

# Využití metody REBA v prevenci nemocí pohybového aparátu

**Příjemný a pěkný den  
Vám přeje  
Lukáš Šoltys a tým**

**PREMEDIS s.r.o., Liberec**

**33. Benův den – 16.6.2009**

# Využití metody REBA

## *Cíle prezentace:*

- Ukázat možnosti využití metody REBA v praxi
- Seznámit účastníky s konkrétními postupy

## *Obsah :*

- Snižování rizika poškození pohybového aparátu
- Využití metody REBA – praktické příklady
- Výstupy a přínosy pro firmu a její zaměstnance
- Diskuse

# Snižování rizika poškození pohybového aparátu

## 1. Zadání projektu a identifikace nebezpečí

- prohlídka provozu, sběr informací a podkladů
- výběr rizikových pracovišť a identifikace nebezpečí
- definice cílů a priorit

## 2. Hodnocení rizika poškození pohybového aparátu

- celkové hodnocení ergonomických parametrů
- posouzení úrovně rizika – metody REBA, RULA, EMG
- videozáznam pracovních operací a kritických míst
- hodnocení zdravotních obtíží – dotazníky, rozhovory

## 3. Zpracování a interpretace výsledků – průběžná zpráva

- určení rizikových operací a definice kritických míst
- hodnocení pravděpodobnosti vzniku zdravotních obtíží
- výběr rizikových skupin zaměstnanců

# Snižování rizika poškození pohybového aparátu

## 4. Návrh opatření k eliminaci či snížení rizika

- příprava možných technických úprav
- návrh ergonomicko-technologického postupu
  - *eliminace nepřijatelných pracovních poloh*
  - *snížení počtu nevhodných pohybů a postupů*
- návrh a posouzení vhodného systému rotace

## 5. Testovací provoz

- zaškolení a zapracování pracovníků přímo v provozu
- optimalizace ergonomického postupu
- monitoring, sledování efektu – REBA, RULA atp.

## 6. Vyhodnocení projektu

- zhodnocení a prezentace výsledků
- standardizace ergonomicko-technolog. postupu
- monitoring a případně další zlepšování

# Snižování rizik

## Posouzení rizika



# Projekt eliminace rizik a snižování pracovní zátěže

## Využití metody REBA v rámci ergonomické studie – montážní linka



# *REBA – hodnocení rizika pracovních operací*



REBA skóre 8 (vysoká úroveň rizika)

Ergonomicko – technologické úpravy  
pracoviště – REBA skóre 6 (střední  
úroveň rizika)



# *REBA – hodnocení rizika pracovních operací*



REBA skóre 9 (vysoká úroveň rizika)



Ergonomicko – technologické úpravy  
pracoviště – REBA skóre 7 (střední  
úroveň rizika)



# REBA – hodnocení rizika pracovních operací



REBA skóre 9 (vysoká úroveň rizika)



Ergonomicko – technologické úpravy  
pracoviště – REBA skóre 6 (střední  
úroveň rizika)

