



(Foto: Wiha)

Weniger Belastung mit ergonomischen Grifflösungen

# Wie Vitamine für die Produktivität und Gesundheit der Anwender

Uta Reiber-Gamp, Fachkraft für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz und Physiotherapeutin mit Schwerpunkt arbeitsbedingten Beschwerden, ist überzeugt: der Einsatz von ergonomischem Handwerkzeug steigert die Produktivität und Motivation der industriellen und gewerblichen Anwender und hält sie dazu noch länger gesund.

Uta Reiber-Gamp sieht großes Potenzial im Einsatz von ergonomischen Handwerkzeugen, nicht nur im Hinblick auf die Gesundheitserhaltung der Anwender im Handwerk, sondern vor allem auf die Produktivität und Effizienz. Drei wesentliche Betrachtungsansätze sieht die seit Jahren im betrieblichen Gesundheitsschutz engagierte Physiotherapeutin und Fachkraft für Arbeitssicherheit durch den bewussten Umgang mit ergonomischen Handwerkzeugen auf den Unternehmenserfolg positiv einwirken. Zum ersten die Produktivitäts- beziehungsweise Effizienzsteigerung durch die einfache Formel: Mehr Drehung und Leistung durch weniger Krafteinsatz, weniger Druck auf die Gelenke und weniger Reibung. Dann der langfristige Gesundheitsschutz der Mitarbeiter und Zukunftssicherung des eigenen Betriebes und schließlich die Erfüllung des gesetzlichen Auftrages.

## Ergonomie und Gesundheitsschutz

Anwender des Elektrikerhandwerks sehen sich heute höchsten Ansprüchen an Qualität, Leistung und Terminvorgaben gegenüber. Um sich selbst (aus Anwendersicht) oder seinen Betrieb (aus Inhabersicht) für die Trends der Gegenwart und Zukunft zu rüsten und fit zu halten, sind Veränderungen und Optimierungen von Arbeitsabläufen, -bedingungen und -mitteln in vielerlei Hinsicht notwendig. „Den Bereich Ergonomie sollte man bei dieser Betrachtung und Entwicklung auf keinen Fall unterschätzen oder gar vergessen“, erklärt Uta Reiber-Gamp. „Ergonomie wird nicht selten als Wellnesschmankerl für die Mitarbeiter interpretiert. Dies wird der Ergonomie als Teil der Arbeitswissenschaft und ihrer eigentlichen Intension, Humanität und Wirtschaftlichkeit gleichwertig zu setzen, in keiner

Weise gerecht. Ziel der Ergonomie ist es, das Wohlbefinden des Menschen und die Leistung des Gesamtsystems zu optimieren. Die Leistungsfähigkeit des Einzelnen bestimmt sich zu einem hohen Anteil an den zur Verfügung gestellten Arbeitsmitteln und den physisch und psychisch wirkenden Faktoren der Arbeitsumgebung. Je schneller, effektiver und reibungsloser gearbeitet werden kann – umso besser für Arbeitgeber und Mitarbeiter. Das ist eine echte Win-win-Situation für alle“, beschreibt sie weiter.

Die Arbeitsumgebung und das Tätigkeitsprofil von Elektrofachkräften lassen sich stark vereinfacht so skizzieren: Sie treffen bei ihrer Arbeit oft auf die unterschiedlichsten Arbeitsaufgaben unter teilweise schwierigen Arbeitsbedingungen, auf die sie keinen Einfluss haben. Körperliche Beanspruchungen gehören zum Berufsalltag. Arbeiten über Kopf und damit

Tätigkeiten in unnatürlichen Haltungen sind keine Seltenheit. Reiber-Gamp vertritt den Standpunkt: „Seinen Wirkungsort in bequemer Arbeitshöhe und funktioneller Kopfposition vorzufinden, ist selten bis nie der Fall. An der Arbeitsumgebung und der Arbeitsaufgabe lässt sich in der Regel nichts ändern. Wie die Tätigkeiten allerdings durch das richtige Equipment und Handwerkzeug leichter und effektiver durchführbar sind, schon.“

## Weniger Kraftaufwand

„Ergonomische VDE Handwerkslösungen für Gewichts- und Zeitreduzierungen sind ein wichtiges Kriterium zur Entlastung der Anwender“, stellt Reiber-Gamp fest.

