

Reglugerð um varnir gegn álagi vegna vélræns titrings á vinnustöðum.

I. KAFLI Gildissvið og markmið.

1. gr. Gildissvið.

Reglugerð þessi gildir um hvers konar starfsemi þar sem starfsmenn eiga á hættu eða kunna að eiga á hættu að verða fyrir álagi vegna vélræns titrings við störf sín og lög nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum, gilda um, sbr. þó strangari ákvæði í sérlögum eða sérreglum.

2. gr. Markmið.

Markmið reglugerðar þessarar er að tryggja öryggi og vernda heilsu starfsmanna sem eiga á hættu eða kunna að eiga á hættu að verða fyrir álagi vegna vélræns titrings við störf sín.

3. gr. Orðskýringar.

Í reglugerð þessari er merking eftirfarandi hugtaka sem hér segir:

- a. *handar- og handleggstitringur*: vélrænn titringur sem hefur í för með sér áhættu fyrir heilsu og öryggi starfsmanna þegar hann færir yfir hendur og handleggi, einkum að því er varðar æðar, bein eða liði, tauga- eða vöðvasjúkdóma;
- b. *titringur í öllum líkamanum*: vélrænn titringur sem hefur í för með sér áhættu fyrir heilsu og öryggi starfsmanna þegar hann færir yfir allan líkamann, einkum að því er varðar álagseinkenni í neðri hluta hryggjarins og mænuskaða.

4. gr. Viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk fyrir álag vegna vélræns titrings.

Viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk fyrir álag vegna handar- og handleggstitrings skulu vera eftirfarandi:

- a. dagleg viðmiðunarmörk fyrir átta klukkustunda viðmiðunartímabil skulu vera 5 m/s²,
- b. dagleg viðbragðsmörk fyrir átta klukkustunda viðmiðunartímabil skulu vera 2,5 m/s².

Álag á starfsmenn vegna handar- og handleggstitrings skal metið eða mælt skv. 1. tölul. A-hluta viðauka reglugerðar þessarar.

Viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk fyrir álag vegna titrings í öllum líkamanum skulu vera eftirfarandi:

- a. dagleg viðmiðunarmörk fyrir átta klukkustunda viðmiðunartímabil skulu vera 1,15 m/s²,
- b. dagleg viðbragðsmörk fyrir átta klukkustunda viðmiðunartímabil skulu vera 0,5 m/s².

Álag á starfsmenn vegna titrings í öllum líkamanum skal metið eða mælt skv. 1. tölul. B-hluta viðauka reglugerðar þessarar.

Álag vegna vélræns titrings má aldrei fara yfir viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk samkvæmt ákvæði þessu, sbr. þó 5. gr. reglugerðar þessarar.

5. gr.

Undanþága frá viðmiðunarmörkum og viðbragðsmörkum fyrir álag vegna vélræns titrings.

Vinnueftirliti ríkisins er heimilt að veita tímabundna undanþágu frá viðmiðunarmörkum fyrir álag vegna vélræns titrings skv. 1. og 3. mgr. 4. gr. reglugerðar þessarar í tilvikum þegar álag á starfsmann vegna vélræns titrings er að jafnaði undir tilgreindum mörkum en er þó breytilegt þannig að það getur einstöku sinnum farið yfir mörkin.

Skilyrði fyrir undanþágu skv. 1. mgr. er að meðalgildi álags vegna vélræns titrings sé undir tilgreindum mörkum skv. 1. og 3. mgr. 4. gr. reglugerðar þessarar á hverjum 40 klst. og að unnt sé að sýna fram á að áhætta af álagi vegna vélræns titrings á starfsmanninn verði ekki umfram þá áhættu sem rekja má til álags vegna vélræns titrings sem er við mörkin skv. 1. og 3. mgr. 4. gr. reglugerðarinnar. Enn fremur skal atvinnurekandi tryggja að áhættunni sé haldið í lágmarki og að hlutaðeigandi starfsmaður gangist undir heilsufarsskoðun skv. III. kafla reglugerðar þessarar.

