

Werkplekonderzoek (WPO)

Introductie

Een werkplekonderzoek (WPO) is een onderzoek om de inrichting van een beeldscherm- of productiewerkplek te bestuderen en hiermee op de eerste plaats een oordeel te geven over de lichamelijke belasting en hieraan gerelateerde gezondheid van die werkplek voor de betreffend medewerker. Alle mogelijke risicofactoren worden in dit onderzoek beoordeeld op basis van een persoonlijke analyse. Op de tweede plaats wordt een oordeel gegeven over de veiligheid van de werkplek. Daarnaast worden diverse (hulp)middelen zoals een bureau- of laboratoriumstoel, een bureau enzovoorts beoordeeld en waar nodig opnieuw ingesteld met de medewerker. Tenslotte worden tijdens het onderzoek aanbevelingen aan de medewerker gegeven om de fysieke belasting te verbeteren en de klachten te verminderen.

Een WPO is onderdeel van de procedure tot de aanvraag voor een beeldschermbril.

Uitvoering van het WPO

Aanleiding voor een werkplekonderzoek is de melding van fysieke klachten aan rug, schouder of nek of andere lichamelijke klachten die waar mogelijk gerelateerd kunnen zijn aan de werkzaamheden. Een werkplekonderzoek kan ook worden uitgevoerd in het kader van (de preventie van) KANS(RSI)-klachten. Immers, bij medewerkers met KANS-klachten werken bedrijfsartsen volgens de NVAB-richtlijn Klachten Arm, Schouder of Nek. Een werkplekonderzoek is in dit kader meestal nodig om de belasting in de werksituatie in kaart te brengen en/of te verbeteren.

De melding wordt gedaan door de medewerker zelf, of diens leidinggevende. De uitvoering van het WPO zal geschiedde door de Armico van de betreffende afdeling/vakgroep of door een Arbeidshygiënist van de afdeling HSB. Indien zich naast ergonomische klachten overige gezondheidsklachten voordoen bij de medewerker dient een arbeidshygiënist deze klachten te beoordelen door bijvoorbeeld ook onderzoek te doen naar factoren als binnenklimaat en chemische factoren. Indien u niet weet wie uw Armico is of de vakgroep heeft geen Armico, kunt u via info-HSB@maastrichtuniversity.nl een verzoek doen voor een werkplekonderzoek.

De uitvoering van een WPO duurt gemiddeld 30-45 minuten.

Verslag van het WPO

Door de ARMICO of arbeidshygiënist wordt een verslag gemaakt van het WPO.

Een verslag is opgebouwd uit de volgende hoofdstukken:

1. Algemene gegevens;
2. Bevindingen/knelpunten;
3. Aanbevelingen.

Formulier WPO

1. Algemene gegevens

Naam	
Sap nummer	
Geboortedatum	
Functie (faculteit/dienst) - Aanvang dienstverband - Omvang dienstverband	
Werkplek	
Initiatief genomen door	0 werkgever 0 werknemer 0 anders, namelijk.....
Aanleiding	
Klachten (aard en duur)	
Omschrijving werkzaamheden	
Uren beeldschermwerk	
Uren laptopwerk	
Werkplekonderzoek uitgevoerd door (naam/functie/faculteit)	
Rapportage aan	
Datum werkplekonderzoek	

Ondertekening betrokkene:

Datum:

2. Bevindingen/acties

In onderstaande tabel wordt per risicofactor aangegeven of er sprake is van een knelpunt. Tevens wordt vermeld of het knelpunt tijdens het werkplekonderzoek al is opgelost, zo niet wie dan geacht wordt het probleem op te lossen of naar wie betrokkene eventueel verwezen dient te worden

STOEL: BEVINDINGEN EN ACTIES		OPLOSSING
Stoel juist ingesteld		
Stoel onjuist ingesteld		
Stoel juist ingesteld Niet bekendheid met verstelmogelijkheden van de stoel (w.o. bewegend zitten)		
Stoel is niet geschikt voor deze medewerker		

BEELDSCHERM: BEVINDINGEN EN ACTIES		OPLOSSING
Beeldscherm juist opgesteld	-	
Beeldscherm te laag opgesteld	-	

Beeldscherm te hoog	-	
Medewerker zit schuin voor beeldscherm	-	
Beeldscherm staat te ver weg	-	
Beeldscherm staat te dichtbij	-	
Beeldscherm staat onjuist ten opzicht van het raam, hinder door tegenlicht	-	
Hinder van reflectie op het beeldscherm door daglicht	-	
Hinder van reflectie op het beeldscherm door verlichting	-	

Kijkafstanden ¹			
Afstand a	(oog – beeldscherm)	cm	
Afstand b	(oog - document)	cm	
Afstand c	(oog - toetsenbord)	cm	
Afstand d	(oog – anders*)	cm	
*voorbeelden: 2 ^e beeldscherm, telefoon, planbord etc.			
Ligt de bovenzijde van het beeldscherm op ooghoogte:			☐ Ja ☐ Nee, eronder ☐ Nee, erboven

DOCUMENTHOUDER: BEVINDINGEN	-	OPLOSSING
Er is geen documenthouder, terwijl deze wel nuttig is voor het soort werk	-	

WERKHOOGTE: BEVINDINGEN EN ACTIES		(GEWENSTE) HOOGTE (IN STAPPEN VAN 1 CM)
Werkhoogte zittend	-	 Cm
Werkhoogte staand	-	 Cm
Werkhoogte is goed als voetensteun gebruikt wordt	-	 Cm

WERKTECHNIEK: BEVINDINGEN		OPLOSSING
Werkt met ontspannen schouders	-	
Steunt regelmatig met de ellebogen op de armsteunen of op het werkblad	-	
Heeft de elleboogsteunen voldoende dicht bij het lichaam ingesteld (niet meer dan een vuist tussen lichaam en elleboog)	-	
Toetsenbord staat recht voor de medewerker	-	
Bedient het toetsenbord met de polsen in een neutrale stand		
Muis hapert	-	
Bedient de muis met de polsen in een neutrale stand	-	
Heeft de vingers ontspannen op de muis liggen	-	
Wisselt links en rechts muizen regelmatig af	-	
Heeft de onderarm ondersteund tijdens het muizen	-	
Draagt een leesbril welke geschikt is voor beeldschermwerk	-	
Onderbreekt het beeldschermwerk regelmatig met ander werk of minipauzes	-	
Heeft regelmatig micro-pauzes	-	

Gebruikt een headset of handsfree optie voor gelijktijdig telefoneren en “typen/muizen”	-	
--	---	--

AANSCHAF		VERVOLGACTIES	
Andere stoel nodig		Meer ruimte maken door kamer opruimen	
Reden: Stoel is verouderd en kapot		Kabels en snoeren reorganiseren en wegwerken	
Beeldschermbril		Processorkast van computer op grond plaatsen	
Beeldschermverhoger		Kamer anders indelen; werkplek anders opstellen	
Nieuwe muis		Beeldscherm verplaatsen naar de hoekopstelling	
Voetensteun		Werktafel 10-15 cm van de muur halen	
Nieuwe bureaumappen			
Documenthouder		Overige: klimaat; temp; geluid; etc.	
Overige benodigdheden:			

Afronding WPO

Het verslag van het WPO met eventueel te ondernemen actiepunten wordt aangeboden aan de medewerker. In sommige situaties kan het verslag worden doorgestuurd naar de leidinggevende en/of de bedrijfsarts.

Afkortingenlijst

ARMICO	Arbo en Milieu Contactpersoon
KANS	Klachten aan Arm Nek of Schouder
NVAB	Nederlandse Vereniging voor Arbeids-en Bedrijfsgeneeskunde
WPO	WerkPlek Onderzoek