhöhe im Vergleich zur Arbeitsfläche zu achten.
8. Vorzugsweise sollte die Belegschaft jedoch maximal 30-50 Prozent der Arbeitszeit im Sitzen verbringen und den Rest abwechselnd im Stehen bzw. in Bewegung. Denn eine vernünftige Sitz-Steh-Dynamik unter Einbeziehung von Stehpulten:
 - a. reduziert den Gelenkverschleiß insbesondere des Hüftgelenks,
 - b. schützt vor Krampfadern, Durchblutungsstörungen oder gar Thrombosen, indem die sogenannte Venenpumpe aktiviert wird,
 - c. versorgt die Bandscheiben durch abwechselnde Be- und Entlastung mit ausreichend Flüssigkeit und hält sie geschmeidig,
 - d. verhindert die Muskeldegeneration der Beine, des Rückens und der Schultern, indem der gesamte Bewegungsapparat aktiviert wird,
 - e. führt gemäß einer Laborstudie der Sporthochschule Köln zu einer tieferen und ruhigeren Atmung sowie zu einer Erhöhung der Sauerstoffaufnahme um 11,5 Prozent. Es ist davon auszugehen, dass hierdurch das menschliche Gehirn ebenfalls besser mit Sauerstoff versorgt wird und somit mehr leistet als im Sitzen. Der Beschäftigte kann nun also dauerhaft mehr leisten, also mehr kognitive Aufgaben pro Zeiteinheit erfüllen oder im Falle von komplexen, kurzfristigen Entscheidungssituationen (z. B. Störfällen) schneller und besser entscheiden.

Ein ergonomisch korrekt eingerichteter Arbeitsplatz und eine dynamische bzw. vorwiegend stehende Tätigkeit bewahren also nicht nur vor Gesundheitsschäden und krankheitsbedingten Ausfallzeiten. Vielmehr können sie sich durch einen etwa fünfprozentigen Leistungsgewinn auszahlen. Der Arbeitgeber würde so ein Produktivitätsplus von bis zu elf Tagen „geschenker“ Arbeitszeit pro Jahr verbuchen!

Übrigens: Da es sich dabei um Arbeitsmittel handelt, sind die Arbeitgeber verpflichtet, ihre Beschäftigten auch über den ordnungsgemäßen Gebrauch in Kenntnis zu setzen. Dies regeln § 81 des Betriebsverfassungsgesetzes und § 14 des Arbeitsschutzgesetzes. Bei den genannten Vorteilen sollte dies ohnehin im ureigenen Interesse des Arbeitgebers sein.

Stichworte: Arbeitsplatz – Ergonomie – Höhenverstellbare Tische – Knürr – Leitstelle – Sitz-/Steharbeitsplatz