„Was braucht ein Handwerker bei seiner Arbeit? Häufig sind es Schraubendreher, Schraubwerkzeuge und Zangen für unterschiedlichste Arten von Schraubaufgaben. Kleine und große Kraftaufwendungen sind regelmäßig notwendig. Für die Anwender liegt im ersten Moment die Belastung wortwörtlich auf der Hand. Aber die Hand-Armbelastung muss mit der gesamten Körperhaltung und des ganzen Muskel-Skelett-Systems zusammen betrachtet werden. Die Gelenkstellung von Wirbelsäule, Schulter, Arm und Handgelenk entscheiden über Kraftentwicklung und Belastungsreduzierung. Je mehr Spielraum ein Handwerkzeug der Hand zum Greifen und Halten, Drehen und Drücken bietet, desto flexibler kann damit gearbeitet werden.

Wird über Kopf gearbeitet, hält man zum Beispiel einen Schraubendreher anders als bei Arbeiten in Brust- oder Kopfhöhe. Der Zugriff der Finger ist abhängig von der Handgelenksstellung und Kraftentwicklung – je mehr Fläche, im Idealfall eher rund beziehungsweise ballig und griffig als eckig und kantig, zur Verfügung steht, desto variabler lassen sich die Finger oder gar nur Fingerkuppen je nach Arbeitsausrichtung und -position platzieren und entsprechend Kräfte aufbringen. Es macht aus Leistungssicht und gesundheitlichem Aspekt einen großen Unterschied, mit welchem Kraftaufwand und welcher Leichtigkeit ein Anwender in seinem Berufsleben, die unzähligen Schraub- und Drehtätigkeiten in unterschiedlichsten Arbeitspositionen zu verrichten hat.

Ein Profisportler stellt zum Muskelaufbau auf proteinhaltige Lebensmittel um – warum der Profianwender nicht auch auf Arbeitsmittel zur Leistungssteigerung? Die vielen einzelnen Anwendungen wirken immer in irgendeiner Form auf die gesamte Muskel- und Skelettstruktur ein. Benötigt man weniger Kraft, entsteht weniger Druck, auf die Gelenkflächen und

weniger Reibung. Wird durch geringere Belastung trotzdem gleich oder gar mehr Leistung erbracht, entlastet dies gesamtlich gesehen den ganzen Körper und verhilft dem Unternehmen zu leistungsfähigeren und schnelleren Mitarbeitern“, schlussfolgert die Expertin für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz.

## Abgestimmte Griffgrößen

Reiber-Gamp beschäftigt sich schon lange mit dieser Betrachtungsebene. Basierend auf ihrer Erfahrung und ihres Wissens aus den Bereichen der funktionellen Anatomie, Biomechanik und Pathologie in der Arbeitswelt war sie die treibende Kraft und Initiatorin, die dem Handwerkzeughersteller Wiha zur Prüfung einer möglichen Zertifizierung seiner ergonomischen Schraubendreher- und Inomiczangen-Griff-Konzepte riet. „Ich war davon überzeugt und behielt recht, dass die Prüfungen und Tests der Therapeuten und Ärzte zu einer Empfehlung führen beziehungsweise die gesundheitsschonende Wirkung der Griffkonzepte bestätigen werden“, beschreibt sie.

Das Griffgrößenkonzept der Wiha Soft-Finish Schraubendreher umfasst vier optimal aufeinander abgestimmte Griffgrößen und Griffdurchmesser, wodurch eine vollkommen ergonomische Handhabung gegeben ist. Jede der vier Griffgrößen wurde individuell an die entsprechenden Drehmomentbereiche angepasst, was eine enorme Nutzungsverbesserung bedeutet. Die ballige Form bedeutet eine flächige Verteilung von Reibung und Druck. „Es vermittelt eine Art Sicherheitsgefühl, wenn das Handwerkzeug reibungsarm genutzt werden kann. Die Folgen sind Schnelligkeit und Schonung von Muskeln, Sehnen und Gelenken. Mit weniger Kraftaufwand lässt sich das gleiche Ergebnis erzielen beziehungsweise sogar schneller und länger effizient arbeiten“, unterstreicht Reiber-Gamp.

