

Ergonomisch korrekt arbeiten: Sechs Tipps für Büro und Montage

Gesünderes Verhalten am Arbeitsplatz ist ein thematischer Dauerbrenner in Betrieben. Wer stressbedingte Probleme frühzeitig erkennt und Mittel der Prävention nutzt, erhält seine Mitarbeiter gesund und leistungsfähig.



Wie lässt sich gesünderes Verhalten am Arbeitsplatz vermitteln? Können ergonomische und stressbedingte Probleme frühzeitig erkannt werden? Gibt es sogar Mittel und Wege der Prävention? Diesen und ähnlichen Fragen widmet sich Simon Hausner, Vertriebsleiter bei Krieg, Hersteller und Spezialisten für Arbeitsplatzsysteme. Durch ideale physiologische und psychologische Bedingungen kann Leistung im Berufsleben besser, länger und nachhaltiger erbracht werden. Wichtigster Dreh- und Angelpunkt dabei ist die Ergonomie.

Quelle: <https://www.haustec.de/management/betriebsfuehrung/ergonomisch-korrekt-arbeiten-sechs-tipps-fuer-buero-und-montage>

Ob Ergonomie-Check oder Schulungen in den Betrieben, ob Analyse vor Ort oder Informationsvermittlung über die Folgen von Stehen und Bücken: Vor allem die Sensibilisierung der Mitarbeiter am Arbeitsplatz ist relevant.

Weniger Fehler, höhere Effizienz

Wenn die Prozesskette beispielsweise mit Hilfe moderner Technik einfacher wird und die Mitarbeiter glücklicher sind, passieren weniger Fehler und die Effizienz steigt. Mit ergonomischer Optimierung sinkt die Ausfallquote, Krankheiten werden minimiert – das Thema hat also sowohl menschliche als auch wirtschaftliche Aspekte. Und der Arbeitgeber steigert seine Attraktivität, denn der Betrieb hat etwas für den gesundheitlichen Erhalt zu bieten.

ADVERTISING

So gelingt es, das Arbeitsleben zu vereinfachen und die Ergonomie in den Arbeitsalltag einzubinden:

1. Ergonomische Arbeitsplatzgestaltung

Der Mensch steht als zentrales Element im Mittelpunkt der Wertschöpfungskette eines Unternehmens. Nicht der Mensch sollte sich seinem Arbeitsumfeld anpassen, sondern der Arbeitsplatz und die benötigten Komponenten passen sich dem Menschen an. Aus diesem Grund sollte ein Arbeitsplatz bestmöglich auf die individuellen Anforderungen des Mitarbeiters ausgerichtet sowie für die zu verrichtende Arbeitsaufgabe ausgestattet sein.

2. Ziele einer ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung

Es geht dabei um die Reduzierung von Ausfallzeiten, die Steigerung der Effektivität und die Erhöhung der Wirtschaftlichkeit. Durch die Bereitstellung eines optimal gestalteten Arbeitsplatzes lässt sich die jeweilige Arbeitsaufgabe nicht nur erfüllen, sondern unter bestmöglichen Rahmenbedingungen gestalten.

3. Nutzen fürs Unternehmen

Statistiken belegen: ergonomisch angepasste Arbeitsplätze haben den positiven Effekt, dass es weniger krankheitsbedingte Ausfälle gibt. Gleichzeitig lassen sich höhere Stückzahlen in der Fertigung und Montage genau wie im Logistikprozess erzielen – und das bei einer geringeren Fehlerquote. Beides ist auf die ergonomische Arbeitsplatzgestaltung zurückzuführen.

4. Diese Änderungen bringen den schnellsten Erfolg

Wenn unnötige Laufwege vermieden werden, erhöht sich die Effizienz. Durch Anpassung der Materialbereitstellung werden Greifräume optimiert und Greifzeiten minimiert. Und durch ein flexibles und modulares Baukastensystem ist eine schnelle Anpassung an die Bedürfnisse der verschiedenen Mitarbeiter möglich.

5. Was oft unterschätzt oder vergessen wird

Eine Anpassung der Gegebenheiten wie beispielsweise die optimale Ausleuchtung am Arbeitsplatz, der Einsatz von Stehhilfen oder Bodenmatten werden häufig unterschätzt – dabei ist das oft schnell und

Quelle: <https://www.haustec.de/management/betriebsfuehrung/ergonomisch-korrekt-arbeiten-sechs-tipps-fuer-buero-und-montage>

flexibel machbar. Auch die Größe von Arbeitsflächen, die Art der Bereitstellung des Materials am Arbeitsplatz genau wie Kabelführung, die Materialzufuhr und -abtransport sind wichtige Themen.

Auch sollten unter ergonomischen Gesichtspunkten zum Beispiel bei der Arbeitsplatzgestaltung grundsätzlich Quetschkanten vermieden werden.

6. Optimierungsmöglichkeiten, um die Ergonomie zu verbessern

Das beginnt beispielsweise bei der Höhenverstellbarkeit der Tische für optimalen einen Steh- und Sitzkomfort. Auch der innerbetriebliche Warentransport und Warenfluss lässt sich oft optimieren. Ein besonderes Augenmerk sollten Betriebe darauf legen, dass Mitarbeiter ihre Greifräume sinnvoll nutzen.

Auch die Vermeidung unnötiger Drehbewegungen sowie lange Wege rund um den Arbeitsplatz sind sinnvoll. Die Arbeitsfläche sollte so groß wie nötig und so klein wie möglich sein. Mit einer Anpassung der Lichtverhältnisse an die zu verrichtende Arbeitsaufgabe ist schon viel gewonnen.