KIM voor het beoordelen en inrichten van fysieke belasting door gedwongen lichaamshoudingen (KIM-ABP)

Werkplek / deelactiviteit:			
Duur van de werkdag:		Beoordelaar:	
Duur van de deelactiviteit:		Datum:	

1e stap: Toekenning van het aantal punten met betrekking tot tijd

Totale duur van deze deelactiviteit per werkdag [tot ... uur]	tot 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Aantal punten m.b.t. tijd:	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**

2de stap: Toekenning van punten voor overige knelpunten

A		**Belasting van de rug - houding van het lichaam** bij werk zonder of met uitoefening van weinig kracht		Tijdsaandeel van deelactiviteit: tot 1/4 af en toe	tot 1/2 vaak	tot 3/4 overweg.	> 3/4 voortdurend	Punten
	**1**	**Houding met rechte rug** staand, gehurkt of geknield[1)] ook onderbroken door enkele stappen lopen of lichaamsbewegingen (voorwaarts buigen van romp tot 20° mogelijk) bijv. verkooppersoneel, machineoperators		**2**	**4**	**6**	**8**	
	**2**	**Bovenlichaam licht voorovergebogen** (> 20-60°) staand, gehurkt of geknield[1)] of achterover gebogen bijv. sorteerbanden voor bakproducten		**7**	**15**	**22**	**30**	
	**3**	**Bovenlichaam sterk voorovergebogen** (> 60°) staand, gehurkt of geknield[1)] - bijvoorbeeld ijzervlechters		**10**	**20**	**30**	**40**	
	**4**	**Zitten in gedwongen houding**, bovenlichaam matig tot sterk voorovergebogen, blik meestal continu op het werkvlak - bv. microscopie, kraan besturen, endoscopie (medisch), ook zitten op de grond		**3**	**6**	**9**	**12**	
	**5**	**Zitten in een variabele zithouding** bijv. kantoorwerk (administratie)	**Wisseling naar staan / lopen is** niet mogelijk	**2**	**4**	**6**	**8**	
			mogelijk	**0,5**	**1**	**1,5**	**2**	

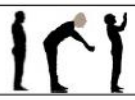
*[1)] Attentie: Bij hand-/armhoudingen evt. ook deel **B** invullen! Bij hurken en knielen ook deel **C** invullen!*

Totaal van de scores A Rug:

B		**Belasting van schouder- en bovenarm** bij werk met weinig of geen krachtuitoefening[2)]	Tijdsaandeel van deelactiviteit: tot 1/4	tot 1/2	tot 3/4	> 3/4	Punten
	**1**	**Armen geheven, handen boven schouderhoogte** staand, hurkend of knielend bijv. droge bouw, binneninrichting, elektrische installatie, ventilatiebouw, handmatige montage, onderhoud	**10**	**20**	**30**	**40**	
	**2**	**Armen geheven, handen onder schouderhoogte of weg van het lichaam** staand, hurkend of knielend zonder ondersteuning van de armen, bijv. sorteren aan de band	**6**	**12**	**18**	**24**	
	**3**	**Liggen op de rug, armen boven het hoofd** bijv. plafondschilderen, montagewerkzaamheden, scheepsvloer, tankbouw **Liggen op de buik, armen voor / onder het lichaam** bijv. bewegende oogstsystemen, montagewerkzaamheden	**7**	**14**	**21**	**28**	
Resterende tijd		Deel van de beoordelingsperiode **zonder belasting van de schouders / armen**	**0**	**0**	**0**	**0**	

[2)] Attentie: Als belasting van het hand-armsysteem voorkomt, moet deze deelactiviteit ook met KIM-MHO worden beoordeeld.

Totaal van de scores B Schouders en bovenarmen: ◊

C		**Belasting van knieën / benen** bij werk met weinig of geen krachtuitoefening	Tijdsaandeel van deelactiviteit: tot 1/4	tot 1/2	tot 3/4	> 3/4	Punten
	**1**	**Continu staan** ook onderbroken door enkele stappen lopen, bijv. verkooppersoneel, machineoperators	**2**	**4**	**6**	**8**	
	**2**	**Knielen, hurken of kleermakerszit[3)]** bijv. droge bouw, binneninrichting, elektriciens, pijpleggers, handlassen, oogsten, vloeren/tegels leggen, bestraten, montage en onderhoud met de hand	**10**	**20**	**30**	**40**	
Resterende tijd		Deel van de beoordelingsperiode **zonder belasting van de knieën**	**0**	**0**	**0**	**0**	

[3)] Als er bij deze deelactiviteit sprake is van kruipen, moet ook KIM-BM worden gebruikt voor de beoordeling.

