

Arbetsmiljön

Arbetsmiljön är en mycket viktig bit av vår verksamhet som vi väl tyvärr ibland inte bryr oss så mycket om eller tänker på. Hit räknas också tunga lyft vilket är en stor del av vår vardag. Vi skall här se lite närmare på vad som gäller. Det mesta kring lagstiftningen gäller arbetstagare kontra arbetsgivare men på några punkter gäller reglerna även för egenföretagare.

Lagstiftning

Lagstiftningen om arbetsmiljön regleras i Arbetsmiljölagen som trädde i kraft den 1 juli 1978. Senast den ändrades var 1994 och ändringarna gäller från och med den 1 okt 1994.

Lagens ändamål är att förebygga ohälsa och olycksfall i arbetet samt i övrigt att uppnå en god arbetsmiljö (§1). Lagen tar således inte bara sikte på det förebyggande arbetet utan också på arbetets innehåll.

Arbetsmiljölagen omfattar i princip allt arbete. Framför allt är det anställningsförhållanden som avses. Men arbetsmiljölagens föreskrifter gäller delvis även för ensamföretagare och familjeföretag (3 kap. 5§ och 5 kap. 2-3§§).

Vi tittar närmare på just dessa två kapitel och där står att läsa:

3kap. 5§. *I fråga om arbete som arbetsgivare själv utför skall denna lag och med stöd därav meddelade föreskrifter iakttas i tillämpliga delar. Detsamma gäller när två eller flera för gemensam räkning yrkesmässigt driver verksamhet utan att ha arbetstagare anställd, dock ej om verksamheten bedrivs endast av medlemmar av samma familj.*

Den som ensam eller gemensamt med familjemedlem driver yrkesmässig verksamhet utan anställd är skyldig att följa vad i denna lag och med stöd av den har föreskrivits i fråga om teknisk anordning eller ämne, som kan föranleda ohälsa eller olycksfall, samt be

träffande gemensamt arbetsställe.

Av 4 kap. 10§ framgår att föreskrifter får meddelas om skyldigheter även i andra avseenden.

Arbetsmiljölagen gäller alltså i princip även i fråga om arbete som företagare utför personligen (5§ 1st).

Beträffande företagare, som ensamma eller tillsammans med medlemmar av sin familj driver verksamhet utan anställda, är det föreskrifterna om maskiner och andra tekniska anordningar och om kemiska produkter som blir tillämpliga (5§ 2st).

Vi går sen vidare till 5 kap. 2-3 §§ som handlar om minderåriga:

2§. En minderårig får inte som arbetstagare eller på annat sätt anlitas till eller utföra arbete före det kalenderår under vilket den minderåriga fyller sexton år och inte heller innan den minderåriga har fullgjort sin skolplikt.

Utän hinder av första stycket får en minderårig som har fyllt tretton år anlitas till eller utföra lätt arbete som inte är av sådant slag att det kan inverka skadligt på den minderåriges hälsa, utveckling eller skolgång.

Regeringen eller, efter regeringens bestämmande, Arbetarskyddsstyrelsen får meddela föreskrifter om undantag från första stycket för anlitan av en minderårig som inte har fyllt tretton år. Sådant undantag får endast avse mycket lätt arbete av sådan slag att speciella och betydande tillämpningsproblem skulle uppstå, om inte undantag meddelades.

Regeringen eller, efter regeringens bestämmande, Arbetarskyddsstyrelsen meddelar föreskrifter i fråga om arbete som avses i andra och tredje styckena.

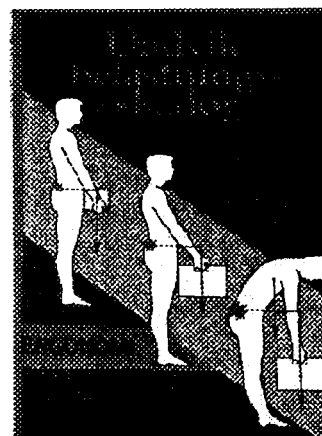
3§. En minderårig får inte anlitas till eller utföra arbete på så sätt som medför risk för olycksfall eller för överansträngning eller annan skadlig inverkan på minderåriges hälsa eller utveckling.....

