

# Medicinska kontroller vid handintensivt arbete



Region Örebro län

Företagshälsa och tolkförmedling

## Handintensivt arbete, vad innebär det för dig som chef?

Enligt AFS 2019:3 "Medicinska kontroller i arbetslivet" ska arbetsgivaren anordna medicinska kontroller (MKA) för arbetstagare, som enligt riskbedömningen har ett handintensivt arbete som kan innebära skador för nacke, skuldra, arm eller hand, om risker kvarstår trots vidtagna åtgärder i arbetsmiljön (§ 4A AFS 2012:2). Det systematiska arbetsmiljöarbetet med att minska det handintensiva arbetet och risken för skador är alltid det primära att åtgärda på arbetsplatsen. Om en fördjupad riskbedömning visar att skaderisk ändå föreligger, eller att särskilt känsliga personer riskerar skador, ska medicinska kontroller anordnas.

### Vad är handintensivt arbete per definition?

Det är arbete där händerna arbetar med snabba ihållande rörelser i handleden i kombination med kraft. Det innebär arbete där föremål eller handverktyg greppas, till exempel ett redskap eller ett handverktyg. Tangentbordsarbete med fingrar i rörelse omfattas inte.

I sin vägledning för medicinska kontroller beskriver Arbetsmiljöverkets det som: "Arbetsuppgifter som belastar handleden, exempelvis då föremål hålls i handen, samtidigt som handleden roteras och vinklas från sitt medelläge."

Exempel på arbetsuppgifter som skulle kunna innebära handintensivt arbete är arbete i kök, inom lokalvård, paketering, montering, sortering med mera.

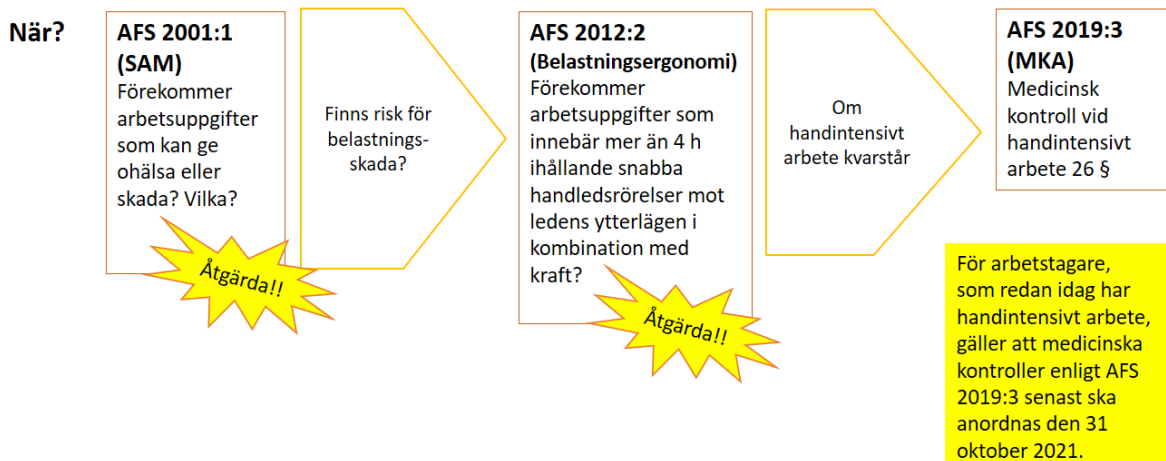
### När berörs min verksamhet av det?

När det finns en eller flera arbetstagare som arbetar med handintensiva arbetsuppgifter, det vill säga frekventa handledsrörelser flera gånger per minut under mer än fyra timmar per arbetsdag.

### Hur ska jag veta om mina arbetstagare verkligen har ett handintensivt arbete?

Undersök arbetsuppgifterna genom att göra en riskbedömning för att se om handintensivt arbete förekommer. Om du är osäker kan du kontakta Regionhälsans ergonomer som arbetar med riskbedömning av handintensivt arbete. De kan erbjuda informationsmöten om vad handintensivt arbete är och även erbjuda en fördjupad ergonomisk riskbedömning, innan ni anordnar medicinska kontroller (MKA). Föreligger det ingen risk för belastningsskador vid handintensivt arbete, behöver ni inte anordna medicinska kontroller.

### Handintensivt arbete, 26-28 §§



## Vi har handintensivt arbete i min verksamhet, vad gör jag nu?

Vidta åtgärder i arbetsmiljön för att reducera det handintensiva arbetet samt minska risken för belastningsskada. Åtgärderna kan vara av teknisk art, till exempel ändringar av arbetsplatsens utformning, ny arbetsmetod, teknisk utrustning, eller av organisatorisk art.

