

Arbejds miljø på et dosispakkeri

Følgende indgår typisk i arbejds miljøet på et dosispakkeri:

Det ergonomiske arbejds miljø: arbejdsstillinger og - teknik (herunder løft), arbejdets organisering og tilrettelæggelse, arbejdspladsens indretning (herunder udstyr og inventar) - og generelt 'god brug af kroppen'.

Det kemiske/biologiske arbejds miljø: støv fra medicin, rengøringsmidler - og i den forbindelse også hud og handsker.

Det tekniske arbejds miljø/indeklima: støj, lys, varme, kulde, træk og luftkvalitet.

Det psykosociale arbejds miljø: samarbejde, trivsel, kommunikation, arbejdspress osv.

Det ergonomiske arbejds miljø

CRECEA vurderer, at oprulning kan betragtes som mest belastende ergonomiske område - dels på grund af at arbejdet er stillesiddende, fikseret på processen og dels kombinationen med syns- og præcisionsarbejde. For at forebygge ergonomiske belastninger anbefaler CRECEA derfor apotekerne til at foretage en hyppig rotation.

Løft, træk og skub:

Det er vigtigt at være opmærksom på løft, træk og skub. Hvor foregår der tunge løft, træk og skub i dosispakkeriet? CRECEA anbefaler at der foretages en vurdering af fx løft på lager, kørsel med vogne, løft af skrald, pakning af kasser osv.

Råd og vejledning fra CRECEA

Har sikkerhedsgruppen spørgsmål til arbejds miljøet, eller ønsker I en grundig gennemgang af det samlede arbejds miljø på dosispakkeriet med henblik på forslag til forbedringer - så kontakt os gerne.

APV kan også suppleres eller erstattes delvist af regelmæssige runder i dosispakkeriet, hvor fx de nævnte punkter drøftes.

Tag også udgangspunkt i den APV for dosispakkeri, som CRECEA tidligere har udarbejdet.

Den findes på www.crecea.dk/apoteker under "APV" og "Eksempler på APV-skemaer".

Oprulningsrummet

Ergonomi

Når en medarbejder skal arbejde ved en oprulningsplads, skal stol og bord indstilles. Begge fødder skal have kontakt med gulvet og bordet/arbejdspladsen justeres ca. i albuehøjde.

- Alle emner, der rækkes til hyppigt, skal stå indenfor en underarms afstand. Fx elastikker, tape mv. - Løft ikke armene!
- Lad armene hvile tæt på kroppen, når der rulles op
- Sørg for at kigge skråt fremefter (det visuelle kontrolpunkt), så man undgår for meget foroverbøjning i nakken
- Placér dig 100 % symmetrisk foran oprulleren - dvs. undgå at hvile kun på én arm

Pedal

Skift gerne mellem højre og venstre fod til pedaltbetjening. Vær opmærksom på betjeningen - pedalerne må ikke være slidte og glide så medarbejderen skal bruge muskelkraft på at fastholde pedalen. Ledningen må ikke være for kort - medarbejderen skal have mulighed for at trække pedalen tæt til foden.

Anbefalinger:

- Skal pedalerne udskiftes? kan trykfladen blive så stor, at begge fødder kan hvile fuldt og helt på fladen?

- Pedalerne skal være skridsikre - fx med et skrid underlag
- Ledningerne til pedalen skal være så lange, at det er muligt at placere pedalen optimalt i forhold til arbejdsstillingen

Aftagning af ruller

Brug evt. et redskab/forlænger til at løsne rullen efter endt oprulning. Rul evt. forholdsvis løst op (så den er let at frigøre) og stram derefter rullen endeligt før der evt. påsættes elastik.

Syn / briller

Oprulning og kontrol er et synskrævende arbejde. Når synet med jævne mellemrum testes ved optiker (for brillebrugere og andre med formodet mistanke om forværring af synet) er det en god ide grundigt at beskrive, hvilken form for synsarbejde, der foretages i oprulning. Medbring evt. en rulle til illustration for optikeren. Der kan evt. tages et særligt hensyn i medarbejderens egen brille eller som alternativ kan der være behov for en dertil egnet arbejdsbrille.

