

Reducer slid og gener

# EGA

## Ensidigt gentaget arbejde



Når en medarbejder udfører de samme monotone bevægelser over en kortere eller længere periode, taler man om EGA – ensidigt gentaget arbejde. Det er oftest i pharma- og produktionsvirksomheder og inden for nærings- og nydelsesmiddelbranchen, at de ansatte udfører ensidigt gentaget arbejde, men lykkes man med at etablere en god arbejdsmiljøkultur, er der større chance for at reducere kropslige gener.

EGA forårsager typisk besvær med nakke, skuldre, arme og hænder, og på grund af disse gener har medarbejdere med ensidige gentagne arbejdsbevægelser ofte et højere sygefravær. Hvis man vil generne til livs, er det nødvendigt at tænke helhedsorienteret og både tage højde for organisatoriske, ergonomiske og indretningsmæssige udfordringer:

- Kortlæg, om de ansatte udfører ensidigt gentaget arbejde – og i hvilken grad
- Analyser arbejdsgangene, og reducer EGA, hvor det er muligt
- Fokuser på arbejdsstillinger og indretning
- Få variation ind i arbejdet, og suppler med øvelser for medarbejderne

### Sikkert beslutningsgrundlag

I Arbejdsmiljøcentret Human House hjælper vi med at fastslå, om der er tale om sundhedsskadeligt EGA, og vi kortlægger de funktioner og forhold, der kan forværre den. Kortlægningen er et værdifuldt grundlag for at afgøre, hvilke indsatser der har den største effekt på reduktionen af EGA, og hvordan virksomheden bør prioritere det videre arbejde.

Står du over for at skulle projektere en ny proces eller produktlinje, kan vi være med til at sikre, at pladsforhold, hensigtsmæssige arbejdsstillinger, flow og arbejdsprocesser er optimale. Vi kan også hjælpe med at klæde arbejdsmiljøafdelingen eller den tekniske afdeling på, så de fremadrettet kan foretage undersøgelser og kortlægning af EGA selv.

Da en fødevarer virksomhed fik et kortlægningspåbud, hjalp vi med at uddanne arbejdsmiljørepræsentanterne til at kortlægge EGA. Vi rådgav om administrationen af påbuddet, og sammen med arbejdsmiljøorganisationen udarbejdede vi en handlingsplan, som Arbejdstilsynet godkendte med det samme.

### VIL DU VIDE MERE?

De sidste seks år har vi i Arbejdsmiljøcentret Human House hjulpet flere af vores kunder med at tilrettelægge træningsforløb for deres medarbejdere.

Vi rådgiver om EGA i både private og offentlige virksomheder, og vores opgaveportefølje omfatter både store og små virksomheder inden for langt de fleste brancher.

### Kontakt os

Vil du høre mere om, hvad vi kan gøre for dig? Læs mere om vores kompetencer på [amcentret.dk](http://amcentret.dk), eller kontakt en af vores mange eksperter på området:

Gert Fuursted på  
[gff@humanhouse.com](mailto:gff@humanhouse.com)  
eller 30 65 54 77.

ERGONOMI  
& SUNDHED

09.2021