

Arbetsställningar och hängningsrutiner

*Lillemor Forsberg
Bildgranskare med
gammal ultraljudsaxel
bl. a.
Lund*

Arbetsställningar



Arbetsställningar



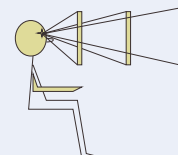
Arbetsställningar och granskning av många bilder

*Avstånd till bildskärmar
Variera bildstorlek bland annat med tanke
på avstånd från öga till skärm
Möjlighet "förstora" bilder som ska
jämföras
Möjlighet ändra höjd på bildskärm*

Arbetsställningar och granskning av många bilder

- ▲ *Frimärkssamling - produktkontroll*
- ▲ *Olika kontrastfaser*
- ▲ *Olika undersökningstillfällen*
- ▲ *Rekonstruktioner i samma plan vid olika tillfällen*
- ▲ *Två bildskärmar i en om möjligt*

Arbetsställningar och bildpresentationer




Arbetsställningar

Det kroppsliga förfallet börjar vid 35-årsåldern vad gäller ögonen

Möjlighet granska aktuellt område utan att inta specialställning

Terminalglasögon?

Progressiva med brett mittfält?



Arbetsställningar




Arbetsställningar och läsglasögon



Arbetsställningar




Undvik gammacke



Arbetsställningar


Stol med hjul med möjlighet variera sittställning och höjd till bildskärm
Höj och sänkbart bord med möjligheter reglera bildmonitorer och skrivbord separat



Arbetsställningar




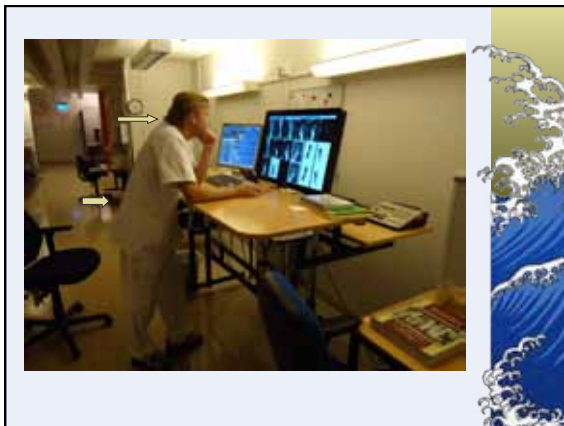
Arbetsställningar



Arbetsställningar

Höj och sänkbart bord med möjlighet reglera bildmonitorer och skrivbord separat
Stå gärna ibland om inte varicerna sväller för mycket
Sitt inte stilla för länge - upp och gå!





Arbetsställningar

*Armstöd-stöd för handled
Carpaltunnelproblem eller tumartros?
Individualisera!!!!
Sprita händer och tangentbord för att
undvika smask (MRSA t.ex.)*

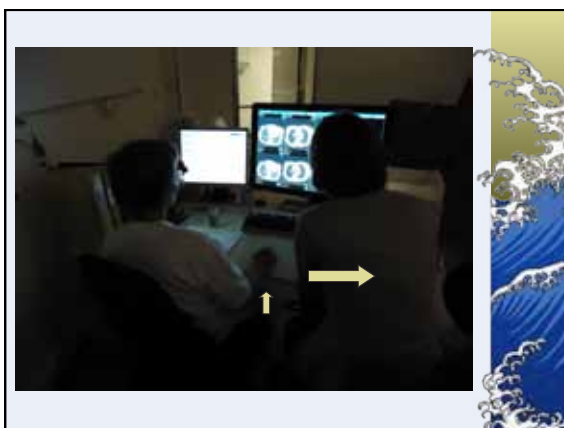
Arbetsställningar

*Variera mushand-diktafon-
skrivmaskinsarbete
En mus i varje hand?
Varning för musarm!*



Arbetsställningar

*Var fysiskt aktiv
Lyfta skrot
Promenera
Cykla*



▲ *Träning med cykel eller bodybuilding*



Stålfarfar



Albert
75 år

Arbetsställningar

Variera arbetsställning så ofta som möjligt

Stillasittande en oberoende riskfaktor (sedentary behaviour)

Arbetsställningar

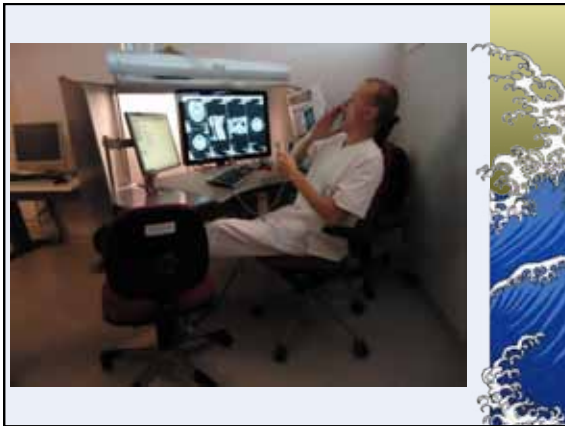
Stillasittande en oberoende riskfaktor (sedentary behaviour)



Arbetsställningar

Stillasittande en oberoende riskfaktor (sedentary behaviour)





Arbetsställningar

Undvik arbetsställning med statisk belastning!!!!

Tänk på hur bilderna påverkar ditt arbetssätt



Kvalitetsdagar i Lund 12-13 maj 2011

*Hur hantera risker i
vården*

