

# Helkroppsvibrationer

Vid ett eller fler ja-svar på frågorna behöver ni troligen skaffa materialet Vibrationsguiden Helkroppsvibrationer.

**Framförs fordon på mycket ojämna underlag, t ex i terräng?**

Ja  Nej

Vid körning i terräng finns alltid risk för höga nivåer av helkroppsvibrationer.

**Körs eller används vibrerande maskiner dagligen och under större delen av dagen?**

Ja  Nej

Den dagliga exponeringen bestäms av vibrationernas storlek och exponeringstid. Ju kraftigare vibrationer och/eller ju längre exponeringstid desto högre blir vibrationsexponeringen.

**Körs fordon på underlag som de inte är avsedda för?**

Ja  Nej

Vissa industritruckar t.ex. gaffeltruckar saknar stötdämpare och har helgjutna däck för att säkerställa stabiliteten. Under förutsättning att de körs på slätt och jämnt underlag utsätts inte föraren för höga nivåer av helkroppsvibrationer. Om de emellertid körs på dåligt underhållet underlag med stora sprickor, tjälskador eller andra ojämnheter kan de orsaka höga nivåer av helkroppsvibrationer. Exempel är gaffeltruckar som är avsedda för lager.

**Är körbanan dåligt underhållen?**

Ja  Nej

Flertalet vägfordon ger upphov till låga nivåer av helkroppsvibrationer förutsatt att vägbanan är väl underhållen. Bilar, skåpbilar och modernt upphängda lastbilshytter bör normalt inte medföra någon risk för höga nivåer av helkroppsvibrationer. Fordon med mindre bra upphängning (stelt monterade), kan dock orsaka höga nivåer i synnerhet på ojämnt underlag eller när de är olastade.

**Förekommer upprepade stötar?**

Ja  Nej

Den största risken vid exponering för vibrationer är förekomst av stötar. Stötar kan uppkomma av dålig vägbanan, av att köra för fort i terrängen eller felaktigt inställd stol. Väghyvlar kan åstadkomma höga nivåer av stötar när de används på ojämna underlag. Tungt lastade fordon kan överföra stötar till föraren vid kraftiga inbromsningar.

**Förekommer dåliga arbetsställningar eller manuell hantering i kombination med vibrationer?**

Ja  Nej

Dålig hyttkonstruktion eller dålig sikt kan medföra sträck- och vridrörelser eller begränsa förarens möjlighet att röra sig. En dåligt utformad förarplats kan ensamt eller i kombination med helkroppsvibrationer medföra rygg- och andra belastningsskador.

**Varnar tillverkaren/leverantören av fordonet/maskinen för helkroppsvibrationer?**

Ja  Nej

Om maskiner kan orsaka vibrationsskador ska tillverkaren upplysa om detta i instruktionsboken.

**Har de anställda ryggproblem?**

Ja  Nej

Vid förekomst av ryggskador hos personalen måste exponering för vibrationer beaktas.