### Exempel på organisatoriska åtgärder kan vara:

- införande av regelbundna pauser för att skapa återhämtning
- arbetsrotering för att exempelvis möjliggöra för medarbetarna att byta mellan olika arbetsuppgifter
- arbetsutvidgning, det vill säga lägg till flera andra typer av arbetsuppgifter för att minska det handintensiva arbetet.

## Risken för belastningsbesvär som en följd av handintensivt arbete kvarstår, trots att vi genomfört åtgärder i arbetsmiljön. Vad gör vi nu?

Som arbetsgivare är ni skyldiga att anordna medicinska kontroller för arbetstagare som har handintensivt arbete om riskbedömning och åtgärder i arbetsmiljön visar på att handintensivt arbete kvarstår.

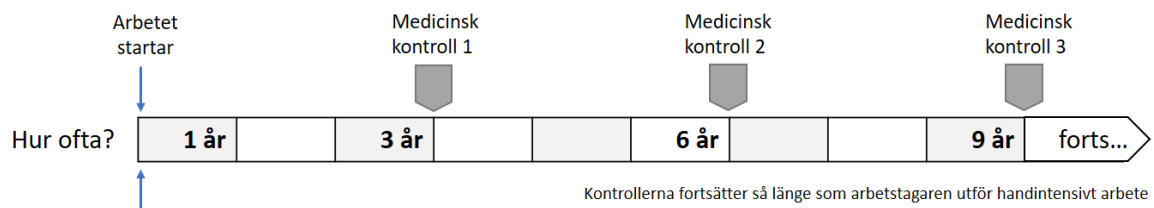
### Vad innebär det att anordna medicinska kontroller?

- Informera om och erbjuda arbetstagarna en medicinsk kontroll.
- Ta reda på vilka arbetstagare som vill genomföra den medicinska kontrollen.
- Beställa den medicinska kontrollen. Använd Arbetsmiljöverkets blankett ”Beställning av medicinsk kontroll enligt AFS 2019:3”.
- Informera utföraren av den medicinska kontrollen om riskbedömning.

I Sverige finns inga tvingande krav på att genomgå en fysisk hälsoundersökning av något slag. En arbetstagare kan alltid tacka nej till att genomgå en medicinsk kontroll som arbetsgivaren erbjuder.

### Hur ofta ska jag anordna medicinska kontroller?

Kontrollerna ska anordnas senast tre år efter att arbetet börjat och därefter återkommande var tredje år. Om en arbetstagare upplever nya besvär som skulle kunna bero på handintensivt arbete, ska en medicinsk kontroll anordnas och genomföras inom en månad från det att nya besvär uppstått.



### Vilka symtom kan handintensivt arbete leda till?

Besvär i handleder, armbågar, axlar, nacke, muskler, senor, leder och nerver kan bero på handintensivt arbete. Ihållande värk, domningar eller andra besvär från nerverna är vanligt. Besvären förvärras ofta efter belastningen i arbete. Arbetstagarna kan också ha en sjukdom, till exempel reumatism, som kan förvärras ytterligare vid hög belastning såsom vid handintensivt arbete.

### **Vad ingår i en medicinsk kontroll?**

- Hälsoundersökning som genomförs av ergonom/leg.fysioterapeut eller företagsläkare på Regionhälsan.
- Bedömning om samband föreligger mellan besvär i nacke, axlar, arm och hand och aktuella arbetsförhållanden med handintensivt arbete.
- Återrapportering av bedömning och medicinsk kontroll till arbetsgivaren.

### **Vad ska jag göra när jag fått återrapportering från den medicinska kontrollen (MKA)?**

Ta del av, spara och använd de fördjupade resultaten i det systematiska arbetsmiljöarbetet och genomför fortsatta åtgärder i arbetsmiljön för att minska risken för belastningsskada. Använd det som kompletterande underlag vid riskbedömningar för att förebygga ohälsa.

### **Frågor**

Vid frågor är du välkommen att höra av dig till oss på Regionhälsan på telefon, 019-602 77 00, eller e-post, [regionhalsan@regionorebrolan.se](mailto:regionhalsan@regionorebrolan.se).



Region Örebro län

**Företagshälsa och tolkförmedling**

Postadress Region Örebro län, Regionhälsan, Box 1613, 701 16 Örebro, E-post: [regionhalsan@regionorebrolan.se](mailto:regionhalsan@regionorebrolan.se)  
Besöksadress Fredsgatan 27a, Örebro, Tel: 019-602 77 00

[www.regionorebrolan.se/regionhalsan](http://www.regionorebrolan.se/regionhalsan)