

Использование эргономичных средств труда в целях профилактики боли и усталости мышц

Предприятие: Skype Technologies OÜ

Целевая группа лучшей практики: все работники предприятия



Проблема:

В зависимости от характера работы, многие работники должны проводить много времени, сидя за столом. В связи с этим работников может одолевать усталость мышц, боли в различных суставах и стресс.

Описание действий лучшей практики:

На основе исследования показателей благополучия рабочей среды на предприятии и полученной от работников обратной связи компания Skype посчитала необходимым усовершенствование рабочей среды. Вдобавок к уже имеющимся регулирующимся обычным способом рабочим столам приобрели также мобильные регулирующиеся электронным путем рабочие столы на колесиках и мячи для сидения, при помощи которых можно предупредить и улучшить обусловленные усталостью мышц недомогания работников.



Каждый имеет возможность выбрать подходящую для себя рабочую среду. Фото: Skype Technologies OÜ

Результаты:

Работники могут без чрезмерного напряжения перемещать столы и при необходимости выполнять работу стоя.

С вводом в эксплуатацию эргономичных средств труда была создана дополнительная возможность профилактики усталости мышц, а также работники могут теперь укреплять мышцы живота, спины и грудной клетки, что смягчает стресс позвоночника (спины) и уменьшает болезненность плечевого пояса. Работники ежедневно пользуются новыми средствами труда, и поэтому уменьшились жалобы на усталость мышц, и работники стали счастливее в своей рабочей среде.