Vinnueftirlit ríkisins skal halda skrá yfir þær undanþágur sem veittar eru samkvæmt ákvæði þessu og ástæður þeirra.

II. KAFLI

Skyldur atvinnurekanda.

6. gr.

Áhættumat.

Þegar líkur eru á að starfsemi hafi í för með sér áhættu vegna vélræns titrings skal atvinnurekandi meta, og mæla ef þörf krefur, hve miklu álagi vegna vélræns titrings starfsmenn verða fyrir, sbr. 65. gr. a laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum. Mælingin skal fara fram skv. 2. tölul. A-hluta eða 2. tölul. B-hluta viðauka reglugerðar þessarar eftir því sem við á.

Mat og mælingar skv. 1. mgr. skulu skipulagðar og framkvæmdar með hæfilegu millibili af þar til hæfum aðilum, sbr. einnig 66. gr. a laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum. Atvinnurekandi skal varðveita gögn sem fengin eru úr mati og/eða mælingum á álagi vegna vélræns titrings á viðeigandi formi til að þau geti komið að gagni síðar.

Heimilt er að meta álag vegna vélræns titrings með athugun á sérstökum starfsvenjum og á grundvelli viðeigandi upplýsinga um líklegan styrk vélræns titrings frá búnaði eða tegund búnaðar sem notuð er við þær sérstöku aðstæður sem um er að ræða, þar með töldum upplýsingum sem framleiðandi búnaðar veitir. Aðgreina skal mat þetta frá mælingu sem krefst sérstakra tækja og viðeigandi aðferðarfræði.

Áhættumat skv. 1. mgr. skal byggjast á öllum tiltækum upplýsingum. Einkum skal taka tillit til:

- a. hve álag vegna vélræns titrings er mikið, hvers eðlis það er og hve lengi það varir, þar með talið hvort um slitróttan vélrænan titring eða endurtekin högg er að ræða,
- b. viðmiðunarmark og viðbragðsmark skv. 4. gr. reglugerðar þessarar,
- c. allra áhrifa er varða heilsu og öryggi starfsmanna sem eru í sérstakri áhættu,
- d. allra óbeinna áhrifa á öryggi starfsmanna sem stafa af víxlverkun vélræns titrings og vinnustaðar eða annars búnaðar við vinnu,
- e. upplýsinga sem framleiðandi búnaðar sem ætlaður er til vinnu veitir í samræmi við gildandi reglugerðir,
- f. hvort fyrir hendi er búnaður sem hannaður er til að draga úr álagi vegna vélræns titrings og gæti komið í stað fyrri búnaðar,
- g. hvort álags vegna titrings í öllum líkamanum gætir utan vinnutíma skv. 1. tölul. 52. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum,

- h. sérstakra vinnuaðstæðna, svo sem lágs hitastigs,
- i. viðeigandi upplýsinga sem fengist hafa í tengslum við heilsufarsskoðanir, þar með talinna upplýsinga sem hafa verið birtar, eftir því sem kostur er.

Atvinnurekandi skal endurskoða áhættumatið reglulega, einkum ef orðið hafa verulegar breytingar í tengslum við vélrænan titring eða ef niðurstöður heilsufarsskoðana starfsmanna, sbr. III. kafla reglugerðar þessarar, sýna að slíkt sé nauðsynlegt. Þegar atvinnurekandi telur ekki líkur á að starfsemi hafi í för með sér áhættu vegna vélræns titrings skal hann færa rök fyrir því í almennu áhættumati fyrirtækis eða stofnunar.

7. gr.

Áætlun um heilsuvernd.