Die Systematik der Inomic-Zangengriff-ergonomie bewirkt mit ihrer speziell abgewinkelten Form eine Handgelenksstellung, die in der Anwendung eine Entlastung des Hand-Arm-Systems bedeutet. Ihre Besonderheit ist die parallele Bewegung der Zangenschkel. Diese ermöglicht dem Anwender, über den gesamten Schenkelöffnungsbereich mit allen Fingern gleichzeitig zugreifen zu können. Die Handschließkraft wird gleichmäßig auf die Fingermittelglieder verteilt, während bei der herkömmlichen Zange eine unterschiedliche Kraftübertragung stattfindet. Beispielsweise wird die Kraft des kleinen Fingers bei der herkömmlichen Zange nur über das Endglied übertragen. Während ihrer Beratertätigkeit für Arbeitsplatz- und Bewegungsergonomie

# VOLLER EINSATZ ABER SICHER.

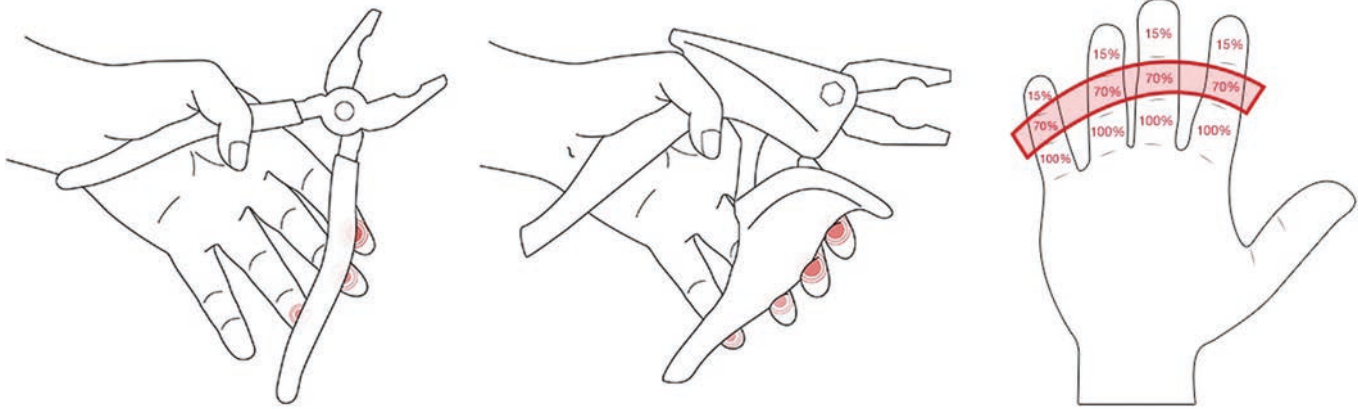


**Professionelle Steigtechnik  
für Industrie und Handwerk**

Hymer-Leichtmetallbau GmbH & Co. KG  
Käferhofen 10 | D-88239 Wangen im Allgäu  
[www.hymer-alu.de](http://www.hymer-alu.de)







Bei der Inomic-Zange wird die Handschließkraft gleichmäßig auf die Fingermittelglieder verteilt, während bei der herkömmlichen Zange eine unterschiedliche Kraftübertragung stattfindet. (Abbildung: Wiha)

fordert sie die Teilnehmer gerne auf, einen Kugelschreiber mit allen vier Fingern und dem Daumen in die Hand zu nehmen und sich vorzustellen, kraftvoll zu drehen. Dann soll gleiche Bewegung mit drei Fingern und Daumen, ohne kleinen Finger, durchgeführt werden.

Der Vergleich beider Bewegungen zeigt, wie wichtig immer der kleine Finger bei kraftvollen Bewegungen ist. Arbeiten mit der Inomic-Zange ist durch die deutliche Steigerung der Krafteinleitung über den gesamten Bewegungsbereich spürbar komfortabler. Der Mitarbeiter kann kraftvoll und gelenkschonend arbeiten. Gesundheit und Produktivität werden gleichberechtigt erreicht.

