


Anhang 4

Firma:	Betriebsanweisung	Nr.:
Arbeitsbereich: Arbeitsplatz: Tätigkeit:		
ANWENDUNGSBEREICH		
Arbeiten mit manueller Lastenhandhabung (Heben und Tragen)		
GEFÄHRDUNGEN		
<ul style="list-style-type: none">• Herabfallen von Gegenständen• Stolper- und Rutsch-, Sturz- und Anstoß- bzw. Quetschgefahr• Schnittverletzungen aufgrund scharfer Kanten oder Graten an der Last• Verletzungen bzw. Erkrankung am Muskel-Skelett-System		
SCHUTZMAßNAHMEN UND VERHALTENSREGELN		
<ul style="list-style-type: none">• Grundsätzlich, wenn möglich: Hebe-, Trage- oder Transporthilfen benutzen• Schwere und sperrige Lasten immer mit mehreren Personen heben und tragen• Persönliche Schutzausrüstung wie z. B. geeignete Schutzhandschuhe und Sicherheitsschuhe verwenden• Anheben und Absetzen von Lasten:<ul style="list-style-type: none">– Auf einen sicheren Stand und ausreichenden Bewegungsraum achten– In die Knie gehen und den Rücken dabei möglichst gerade halten– Die Last nach Möglichkeit mit beiden Händen greifen. Einseitige Belastung vermeiden– Den Körper durch Einsatz der Beinmuskulatur gleichmäßig und langsam aufrichten– Die Last möglichst körpernah heben– Die Last niemals ruckartig bewegen– Das Absetzen der Last erfolgt in umgekehrter Reihenfolge wie beim Anheben– Beim Heben und Absetzen einer Last das Verdrehen der Wirbelsäule vermeiden. Eine Änderung der Bewegungsrichtung erfolgt über ein Drehen des ganzen Körpers mit den Füßen– Beim Absetzen der Last auf die Finger achten! → Quetschgefahr• Tragen von Lasten:<ul style="list-style-type: none">– Den Rücken beim Tragen möglichst gerade halten– Die Last möglichst nah am Körper tragen (beidhändig vor dem Körper, auf beide Arme verteilt neben dem Körper, auf dem Rücken oder den Schultern)– Auf freie Sicht achten– Auf freie, ebene und sichere Verkehrswege achten		
VERHALTEN BEI STÖRUNGEN		
Beschädigte Hebe-, Trage- und Transporthilfen dürfen nicht benutzt werden. Sie sind sofort aus dem Verkehr zu nehmen. Die Mängel sind dem Vorgesetzten zu melden.		
VERHALTEN BEI UNFÄLLEN: ERSTE HILFE		
	<ul style="list-style-type: none">• Ruhe bewahren• Ersthelfer heranziehen• Notruf:• Unfall melden	
INSTANDHALTUNG		
Instandhaltungsarbeiten an Hebe-, Trage- und Transporthilfen nur durch beauftragte und fachlich qualifizierte Personen durchführen lassen		
Datum:	Unterschrift:	