Atvinnurekandi skal gera og fylgja eftir áætlun um heilsuvernd, þar á meðal áætlun um forvarnir þar sem tekið er tillit til tækniframfara og tiltækra ráðstafana sem eru til þess fallnar að koma í veg fyrir áhættu af álagi vegna vélræns titrings við upptök hans. Þegar ekki er tæknilega unnt að koma í veg fyrir áhættu af álagi vegna vélræns titrings skal dregið úr henni eins og kostur er og henni haldið í lágmarki. Þegar álag vegna vélræns titrings er meira en sem nemur viðmiðunarmörkum skv. 1. og 3. mgr. 4. gr. skal tiltaka sérstaklega tæknilegar ráðstafanir eða aðgerðir er varða skipulag vinnunnar sem ætlað er að halda áhættu af álagi vegna vélræns titrings í lágmarki. Einkum skal taka tillit til:

- a. annarra starfsaðferða þar sem starfsmenn verða síður fyrir álagi vegna vélræns titrings,
- b. þess að valinn sé viðeigandi búnaður til vinnu, sem er hannaður með hliðsjón af vistfræði og veldur minnsta mögulegum vélrænum titringi með tilliti til verksins sem á að vinna,
- c. aukabúnaðar, sem dregur úr áhættu á skaða vegna vélræns titrings, svo sem sæta sem draga verulega úr titringi í öllum líkamanum og handfanga sem draga úr því að vélrænn titringur færist yfir hendur og handleggji,
- d. viðeigandi áætlana um viðhald búnaðar sem ætlaður er til vinnu, vinnustaðar og heildarskipulags innan vinnustaðar,
- e. hönnunar og uppbyggingar vinnustaða og verkstöðva,
- f. viðeigandi upplýsinga og þjálfunar sem ætlað er að leiðbeina starfsmönnum um rétta og örugga notkun búnaðar til vinnu í því skyni að halda álagi vegna vélræns titrings í lágmarki,
- g. takmörkunar á þeim tíma sem álag vegna vélræns titrings stendur yfir og þess hve mikið það er,
- h. viðeigandi skipulags vinnu með hæfilegum hvíldartímum,
- i. hlífðarfatnaðar starfsmanna, sem verða fyrir álagi vegna vélræns titrings, til að verja þá fyrir kulda og raka.

Ef álag vegna vélræns titrings fer yfir viðmiðunarmörk skv. 4. gr. reglugerðar þessarar, þrátt fyrir ráðstafanir sem atvinnurekandi gerir til að koma í veg fyrir slíkt álag, skal hann tafarlaust gera ráðstafanir til að álag vegna vélræns titrings fari niður fyrir viðmiðunarmörkin. Enn fremur skal hann breyta áætlun um heilsuvernd skv. 1. mgr. til að koma í veg fyrir að álagið fari aftur yfir viðmiðunarmörkin og tilgreina í áætluninni ástæður þess að álag vegna vélræns titrings fór yfir mörkin.

Atvinnurekandi skal laga ráðstafanir samkvæmt ákvæði þessu sérstaklega að þörfum starfsmanna sem eru í sérstakri áhættu hvað varðar álag vegna vélræns titrings.

8. gr.

Þjálfun starfsmanna og upplýsingar til þeirra.

Atvinnurekandi skal tryggja að starfsmenn hans, sem eiga á hættu að verða fyrir álagi vegna vélræns titrings við störf sín, eða fulltrúar þeirra fái upplýsingar og nægilega og viðeigandi þjálfun sem byggist á áhættumati skv. 6. gr. reglugerðar þessarar, einkum varðandi:

- a. ráðstafanir sem gerðar eru til að draga úr áhættunni af álagi vegna vélræns titrings eða halda henni í lágmarki,
- b. viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk skv. 4. gr. reglugerðar þessarar,
- c. niðurstöður mats og mælinga á vélrænum titringi skv. 6. gr. reglugerðar þessarar, og hugsanlegan skaða af völdum búnaðar sem notaður er við vinnu,
- d. hvernig greina megi vísbendingar um skaða og ástæður þess að tilkynna skuli um þær,
- e. við hvaða aðstæður starfsmenn eigi rétt á heilsufarsskoðunum skv. III. kafla reglugerðar þessarar,
- f. öruggar starfsvenjur til að halda álagi vegna vélræns titrings í lágmarki.

