



Käsin tehtävät nostot

Raskaasta työstä johtuva kuormitus, esim. nostotyössä, on yleisesti todettu erääksi tuki- ja liikuntaelinsairauksia lisääväksi tekijäksi ja voi aiheuttaa lisäksi hengitys- ja verenkiertoelimistön kuormittumista. Tuki- ja liikuntaelinsairaudet aiheuttivat vuosittain paljon sairauspoissaoloja. Nostotyössä tapahtuvien taakkojen käsittelyssä aiheutuu myös tapaturmia.

Käsin tehtävissä nostoissa työnantajaa keskeisimmät säädökset ovat Työturvallisuuslaki 738/2002 ja Valtioneuvoston päätös käsin tehtävistä nostoista ja siirroista työssä 1409/1993.

Työturvallisuuslaki 738/2002 säätelee yleisellä tasolla työn haittojen ja vaarojen selvittämisestä sekä arvioinnista, työympäristön ja työn suunnittelusta, työpisteen ergonomiasta ja työn kuormitustekijöiden huomioimisesta. Valtioneuvoston päätöksen 1409/1993 mukaan olisi ensisijaisesti ryhdyttävä asianmukaisiin järjestelyihin tai tarkoituksenmukaisia mekaanisia apuvälineitä käyttämällä korvattava käsin tapahtuvat nostot.

Jos työssä esiintyy käsin tehtäviä nostoja ja siirtoja, pitää vaarojen vähentämiseksi hankkia työntekijöille nosto ja siirtoapuvälineitä ottaen huomioon:

- Taakan ja työympäristön erityispiirteet
- Tarvittava fyysinen ponnistus
- Koko työtoiminnan asettamat vaatimukset

Ellei käsin tehtäviä nostoja ja siirtoja voida korvata erityisillä mekaanisilla laitteilla, tulee työpisteet järjestää niin, että nostot ja siirrot ovat mahdollisimman turvallisia. Tällaisissa tapauksissa pitää mahdollisuuksien mukaan

- a) Arvioida etukäteen nostotyön turvallisuus ja terveysolosuhteet
- b) Järjestää työpisteet nosto ja siirtotyön kannalta turvallisiksi

Lisäksi tulee huolehtia riittävästä työturvallisuuden opetuksesta ja ohjauksesta taakkoja käsitteleville työntekijöille.

Kuormittuminen

Työn aikana käsin tehtäville nostoille ja siirroille ei ole asetettu suomalaisessa lainsäädännössä enimmäisrajoja. Taakan painon ohella käsin tehtäviin nostoihin ja siirtoihin liittyvä kuormittumisen vaara aiheutuu useasta tekijästä, joita ovat muun muassa:

- Taakan painosta ja muodosta
- Taakasta saatavan otteen pitävyydestä
- Taakan sijainnista suhteessa vartaloon noston alussa ja lopussa
- Nostojen määrästä ja nostotiheydestä
- Taakan siirtomatkan pituudesta



LÄHITAPIOLA

Elämänturvayhtiö

Käsin tehtävät nostot Työturvallisuus

Nostotöihin liittyvissä haitta- ja vaaratekijöiden arvioinnissa ja työntekijöiden opastuksessa voi käyttää apuna työterveyshuollon asiantuntijoita sekä ottaa heidän asiantuntemuksensa huomioon työsuojelun toimintaohjelmassa.

Voit käyttää apunasi käsin tehtävien nostoihin seuraavia aineistoja:

[Käsin tehtävien nostojen arviointi - Työsuojeluhallinto](#)

[Muistilista nostojen suunnitteluun -Työsuojeluhallinto](#)

Lähteet ja lisätiedot

[Työsuojeluhallinto](#)

[Työturvallisuuslaki 739/2002](#)

[Valtioneuvoston päätös käsin tehtävistä nostoista ja siirroista työssä 1409/1993](#)