

# Handintensivt arbete 26–28 §§ + bilaga 2

## Arbetsmiljöer där handintensivt arbete kan förekomma

Med handintensivt arbete menas att arbetstagaren har arbetsuppgifter som belastar handleden, exempelvis genom att föremål hålls i handen, samtidigt som handleden roteras och vinklas från sitt medelläge.

När dessa arbetsuppgifter pågår i mer än 4 timmar per dag, ska en riskbedömning göras, och medicinska kontroller kan bli aktuella.

Handintensivt arbete förekommer i olika branscher. Exempel på arbetsuppgifter där handintensivt arbete är vanligt är; styckning, att filea fisk, montering, paketering och lokalvård. Många maskinoperatörer har också handintensivt arbete.

## Besvär som kan uppstå

Handintensivt arbete kan påverka nerver, senor, leder och muskler i handleder, armbågar, axlar eller nacke, och kan ge ihållande värk och domningar eller andra besvär. Vardagliga rörelser som att hålla i, eller sträcka sig efter en tallrik med mat, kan göra ont och bli ett problem.

Handintensivt arbete kan även leda till karpaltunnelsyndrom, som är ett hälsotillstånd där det blir för trångt i den smala gång för senor och nerver som finns i handleden. Nerverna till handen och fingrarna kommer i kläm och ger smärta och domningar. Det kan bli svårt att greppa till exempel ett dricksglas.

## Exempel på återkoppling till arbetsgivaren

Om det finns arbetsuppgifter som kräver 4 timmars handintensivt arbete, eller mer, behöver arbetsgivaren få återkoppling om att

- dessa arbetsuppgifter så långt som möjligt behöver ändras – så att belastningen försvinner eller minskar
- arbetstagaren ska ha möjlighet att variera mellan handintensivt arbete, och andra arbetsuppgifter, som innebär helt andra rörelser, eller ha möjlighet till vila, så att handlederna inte belastas.

**I bilaga 2 framgår vad som ska ingå i den medicinska kontrollen.**

## När medicinska kontroller ska anordnas