9. gr.

Samráð við starfsmenn.

Atvinnurekandi skal hafa samráð við starfsmenn og/eða fulltrúa þeirra um þau málefni sem reglugerð þessi tekur til, sbr. II. kafla laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum, og gildandi reglugerð um skipulag og framkvæmd vinnuverndarstarfs á vinnustöðum.

III. KAFLI

Heilsufarsskoðanir.

10. gr.

Framkvæmd heilsufarsskoðana.

Þegar áhættumat skv 6. gr. reglugerðar þessarar gefur til kynna að heilsu og öryggi starfsmanna sé hættu búin skal atvinnurekandi sjá til þess að umræddum starfsmönnum sé boðin heilsufarsskoðun, sbr. 67. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum. Á það einkum við þegar:

- a. unnt er að tengja álag vegna vélræns titrings við greinanleg sjúkdómseinkenni eða skaðleg áhrif á heilsu viðkomandi starfsmanns,
- b. líkur eru á að sjúkdómseinkennin eða hin skaðlegu áhrif megi rekja til sérstakra vinnuaðstæðna starfsmannsins, og
- c. fyrir hendi er viðurkennd tækni til að greina sjúkdómseinkenni eða skaðleg áhrif á heilsu.

Starfsmenn sem verða fyrir álagi vegna vélræns titrings yfir viðmiðunarmörkum skv. 4. gr. reglugerðar þessarar, þrátt fyrir ráðstafanir sem atvinnurekandi gerir til að koma í veg fyrir slíkt álag, skulu eiga rétt á viðeigandi heilsufarsskoðunum.

Heilsufarsskoðunum er meðal annars ætlað að greina fljótt hvers konar sjúkdómseinkenni eða skaðleg áhrif á heilsu starfsmanna sem tengjast álagi vegna vélræns titrings svo koma megi í veg fyrir þau. Á þetta sérstaklega við þegar nýta á niðurstöður heilsufarsskoðana við skipulagningu fyrirbyggjandi ráðstafana á vinnustað.

Heilsufarsskoðanir samkvæmt ákvæði þessu skulu vera í höndum heilbrigðisstarfsmanna.

Sá sem annast heilsufarsskoðanir starfsmanna skal varðveita skrá um heilsufar hvers starfsmanns sem gengst undir heilsufarsskoðun samkvæmt ákvæði þessu og skal skráin uppfærð við hverja skoðun. Í skrá um heilsufar skulu teknar saman niðurstöður úr heilsufarsskoðun. Um frágang og meðferð heilsufarsskrár fer samkvæmt gildandi reglugerð um sjúkraskrár og skýrslugerð varðandi heilbrigðismál. Hlutaðeigandi starfsmaður skal hafa aðgang að skrá um heilsufar sitt óski hann eftir því.

Atvinnurekandi skal bera kostnað vegna heilsufarsskoðana starfsmanna samkvæmt ákvæði þessu.

11. gr.

Niðurstöður heilsufarsskoðunar.

Leiði heilsufarsskoðun í ljós sjúkdóm eða skaðleg áhrif á heilsu starfsmanns sem að mati þess er annast skoðunina má rekja til álags vegna vélræns titrings við vinnu skal sá sem annast skoðunina:

- a. greina viðkomandi starfsmanni frá niðurstöðum sem varða hann sjálfan. Skal starfsmaðurinn einkum fá upplýsingar og leiðbeiningar um hvers konar heilsufarsskoðanir hann skuli gangast undir eftir að álagi vegna vélræns titrings lýkur.
- b. gefa hlutaðeigandi atvinnurekanda upplýsingar um niðurstöðu heilsufarsskoðunarinnar, að teknu tilliti til þagnarskyldu heilbrigðisstarfsmanna.