Alltså i klartext: Den som är under 18 år är minderårig. En minderårig får inte arbeta före det kalenderår han fyller 16 år. Han får inte heller arbeta innan han fullgjort sin skolplikt. Detta gäller både om den minderåriga är anställd och om han arbetar som egen företagare eller i ett familjeföretag. En minderårig som fyllt 13 år, får dock utföra lätt arbete som inte är skadligt för hans hälsa, utveckling eller skolgång.

Regler

I Arbetarskyddsstyrelsens författningssamling ges kungörelser ut och de kallas till vardags för "föreskrifter".

Ett exempel på en sådan författningssamling är AFS 1982:3 som handlar om ensamarbete. Men författningen gäller enbart för arbetstagare och för oss som egenföretagare gäller uppenbarligen inga regler om ensamarbete.



Om belastningsskador

Arbetarskyddsstyrelsen ger också ut material som handlar om ergonomi och hur man skall undvika belastningsskador. Ett exempel på en sådan broschyr är ADI 281 "Undvik belastningsskador".

Vad är en belastningsskada?

Symtom på en belastningsskada är smärta i någon del av rörelseorganen och smärtan kan härstamma från såväl skelett och leder som muskler och senor. Denna smärta kan orsakas av inflammationer, mikroskopiska slitskador i muskler eller kanske försämrad genombildning och

näringsbrist i musklerna. Muskelspanning och kyla påskyndar symtomen och kan öka besvären.

När uppstår en belastningsskada

För oss som biodlare tänker vi väl i första hand på tunga lyft som orsak till en belastningsskada men det finns även andra faktorer som vi kanske inte tänker på. Man kan säga att upphovet till en skada består i ett samverkande mönster mellan ergonomiska, fysiska och psykiska (stress) faktorer.

Hur uppstår en belastningsskada?

Vi skiljer på dynamisk och statisk belastning. Dynamisk belastning innebär omväxlande rörelser, alltså både anspänning och avslappning, medan statisk belastning innebär en ihållande anspänning som leder till en försämrad genomströmning av ledvätska. Brosket i kroppens ledde-lar blir undernärt, vilket kan leda till

att små broskskador inte läks och att brosket så småningom blir förstört.

En sena består till större delen av buntar med så kallade kollagena fibrer (trådar med hög hållfasthet). Dynamiskt arbete i senan håller blodcirkulationen igång. Vid statisk belastning försvåras blodcirkulationen i senan vilket kan leda till att celler dör och senan försvagas.

En muskel består av buntar av muskeltrådar som hålls samman av bindväv. Till varje muskel löper nervfibrer. Vid långvarigt statiskt arbete försämras blodcirkulationen och näringstillförseln till cellen, vilket kan leda till trötthet och smärta. När cellerna skadas kan äggviteämnen frigöras vilket leder till att bindväven växer och detta kan i sin tur leda till kronisk smärta.

Sammanfattningsvis kan man

säga att det gäller för oss att använda dynamiska rörelser så mycket som möjligt och att vi använder oss av mikropauser som innebär att man under korta perioder ger musklerna en total avslappning.

Läs mer

Vill du ha ytterligare information om arbetsmiljöregler och allt som hör till detta kan du från Arbetarskyddsstyrelsen beställa deras katalog över arbetsmiljöregler, broschyrer, affischer, rapporter, böcker, videofilmer och overheadbilder. Den kostar inget och kan beställas från:

Publikationsservice
Box 1300
171 25 Solna
Fax 08-730 98 17
Tel 08-730 97 00

Arbetsmiljöreglerna finns också på data för 2550 kr + moms.