Totaal van de scores C Belasting van knieën / benen ◊

Ongunstige omstandigheden bij uitvoering (alleen indien van toepassing)		A Rug	B Schouder/ bovenarm	C Knieën/ benen
Draaien of zijwaarts buigen van romp herkenbaar	af en toe	**1**	**0**	**0**
	vaak tot voortdurend	**2**	**0**	**1**
Hoofd: Naar achteren buigen en / of sterk vooroverbuigen of continu draaien	af en toe of voortdurend	**1**	**1**	**0**
Geen ondersteuning van bovenlichaam bij vooroverbuigen - met de handen, door leunen, met gereedschap	niet mogelijk	**2**	**0**	**0**
Smalle bewegingsruimte	vaak tot voortdurend	**2**	**2**	**2**
TOTAAL van de scores voor extra belasting voor blok A / B / C				

Overige omstandigheden bij uitvoering (alleen indien van toepassing)	A	B	C
Beperkte stabiliteit, oneffenheden in ondergrond	**1**	**1**	**1**
Vocht, kou, sterke tocht, doorweking van kleding mogelijk	**1**	**1**	**0**
Sterke schokken (trillingen) die leiden tot fysieke spanning[4)]	**1**	**1**	**0**
Zeer hoge mentale concentratie (bijv. herkenning van objecten)	**1**	**1**	**0**
TOTAAL van de scores voor speciale omstandigheden bij uitvoering voor blok A / B / C			
Geen: geen ongunstige omstandigheden bij de uitvoering	( )	( )	( )

[4)] Attentie: Als er trillingsbelastingen optreden, moeten deze apart worden beoordeeld! Zie http://www.baua.de/vibration

3e stap: evaluatie en beoordeling

	A Rug	B Schouder/ bovenarm	C Knieën / benen
Totaal van de scores bij de knelpunten			
Ongunstige omstandigheden bij uitvoering +			
Overige omstandigheden bij uitvoering +			
Aantal punten m.b.t. tijd **X** Totaal aantal punten voor knelpunten			
Puntwaarden van de houdingen			

Hoogste puntwaarde Totaal risico

Op basis van het berekende puntenaantal en de onderstaande tabel kan een voorlopige beoordeling worden opgesteld:					
Risico	**Risico-gebied**		**Belastings-niveau*)**	**a) Waarschijnlijkheid van fysieke overbelasting b) Mogelijke gevolgen voor de gezondheid**	**Maatregelen**
	1	<20 punten	laag	a) Fysieke overbelasting is onwaarschijnlijk b) Er is geen gevaar voor de gezondheid te verwachten	Geen
	2	20 - <50 punten	matig toegenomen	a) Fysieke overbelasting is mogelijk bij personen met verminderde veerkracht. b) Vermoeidheid, lichte aanpassingsmoeilijkheden, die in de vrije tijd gecompenseerd kunnen worden.	Voor personen met verminderde veerkracht zijn herinrichting van de werkplek en andere preventieve maatregelen zinvol.
	3	50 - <100 punten	aanzienlijk toegenomen	a) Fysieke overbelasting is ook mogelijk bij personen met gemiddelde veerkracht b) Klachten (pijn), evt. met functiestoornissen, meestal omkeerbaar, zonder morfologische manifestatie	Herinrichting van de werkplek en andere preventieve maatregelen moeten worden overwogen.
	4	≥100 punten	hoog	a) Fysieke overbelasting is waarschijnlijk. b) Meer uitgesproken klachten en/of functiestoornissen, structurele schade met pathologische betekenis	Herinrichting van werkplek noodzakelijk. Andere preventieve maatregelen overwegen.

**) De grenzen tussen de risicogebieden zijn vloeiend door de individuele werktechnieken en prestatie-eisen. De indeling kan daarom alleen worden opgevat als een oriëntatiehulpmiddel. In principe moet worden aangenomen dat de kans op fysieke overbelasting toeneemt naarmate de scores stijgen.*