Komi upp tilvik skv. 1. mgr. skal atvinnurekandi:

- a. endurskoða áhættumat, sbr. 6. gr. reglugerðar þessarar,
- b. endurskoða áætlun um heilsuvernd, þar á meðal áætlun um forvarnir, sbr. 7. gr. reglugerðar þessarar,
- c. taka til greina ráðleggingar viðurkenndra þjónustuaðila, sbr. 66. gr. a laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum, þar á meðal þess sem annaðist umrædda heilsufarsskoðun, eða Vinnueftirlits ríkisins við framkvæmd hvers konar nauðsynlegra ráðstafana til að útiloka eða draga úr áhættu, sbr. 7. gr. reglugerðar þessarar, þar á meðal hvort unnt sé að fá viðkomandi starfsmanni annað starf þar sem ekki er hætt á frekara álagi vegna vélræns titrings, og
- d. sjá til þess að heilsufarsskoðanir fari áfram fram og að aðrir starfsmenn sem hafa starfað við sambærilegar aðstæður gangist undir heilsufarsskoðun.

Sá sem annast heilsufarsskoðun skal tilkynna Vinnueftirliti ríkisins um niðurstöðuna þegar um er að ræða atvinnusjúkdóm, atvinnutengdan sjúkdóm eða ef viðkomandi starfsmaður hefur orðið fyrir öðrum skaðlegum áhrifum vegna starfa sinna, sbr. 3. mgr. 79. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum.

IV. KAFLI

Ýmis ákvæði.

12. gr.

Eftirlit.

Vinnueftirlit ríkisins hefur eftirlit með framkvæmd reglugerðar þessarar, sbr. 82. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum.

13. gr.

Kæruheimild.

Heimilt er að kæra ákvarðanir Vinnueftirlits ríkisins sem teknar eru á grundvelli reglugerðar þessarar til félagsmálaráðuneytis innan þriggja mánaða frá því aðila máls var tilkynnt um ákvörðunina, sbr. 98. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum.

14. gr.

Viðurlög.

Brot á ákvæðum reglugerðar þessarar geta varðað við ákvæði 99. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum.

15. gr.
Gildistaka.

Reglugerð þessi sem sett er samkvæmt heimild í 37. gr., a-lið 38. gr., 65. gr. a, 66. gr., 2. mgr. 67. gr. og 5. mgr. 79. gr. laga nr. 46/1980, um aðbúnað hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum, með síðari breytingum, að fenginni umsögn stjórnar Vinnueftirlits ríkisins og landlæknis, til innleiðingar á tilskipun nr. 2002/44/EB, um lágmarkskröfur um heilbrigði og öryggi að því er varðar áhættu starfsmanna vegna váhrifa eðlisfræðilegra áhrifavalda (titrings), öðlast þegar gildi.

Ákvæði til bráðabirgða.

Viðmiðunarmörk og viðbragðsmörk fyrir álag vegna vélræns titrings skv. 4. gr. reglugerðar þessarar gilda ekki um búnað til vinnu sem tekinn var í notkun fyrir 6. júlí 2007 fram til 6. júlí 2010 í tilvikum þegar ekki er unnt að virða mörkin, að teknu tilliti til þeirra tæknilegu ráðstafana og/eða aðgerða er varða skipulag vinnunnar sem gerðar hafa verið.

Félagsmálaráðuneytinu, 9. nóvember 2006.

Magnús Stefánsson.

Hanna Sigr. Gunnsteinsdóttir.

Viðauki.

[Hlekkur á reglugerð með viðauka á PDF formi.](#)

Fyrirvari

Reglugerðir eru birtar í B-deild Stjórnartíðinda skv. 3. gr. laga um Stjórnartíðindi og Lögbirtingablað, nr. 15/2005, sbr. reglugerð um útgáfu Stjórnartíðinda nr. 958/2005.

Sé misræmi milli þess texta sem birtist hér í safninu og þess sem birtur er í útgáfu B-deildar Stjórnartíðinda skal sá síðarnefndi ráða.