

NO HARM MET HARM



TNO innovation
for life



Klachten aan arm, nek en schouder zijn een belangrijke reden voor verzuim in Nederland. Om

de kans op deze klachten te kunnen verminderen, moet duidelijk zijn wat de belangrijkste risicofactoren zijn voor het ontstaan van deze klachten. Als de risico's bekend zijn, kunnen maatregelen doelgericht genomen worden. De Hand Arm Risico-beoordelings Methode (HARM) geeft inzicht in deze risicofactoren. HARM is ontwikkeld door TNO in samenwerking met de Inspectie SZW.

HOE BEPAALT HARM HET RISICO?

De HARM is een hulpmiddel om te bepalen of hand-armtaken gepaard gaan met een verhoogd risico op arm-, nek- of schouderklachten. HARM is toepasbaar in alle branches en sectoren voor taken:

- die in totaal minimaal 1 uur per dag duren
- waarbij de krachtuitoefening met 1 hand niet meer dan 6 kg bedraagt

Denk hierbij aan taken zoals (de)montage, inpakwerk, werken met handgereedschap of kapperstaken zoals knippen en föhnen.

HARM meet voor elke taak in zeven stappen het risico op arm-, nek- of schouderklachten. Deze stappen betreffen de verschillende factoren die van invloed zijn op het risico:

Stap 1	de taakduur en pauzes
Stap 2	de meest actieve hand (links of rechts)
Stap 3	hoeveel kracht wordt uitgeoefend (grootte, duur en frequentie)
Stap 4	welke lichaamshoudingen vòorkomen
Stap 5	werken met trillend handgereedschap
Stap 6	'andere risicofactoren' (hoge precisie-eisen, klimaat, slechte grip)
Stap 7	risico evaluatie middels een stoplicht model.



WAT HEB IK AAN DE RESULTATEN VAN HARM?

Op basis van de uitkomsten geeft HARM een overzicht van de aanwezige risicofactoren en in welke mate deze bijdragen aan het totale risico. Met die informatie kunnen maatregelen doelgericht genomen worden. Bovendien geeft HARM oplossingsrichtingen per risicofactor om de aanwezige risicofactoren te kunnen verminderen.

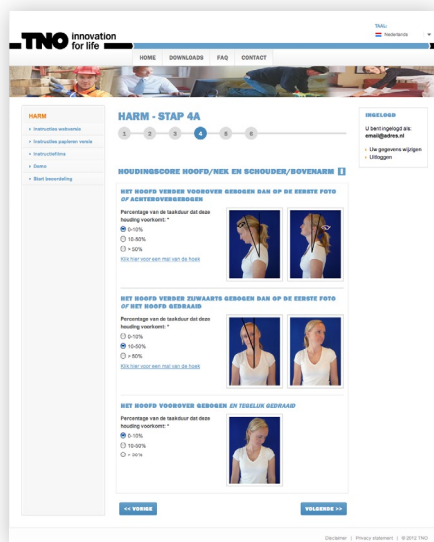
VOOR WIE IS HARM ONTWIKKELD?

HARM is ontwikkeld voor werkgevers, preventiemedewerkers, arbodeskundigen, ergonomen of medewerkers van de afdeling P&O of HRM die op een eenvoudige manier inzicht willen krijgen in:

- het risico op arm-, nek- of schouderklachten
- de belangrijkste oorzaken van dat risico, zodat duidelijk wordt waar maatregelen zich op moeten richten
- het effect van een maatregel (leidt de invoer van een maatregel daadwerkelijk tot een vermindering van het risico?).

WAAR VIND IK HARM?

Het gebruik van de methode vereist geen training of speciale voorkennis en is online gratis beschikbaar op www.fysiekebelastingbeoordelen.tno.nl



Op deze site vindt u ook aanvullende informatie over de methode en staantevens de Checklist fysieke belasting (voor het uitvoeren van een eerste risico inventarisatie voor alle aspecten van fysieke belasting) en het WHI (werkhoudingen instrument) voor het beoordelen van risico's die gelegen zijn in het werken in ongunstige werkhoudingen.



TNO.NL



GEZOND LEVEN

TNO initieert technologische en sociale innovatie voor een gezonde inrichting van ons leven en voor een vitale samenleving.

TNO
Polarisavenue 151
Postbus 718
2130 AS Hoofddorp

T 088 866 61 00
F 088 866 87 95
E info-arbeid@tno.nl