Pakkerum

Ergonomi - Maskinbetjening

Skift mellem forskellige maskiner. Brug begge arme og kroppens vægt til både træk/skub af skufferne.



HUSK: De tre 'næser' (næse og to sko- snuder) skal altid vende samme vej, så vrid i ryggen undgås.

Ergonomi - Stole

Brug stole til aflastning af benene ved det stående og gående arbejde.



For at forebygge ergonomiske belastninger foreslår CRECEA, at medarbejderne udfører øvelser for arme, skuldre og nakke.

CRECEA kan vejlede gerne med gode relevante øvelser.

Det kemiske/biologiske arbejdsmiljø

Støv

Vær opmærksom på støvgener - ikke blot det synlige, men også det usynlige støv. Krav om generelt luftskifte i rummet skal være opfyldt på dosis-pakkerne.

Derudover skal det vurderes, hvor der er støvende processer:

- i maskinen
- ved ophældning i kanister
- ved afblistring
- ved delekærv
- andre former for omhældning og rengøring

Hvordan minimeres støv?:

- Sug direkte på kilden - dvs. direkte på maskinens udblæsning, punktudsug ved ophældning, afblister og delekærv m.m.
- Vurder rengøringsprocedurer
- Vurder arbejdsmetoder

Det direkte sug på maskinen kan forholdsvis let etableres. Kontakt altid leverandøren af maskinen.

- Ved ophældning i kanister foretages denne proces under direkte sug.
- Ved afblister bør selve maskinen stå helt fast, og et sug kan fastmonteres på maskinen.
- Ved rengøring, både af maskindele og løse kanister m.m., anbefales god støvsugning - evt. kombineret med aftørring med microfiberklud.

For at undgå recirkulering af luften fra støvsuger, er det optimalt med et centralt støvsugeranlæg.

Handsker

Brug handsker når det er nødvendigt - dvs. ved direkte berøring med medicin og støv. Ofte er der forskellige typer engangshandsker til rådighed - fx vinyl, latex.

- Brug gerne handsker uden pudder
- Brug ikke smykker under handsker
- Altid rene/ tørre og cremefri - hænder i handsker
- Brug gerne fingerløse inderhandsker i bomuld
- Brug god pleje (creme) i længerevarende pauser og efter endt arbejde

Vælg også metoder, hvor medarbejderen ikke er i direkte berøring med produkterne - fx pincet og skovl.



Rengøringsmidler og rengøring

Minimer forbruget af skrappe midler til rengøring. Man kommer langt med støvsugning og aftørring med microfiberklud.

Det tekniske arbejdsmiljø/indeklima

Indeklimaet er forbundet med selve arbejdslokalet og den mekaniske ventilation.

Arbejdsmiljøgruppen skal i samarbejde med medarbejderne vurdere støj, lys, varme, kulde, træk og luftkvalitet i arbejdslokalerne.

Det psyko/socialt arbejdsmiljø

Når arbejdsmiljøgruppen skal vurdere det psykiske arbejdsmiljø, kan APV'en også bruges som et godt kortlægningsværktøj.

Variation - også for hovedet!

Hvad angår arbejdets organisering og tilrettelæggelse, primært variation i arbejdet såvel fysisk som mentalt, anbefaler CRECEA hyppige skift mellem maskine og oprulning.

Der anbefales gerne flere forskelligartede arbejdsfunktioner og gerne flere gange dagligt. CRECEA har på flere dosisapoteker observeret rutiner med skift ca. hver anden time.

Sygefravær

Sikkerhedsgruppen bør vurdere sygefraværet i området - dvs. hvordan er vores sygefravær? ændringer i sygefraværet, karakter af sygefravær - kort eller lang tid, og endelig en grundig vurdering af, om arbejdsmiljøet kan have en indflydelse på dele af sygefraværet?