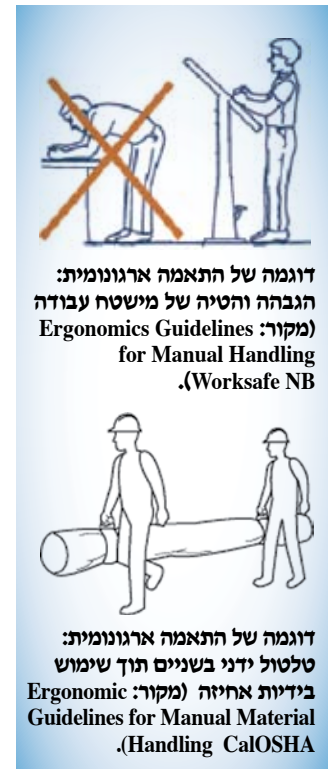


קידום הארגונומיה במוסד לבטיחות ולגיהות

מאת ד"ר יוהנה גייגר

מדע הארגונומיה נועד להקל על העובד ולשפר את יעילות עבודתו ע"י התאמת סביבת העבודה לנוחיותו וליכולותיו הפיזיות והקוגניטיביות.

דוגמאות של התאמות ארגונומיות כוללות הגבהה או הטיה של מישטחי עבודה כדי למנוע מהעובד להתכופף ולאמץ את חוליות הגב, שימוש באמצעי עזר להרמה או לשינוע; או סידור גובה ומיקום מסך המחשב, בהתאם לגובה עיני העובד, או שינוי גובה מישטח העבודה בהתאם לגובהו של העובד והעבודה הנדרשת.



בתעשייה הכבדה ברחבי העולם, כמו בתעשיות השירותים וההיי-טק, מעסיקים ועובדים כאחד מגיעים לתובנה כי סביבת עבודה המותאמת לצרכים הארגונומיים של העובדים מטיבה הן עם העובדים, הן עם המעסיק והן עם כלל המשק. הפעלת תכניות ארגונומיות במקומות עבודה משפרת את יעילות העובדים, מפחיתה פגיעות שלד-שריר, ומצמצמת את הוצאות המפעל.

הכנת היא מדריכת ארגונומיה ארצית במוסד לבטיחות ולגיהות

פגיעות שלד-שריר הקשורות לתנאי עבודה גורמות להפסדים רבים של ימי עבודה: כשליש מן הפגיעות בעבודה הגורמות להפסדים של ימי עבודה הן פגיעות שלד-שריר. עלותן למשק גבוהה מאוד: על פי הנתונים המקובלים בעולם בין 40%-50% של סך ימי המחלה נובעים מפגיעות שלד-שריר בעבודה. כנראה שהמצב דומה גם בארץ אבל אין לכך מידע מדויק.

פגיעות שלד-שריר עלולות לפגוע בשרירים, בגידים, ברצועות או במבני גוף אחרים. פגיעות אלה מופיעות באזורי גוף שונים כגון הגב, הצוואר, הכתפיים, המרפק או שורש כף היד. על אף שאינן נראות לעין, הן עלולות לגרום לאי-נוחות, לכאב ואף למגבלות תפקוד משמעותיות.

תכניות ארגונומיות במסגרת מקומות עבודה מסייעות לאתר, להזהר ולהפחית גורמי סיכון ארגונומיים לפגיעות שלד-שריר. תכנית ארגונומית מתבססת על שיתוף פעולה בין גורמים שונים בתוך המפעל: ההנהלה; צוות הבטיחות; ועדי עובדים; נציגי העובדים במגזרים שונים ויועצים חיצוניים. ככל שתכנית ארגונומית משתפת עובדים ברבדים רבים יותר, כך גדלים סיכוייה להצלחה בהפחתה במספר הפגיעות ובעלויות.

תכנית ארגונומית למניעת פגיעה בעובדים

לתכנית ארגונומית מספר שלבים המבטיחים התאמה למפעל והצלחה בהפחתת גורמי סיכון. אלה כוללים:

- איתור - איתור עמדות או מחלקות בהן יש למקד את הפעילות הארגונומית;
- שיתוף - יש להקים צוות ארגונומיה, הכולל נציגי בטיחות, הנהלה ועובדים;
- זיהוי - שימוש בכלים או ברשימות תיוג לזיהוי גורמי הסיכון בעמדות העבודה;
- תכנית - הרכבת תכנית פעולה להפחתת גורמי הסיכון;
- הדרכה - הדרכה ותקשורת מהוות מרכיבי עיקרי בכל תכנית. יש לעדכן את העובדים והגורמים המעורבים בתכנית, במהות הפעילות, בצעדים הצפויים ובהתקדמות;
- סביבה - שינויים בסביבת



מקום העבודה או אמצעים הנדסיים, הם האמצעים היעילים ביותר למניעת עומסים; ● תכנון ומעקב - יש לכלול בתכנית ארגונומית מעקב לטווח הרחוק, כולל תכנון רכישות ועיצוב עתידיים בהתאם לכללי הארגונומיה.

המוסד לבטיחות ולגיהות שם בשנה האחרונה כמטרה לקדם את הארגונומיה במקומות עבודה ברחבי הארץ. לשם כך התקיימה פעילות ענפה במספר רב של תחומים. בשנה הבאה, מתוכננת הרחבה נוספת של הפעילות:

- הדרכות של מדריכי המוסד ברחבי הארץ באיתור וזיהוי גורמי סיכון במקומות העבודה בהם הם מבקרים;
 - הדרכות ייעודיות במקומות עבודה;
 - הדרכות ארגונומיות במסגרת קורסי הסמכה לממונים על הבטיחות ולנאמני בטיחות, וקורסים ייעודיים לממוני בטיחות;
 - סקרים לזיהוי גורמי סיכון ארגונומיים ולהמלצת פתרונות להפחתת גורמי סיכון;
 - קידום פרסומים בנושא הארגונומיה בהקשרים השונים - ארגונומיה ליומיום בחיי העבודה ובבית.
- בין הכלים העיקריים בקידום המודעות והפעילות בארגונומיה קיים כלי שפותח במוסד



לבטיחות ולגיהות: מבדק עצמי לאיתור גורמי סיכון ארגונומיים במקומות עבודה.

מטרת רשימת תיוג, או מבדק, היא להקל על איסוף מידע על ידי סידרת שאלות המכוונות את המשתמש לרשום תשובות פשוטות, כגון "כן" או "לא", או "אף פעם" "רוב הזמן" "תמיד" בנושא רלוונטי. רשימת תיוג ארגונומית תסייע למשתמש לאתר גורמי סיכון ארגונומיים תוך תצפית בעובד בעמדה.

הכלי פותח במהלך כשנה, ונוסה בשטח בסיוע מדריכי הבטיחות והגיהות ברחבי הארץ. לאחר השנה הראשונה, נערכים מבחני תוצאות של המבדק. תהליך פיתוח המבדק נמשך בהתאם לממצאי המבדק.

המבדק העצמי לאיתור גורמי סיכון ארגונומיים במקומות עבודה נועד לשמש עובדים ואנשי בטיחות ברחבי הארץ להפעלת תכניות ארגונומיות, על מנת להפחית את הסיכונים לפגיעות שלד-שריר ארגונומיות. ■

מקורות:

Health and Safety Ontario
MSD Prevention Guideline – Ontario
NIOSH: Elements of ergonomics programs.
Participatory Ergonomic Blueprint;
Institute for Work & Health,
Ergonomics & Safety Consulting
Services; U of Waterloo