# REBA – hodnocení rizika pracovních operací



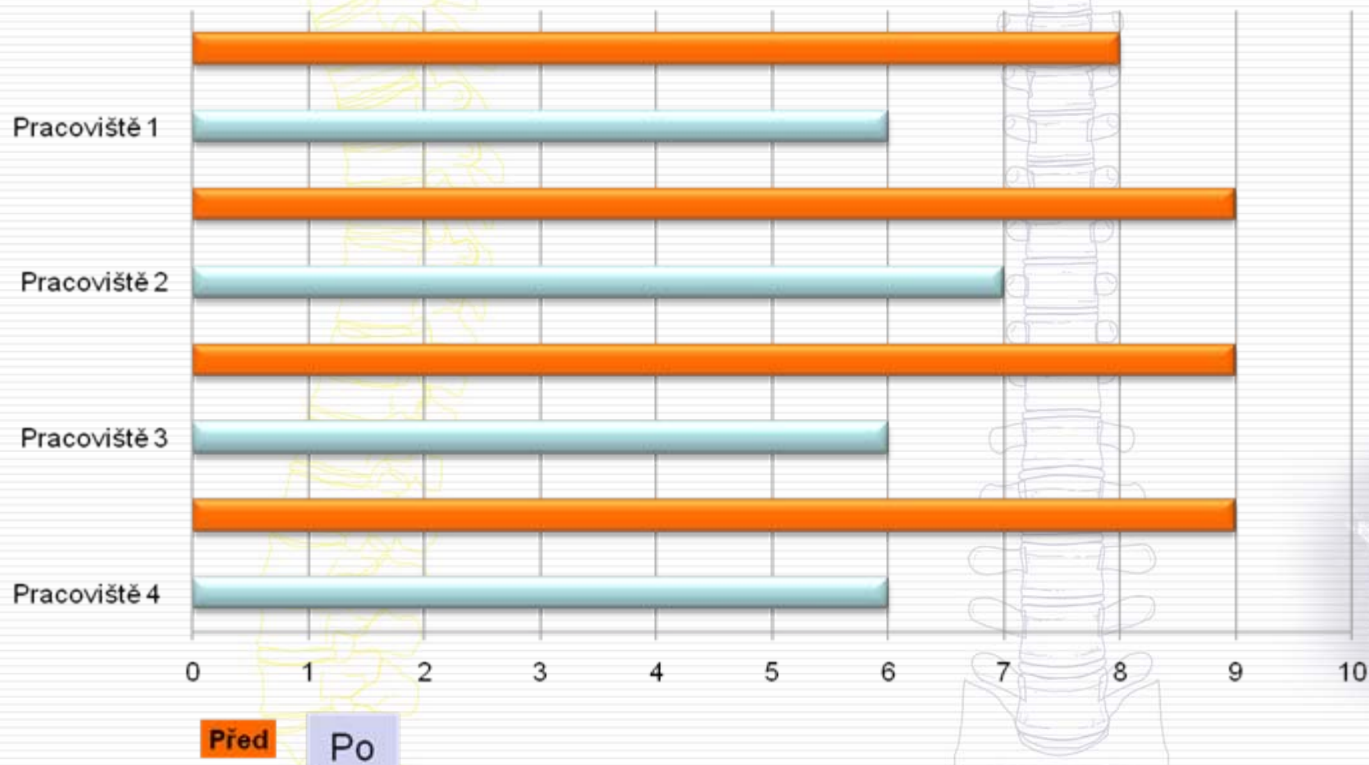
REBA skóre 9 (vysoká úroveň rizika)



Ergonomicko – technologické úpravy  
pracoviště – REBA skóre 6 (střední  
úroveň rizika)

# Porovnání pracovišť před a po technologicko - ergonomických úpravách

REBA skóre



# Doporučená a realizovaná opatření

- **technické úpravy:** *automatické šroubování, balancery, bezdotykové ovladače, lepší uchopení*
- **lepší ergonomické upořádání pracoviště:**
  - *zvýšení podlahové plochy o 10cm*
  - *přepravky s materiálem v dosahu pracovníka*
- **technologicko-ergonomický postup:** *eliminace rizikových poloh, snížení počtu pohybů, vhodný postup*
- *zaškolení pracovníků přímo v provozu*
- **standardizace doporučeného ergonomického postupu**
- **ověření efektu:** *hodnocení metodou REBA*

# Výsledky a přínosy projektu

1. jasně popsany a zhodnoceny současny stav
2. definovana kriticka místa a ozdravná opatření
3. lepší ergonomicko-technolog. postupy
4. větší informovanost a lepší zaškolení zaměstnanců
5. postupná kompenzace a snižování pracovní zátěže
6. eliminace rizikových poloh a pohybů
7. menší svalové síly a lokální svalová zátěž
8. nižší riziko přetížení pohybového aparátu (REBA)
9. vytvořené podmínky pro snižování výskytu obtíží
10. celkově lepší ergonomie práce a cílená prevence

# Využití metody REBA - náměty a doporučení pro praxi

1. výhodná hlavně při hodnocení více pracovišť
2. porovnáváme postupy různých pracovníků (min.2)
3. posuzujeme odděleně riziko pracovní operace a pracovních postupů (ovlivněny pracovníkem)
4. hodnotíme pouze polohy s pravidelným výskytem
5. rozbor pracovní operace a videozáznamu – min. dvě nezávislá kvalifikovaná hodnocení
6. pečlivá definice kritických míst a rizikových poloh
7. komplexní hodnocení rizik – využití dalších metod
8. jednostranná zátěž – lepší použít metodu RULA
9. REBA skóre využijeme pro návrh ozdravných opatření a hodnocení efektu

# *Využití metody REBA v praxi*

**KOMPLEXNÍ HODNOCENÍ**

**=**

**ÚSPĚCH A JASNÉ PŘÍNOSY**



**P  
R  
E  
M  
E  
D  
I  
S**

*ODPRORA A OCHRANA ZDRAVÍ*

*EDUKACE PRACOVNÍ ZÁTĚŽE*

*ERGONOMIE PRÁCE*

*MINIMALIZACE RIZIK*

*EFEKTIVITA A PRODUKTIVITA*

*DIAGNOSTIKA A NÁVRHY ŘEŠENÍ*

*IMPLEMENTACE OPATŘENÍ V PROVOZU*

*PECIÁLNÍ SERVIS A SLUŽBY*