## Gesetzliche Auflagen erfüllen

Krankheitsbedingte Ausfalltage betreffen in mehrfacher Hinsicht alle Beteiligten. Es entsteht deutlicher Mehraufwand, Stress und Belastung für verbleibende Kollegen. Umsatzeinbußen bei Verzögerungen, Nichterfüllung oder minderer Leistung bei gleichbleibenden Personalkosten sind neben Qualitäts- und Know-how-Verlusten bei einer nicht optimalen Vertretungslösung für den Betrieb direkte negative Folgen. Für den Betroffenen selbst ist sein krankheitsbedingtes Ausfallen Ärgernis und Schaden in vielfacher Weise. Laut aktuellen Statistiken und Angaben von BAuA (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin), in der 2016 Ausgabe „Arbeitswelt im Wandel. Zahlen - Daten - Fakten“ gehören als Ergebnis einer Erwerbstätigenumfrage Rückenleiden und Schmerzen im Nacken-Schulterbereich nach wie vor zu den häufigsten Beschwerden. Im produzierenden Gewerbe (Baugewerbe ausgenommen) fallen je 100 GKV (Gesetzlich Krankenversicherte) 141 Krankheitsfälle pro Jahr mit durchschnittlich 12 Ausfalltagen an. Mit zunehmendem Alter steigt die statistische Anzahl der Arbeitsausfalltage deutlich an. Die meisten, fast ein Viertel aller AU-Tage sind auf Muskel-Skelett-Erkrankungen zurückzuführen. Durchschnittlich 193 Euro Bruttowertschöpfungsverlust schätzt die BAuA je Arbeitsunfähigkeitstag - auf Basis von Arbeitsunfähigkeitsdaten von rund 31 Millionen GKV-Mitgliedern.

„Kalkuliert man zu dieser Herausforderung die demografische Entwicklung und den bereits spürbaren Fachkräftemangel zusätzlich mit ein, gewinnt die Empfehlung für den Einsatz von ergonomischen Handwerkzeugen noch ein weiteres Argument mehr. Es wird zukünftig anteilig mehr ältere Mitarbeiter geben, die zum einen länger und dabei vor allem gleichbleibend leistungsfähig arbeiten müssen und sicher auch möchten. Junge Fachkräfte sind dagegen heute bereits schwer zu finden. Ein schlagkräftiges, effizientes und leistungsfähiges Team zu gewinnen und aber auch langfristig (gesund) zu halten wird vermutlich zu einem noch gewichtigeren und entscheidenderen Wettbewerbsfaktor werden. Warum also ergonomische

Handwerkzeuge nicht als Vitamine für eine gesunde Geschäftsentwicklung betrachten? Das Immunsystem kann damit ganz sicher vor Belastungen gestärkt werden.“

Würden diese Argumente nicht schon für sich sprechen, kommt letztlich eine wesentliche Tatsache hinzu. Arbeitgeber, Unternehmen und Betriebe haben durch das Arbeitsschutzgesetz und weitere gesetzliche Grundlagen den gesetzlichen Auftrag, sich um die Durchführung von Maßnahmen des Arbeitsschutzes zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes für Beschäftigte zu kümmern. Im Grundgesetz selbst wird die körperliche Unversehrtheit geregelt und vorausgesetzt. Als Essenz daraus lassen sich klare Forderungen ableiten: „Die Reduzierung von physischen und psychischen Belastungen am Arbeitsplatz, die Einrichtung alters- und altersgerechte Arbeitsplätze und der Einsatz von ergonomischen Arbeitsmitteln.“

„Die Investition von heute in ergonomisches Handwerkzeug hat direkten positiven Einfluss auf die aktuelle Kraft und Gesundheitsbelastung der Anwender und damit auch auf ihre Effizienz und Leistung. Die gesetzlichen Ansprüche werden zusätzlich bedient. Für die Gesundheit der Anwender und den Erfolg des Betriebes würde ich demnach ergonomisches Handwerkzeug eines auf diesem Gebiet erfahrenen Herstellers empfehlen“, so Reiber-Gamp abschließend.

Wiha Werkzeuge GmbH  
78136 Schonach



Uta Reiber-Gamp berät als Physiotherapeutin und zertifizierte Expertin (VBG, DIN, BauA) für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz Firmen und Unternehmen über Arbeitsplatz- und Bewegungsergonomie und physische und psychische Belastungen. (Foto: Wiha)