Keine großen Sprünge wagen

Keine großen Sprünge wagen

Präventionskampagne rät zur Nutzung der Trittstufen
Beim Verlassen einer höher gelegenen Fahrerkabine - zum Beispiel eines LKW oder Traktors - sollten Beschäftigte die Trittstufen an der Außenseite nutzen statt zu springen. Darauf weisen die Träger der Präventionskampagne "Denk an mich. Dein Rücken" hin. Schon allein mit dieser einfachen Maßnahme lassen sich Belastungen des Bewegungsapparats bei der Arbeit deutlich verringern. Wer absteigt statt zu springen, senkt zudem das Risiko eines Sturzes und einer entsprechenden Verletzung.
Für Millionen Beschäftigte gehört das Arbeiten in einer höher gelegenen Fahrerkabine zum beruflichen Alltag. Bei einem LKW kann die Fahrerkabine beispielsweise mehr als 1 Meter über der Fahrbahn liegen. "Gefährdungen ergeben sich insbesondere beim Verlassen dieser Arbeitsplätze", sagt Reinhold Watzele von der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG). Um Zeit zu sparen, sprängen viele Beschäftigte aus der Kabine statt die Trittstufen an der Außenseite des Fahrzeugs zu nutzen. "Dabei kann man nicht nur stürzen und sich verletzen", so der Präventionsexperte. "Häufige Sprünge gehen auch auf den Rücken und den restlichen Bewegungsapparat."
Insbesondere in der Landwirtschaft ist das ein Problem. "Dass ein Landwirt zehn bis zwanzig Mal am Tag von seinem Hoflader springt, ist keine Seltenheit. Auf den ersten Blick wirkt das auch nicht wie ein großer Sprung." Was viele sich nicht klar machten: "Schon bei einem Sprung aus einem halben Meter Höhe wirkt eine Kraft auf den Körper ein, die dem Zwei- bis Dreifachen des eigenen Gewichts entspricht."
Watzele rät daher, die Trittstufen zu nutzen. "Das mag umständlich erscheinen, aber es ist ein einfacher Weg seinem Rücken etwas Gutes zu tun." Wichtig sei, die Kabine rückwärts zu verlassen, da man sonst die Stufen und Haltegriffe nicht sinnvoll nutzen könne.
Hintergrund "Denk an mich. Dein Rücken"
In der Präventionskampagne "Denk an mich. Dein Rücken" arbeiten die Berufsgenossenschaften, Unfallkassen, ihr Spitzenverband Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau und die Knappschaft zusammen. Gemeinsam verfolgen sie das Ziel, Rückenbelastungen zu verringern.

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV
Mittelstraße 51
10117 Berlin-Mitte
Deutschland
Telefon: 030 288763800
Telefax: 030 288763808
Mail: info@dguv.de
URL: www.dguv.de
<img src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=540200" width="1" height="1">

Pressekontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Firmenkontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage