

Quelle: <https://www.arbeitssicherheit.de//document/f458e112-94df-3dd7-af53-252bb57bd4f8>

Bibliografie

Titel	Der erste Tag Leitfaden für den Unternehmer als Organisationshilfe und zur Unterweisung von Neulingen (bisher: BGI 568)
Amtliche Abkürzung	DGUV Information 211-007
Normtyp	Satzung
Normgeber	Bund
Gliederungs-Nr.	[keine Angabe]

Abschnitt 5.12 - 5.12 Heben und Tragen

Rückenschmerzen gelten mittlerweile als Volkskrankheit. Die Ursachen hierfür sind vielfältig und liegen neben den individuellen Gründen sowohl im betrieblichen als auch im privaten Umfeld. Doch mit ein paar einfachen Tipps können Sie und Ihre Mitarbeiter eine Menge für ihre Gesundheit tun.

- Ist Ihre innerbetriebliche Logistik so weit optimiert, dass überflüssige Transportvorgänge vermieden sind?
- Ist Ihren Mitarbeitern die mögliche Gesundheitsgefährdung der Wirbelsäule durch falsches Heben und Tragen von Lasten bewusst?
- Sind Ihre Mitarbeiter über das richtige und sichere Handhaben der zu transportierenden Lasten unterrichtet und wurde dieses auch praktisch eingeübt?
- Sind die Lastgewichte so niedrig, dass sie manuell ohne Gesundheitsgefährdung gehandhabt werden können?
- Sind Transportaufgaben auf Jugendliche, Schwangere oder leistungsgeminderte Personen abgestimmt?
- Ist die Häufigkeit der regelmäßigen manuellen Handhabung von schweren Lasten angemessen niedrig?
- Wird der Transport sehr schwerer und unhandlicher Lasten von mehreren Personen durchgeführt?
- Ist die Last gut zu greifen?
- Kann die Last nahe am Körper aufgenommen, gehalten, transportiert und wieder abgesetzt werden?
- Ist genügend Bewegungsfreiheit am Arbeitsplatz vorhanden, damit die Last aus der Hocke mit geradem Rumpf gehoben und das Verdrehen des Rumpfes vermieden werden kann?
- Werden einseitige Belastungen (seitliche Rumpfeigung) durch unsymmetrische Lastverteilung vermieden?
- Ist eine gute Standsicherheit gegeben?
- Sind manuelle Transporte auf kurze Entfernungen beschränkt und kann bei langen Transportwegen die Last zwischendurch abgesetzt werden?
- Sind die Transportwege breit genug und frei von Hindernissen, damit die Last ohne Behinderung transportiert werden kann?
- Kann die Last ohne Werkzeuge oder Handschuhe gehandhabt werden?
- Stehen Hebe- und Transportmittel in ausreichender Anzahl zur Verfügung?
- Sind die Mitarbeiter auf Verletzungsgefahren beim Handtransport hingewiesen worden?

- Stehen persönliche Schutzausrüstungen (Schutzschuhe, Schutzhandschuhe, Schutzhelme usw.) zur Verfügung?
- Werden die persönlichen Schutzausrüstungen verwendet und wird deren Benutzung überwacht?

Beachten Sie bitte: Der sicherste Transport ist der, der gar nicht stattfindet. Und rechnen Sie bitte auch mit dem Übereifer Ihrer neuen Mitarbeiter.

Weitere Informationen:

"Heben und Tragen" (BGI 597-14),

"Betriebliches Transportieren und Lagern" ([BGI 869](#))

