

Vibrationer som riktas mot händerna

Exponering för vibrationer riktade mot händerna kan orsaka yrkessjukdomar och andra hälsoproblem. Syftet med denna webbsida är att främja hälsosamma och säkra arbetsförhållandena och informera om åtgärder för att minska arbetstagarnas exponering.

Exponering

Många manuellt använda maskiner och apparater orsakar exponering för vibrationer. Vibrations- eller slagrörelseenergi överförs till de övre extremiteterna under användning. Typiska arbetsfaser som exponerar för hand-arm-vibrationer förekommer bl.a. inom underhåll och reparation av fordon samt inom skogs-, bygg- och verkstadsindustrin.

Hälsoskador

Vibrationernas hälsoeffekter beror på exponeringens omfattning. Långvarig och kraftig vibrationsexponering kan orsaka permanenta skador på blodkärl eller nervstrukturer. Typiska symtom är vita fingrar och handstickningar, domningar och minskad muskelstyrka. Domningar och fumlighet i händerna ökar också risken för olycksfall i arbetet, särskilt vid arbete över axelhöjd. I undersökningar om yrkessjukdomar konstateras varje år tiotals yrkessjukdomar i händerna orsakade av vibrationer.

Att minska skadorna

Det är viktigt att förebygga hälsoproblem, utreda den vibration som riktas mot händerna och begränsa vibrationen i enlighet med vibrationsförordningen. En vibrationsräknare kan användas för att bedöma arbetstagarnas vibrationsexponering. Det vibrationsutsläppsvärde som anges i utrustningens bruksanvisning är endast vägledande. Mer detaljerad information om vibrationsnivåer och exponeringsnivåer för utrustningen kan erhållas genom arbetshygieniska mätningar på arbetsplatsen. Exponeringen kan minskas genom att välja verktyg som vibrerar så lite som möjligt, genom regelbundet underhåll av utrustningen, genom att ta pauser i arbetet eller arbetsrotation samt genom att begränsa den tid vibrerande verktyg används.

Handledning från företagshälsovården

Vi rekommenderar ett nära samarbete med er företagshälsovård i alla frågor som rör sjukdomar, symtom, skydd och arbetsmiljö. Enligt [arbetarskyddslagen \(738/2002\)](#) arbetsgivaren skyldig att utreda och bedöma riskerna i arbetet samt vidta tillräckliga åtgärder för att förebygga dem.

I vibrationsförordningen (SRf 48/2006) anges gräns- och insatsvärden för exponering. Om insatsvärdet överskrids ska åtgärder vidtas för att minska vibrationsexponeringen.

Företagshälsovården är sakkunnig i frågor som gäller hälsa och säkerhet i arbetet. Den ska göra en arbetsplatsutredning där arbetets hälsokonsekvenser bedöms. Företagshälsovården ska fästa uppmärksamhet vid exponering för vibrationer och förebyggande av dem, uppföljning av personer som har symtom samt individuella riskfaktorer som påverkar utvecklingen av vibrations-skador. Uppgifter som utsätter arbetstagaren för handvibrationer betraktas som arbete som medför särskild risk för sjukdom. Hälsoundersökningar ska normalt göras med 1–3 års mellanrum baserat på en riskbedömning.

Om ni behöver mer information, arbetsplatsmätningstjänster eller hjälp med åtgärder för att förebygga exponering, kan ni kontakta Arbetshälsoinstitutets experter.

Tuula Liukkonen
ledande expert
tuula.liukkonen@ttl.fi
+358 30 474 3208

Pirjo Heikkinen
produktchef
pirjo.heikkinen@ttl.fi
+358 44 720 1764