



Ergonoomiliste töövahendite kasutuselevõtt

Ettevõtte: OÜ Ergoway

Parima praktika sihtgrupp: kuvariga töötajad

Probleem

Töökeskkonna riskianalüüsi küsitluse tulemusena saime teada, et kuvariga töötajad kaebavad kaela-, õla- ja randmevalude üle, esinenud oli ka peavalusid. Probleemi lahendamiseks viisime läbi töökohtade ergonoomikalise hindamise, mille tulemusena olemasolevad töökohad ei vastanud ergonoomikanõuetele. Töötajate peamiseks töövahenditeks olid sülearvutid. Avatud kontoris töötajate arvu suurenemisel tekkis ruumikitsikus. Töölaad nõuab süvenemist ja keskendumist, samas külastasid kontorit kliendid.

Parima praktika tegevuse kirjeldus

Kuna töötajaid tuli juurde, jäi avatud kontori ruum kitsaks. Ühisel arutelul töötajatega leidsime, et oleksid vajalikud uued kontoriruumid, kus on töötajatel eraldi toad. Töötajatega vesteldes leidsime, et valud on seotud vaimse väsimuse ja pingega, mis tulenevad pidevast sülearvuti kasutamisest ja avatud kontorist, mille tõttu on töötajatel vähe isiklikku ruumi, tekivad süvenemiskeskkonnad ja käib liigselt tahtmatuid häirijaid (kliendid). Töötajatel olid erinevad ootused temperatuuri ja valguse suhtes, mida oli keerukas kõigile sobivaks reguleerida. Töötades pidevalt töökeskkonnas, mille suhtes on töötaja





rahulolu pigem madal, võib kiiremini tekkida vaimne pinge või stress, millega kaasnevad omakorda mitmed muud tervisehäired.

Tulemused

Koliti uutesse ruumidesse, kus töötajad said eraldi kabinetid ning ergonoomilised töövahendid, mida said vastavalt oma soovile toas paigutada. Kabinettide puhul on igal töötajal oma isiklik ruum, mis võimaldab süveneda ning vähendab vaimset pinget. Töötajatele muretsети reguleeritavad töölauad, mis võimaldavad töötada tööpäeva jooksul erinevates asendites (istudes, seistes). Osteti sundasendis töö leevendamiseks võimlemispallid ja tasakaalupadjad, et aktiveerida keha süvalihaseid. Kasutusele võeti sadultoolid, mis aitavad istudes hoida õiget rühti ja parendavad vereringet. Töötajad said ergonoomilised arvutihiired, mis toetavad täielikult käsi ja sõrmi ennetades karpaalkaanalisündroomi. Sülearvuti kasutajad said eraldi reguleeritava kõrgusega kuvarid ja mugavad klaviatuurid. Vesteldes töötajatega uuesti mitme kuu pärast, ei täheldatud enam valusid kaelas, õlgades ega randmetes. Töötajatel ei ole olnud enam ka probleeme keskendumisega. Töövõime suurenes kõikidel töötajatel märgatavalt.





TÖÖINSPEKTSIOON



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks