

Quelle: <https://www.arbeitssicherheit.de//document/516dcc5a-24c7-3ef8-853c-37b75560d6e1>

#### Bibliografie

<b>Titel</b>	Metallbau-Montagearbeiten (DGUV Information 209-003)
<b>Amtliche Abkürzung</b>	DGUV Information 209-003
<b>Normtyp</b>	Satzung
<b>Normgeber</b>	Bund
<b>Gliederungs-Nr.</b>	Keine FN

## Abschnitt 7.6 - 7.6 Handtransporte

Die Wirbelsäule des Menschen ist für eine aufrechte Körperhaltung geschaffen und für das Heben und Tragen von Lasten nur bedingt geeignet. Deshalb sollten Handtransporte auf das notwendigste Maß beschränkt bleiben.

Geeignete Hilfsmittel (z. B. Gabelhubwagen, Stapler, Winden u. a.) sind den Beschäftigten zur Verfügung zu stellen, um körperliche Belastungen möglichst gering zu halten. Richtige Hebe- und Tragetechniken (Abbildung 29) sind zu vermitteln.



**Abb. 29**  
Richtiges Anheben von Lasten

