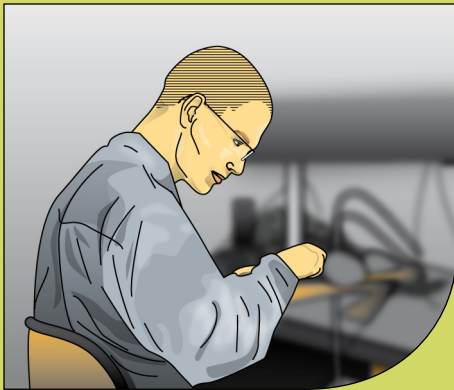


## Ergonomia elektroniikan kokoonpanotyöpisteessä



### Kuormitustekijät:

- jatkuva istuminen
- samanlaisina toistuvat käsien liikkeet
- tarkka katsominen.

### Kuormitus ilmenee:

- niska-hartiaseudun vaivat
- ranteen ja käsien vaivat
- selän väsyminen
- jalkojen verenkierron heikkeneminen
- silmien rasittuminen.

## Hyvä istuma-asento

- Asento ei ole kumara tai kiertynyt.
- Selän voi tukea selkänojaan.
- Kantapäät ulottuvat tukevasti lattiaan tai jalkatuelle
- Jalkojen asentoa voi vaihdella.
- Hartioita tai käsiä ei joudu kohottamaan tai kannattelemaan.

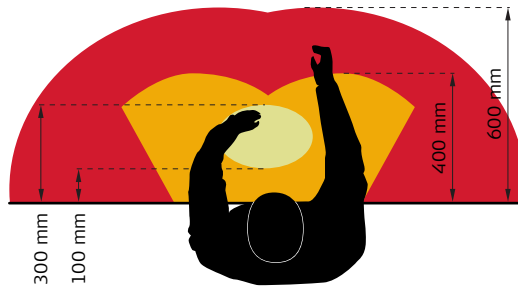


## Tilavaatimus ja työn kulku

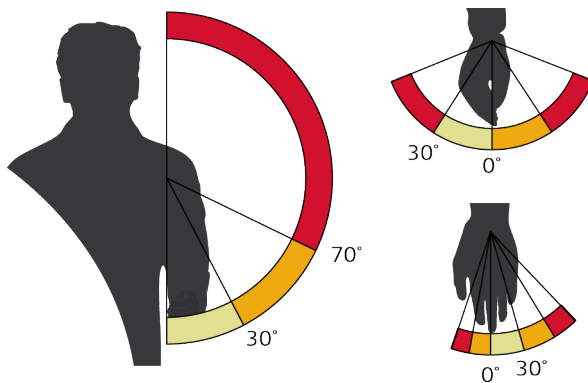
- Riittävästi tilaa työntekijän takana ja riittävästi pöytätilaa.
- Työn kulku vasemmalta oikealle.
- Tuleva ja lähtevä tuote esimerkiksi vaunuilla.

### Sijoita alueelle:

- käsiteltävä tuote
- juotoskolvi
- harvemmin tarvittavat välineet



### Suositteluvat olkavarren ja ranteen asennot



- ei suositeltava jatkuivissa liikkeissä
- ei kovin suositeltava
- suositeltava

## Toistuvat työliikkeet

Rasitusvamman mahdollisuutta lisäävät:

- liikkeiden suuri toistuvuus
- suuren voiman käyttö
- olkavarren kohoasennot
- ranteen keskiasennosta poikkeavat asennot
- terävien reunojen painevaikutus
- uusien, outojen liikkeiden käyttö.