



plan van aanpak op te stellen om de blootstelling tot een minimum te beperken. Dit plan moet zijn gebaseerd op de arbeidshygiënische strategie. Werkgevers moeten dan dus op zoek naar een alternatieve werkmethode die het trillen voorkomt of vermindert. Is dit om technische redenen of vanwege de hieruit voortvloeiende disproportionele kosten niet mogelijk, dan mag de werkgever organisatorische of technische maatregelen treffen. Pas als dergelijke maatregelen onvoldoende helpen, mag de werkgever het dragen van persoonlijke beschermingsmiddelen als oplossing aandragen (denk aan trillingabsorberende handschoenen of heupgordels bij lichaamstrillingen).

#### AFSTANDBEDIENING

Werkgevers hebben een ruime keuze uit maatregelen om de trillingsbelasting op het lichaam terug te dringen. Zo kunnen zij de chauffeur of machinist van het voertuig halen en afstandsbediening toepassen. Op bouwplaatsen is dit principe al terug te vinden bij hijskranen en in de agrarische sector bij tractoren. Vaak is het scheiden van bestuurder en voertuig om praktische en technische redenen niet mogelijk en moeten andere maatregelen worden toegepast. Een effectief alternatief is dan het egaliseren van de rijroute. Lichaamsschokken ten gevol-

ge van gaten in het wegdek en kleine obstakels in de rijroute hebben namelijk grote schadelijke werking. Ook het verlagen van de rijnsnelheid vormt een methode om de blootstelling aan lichaamsschokken te verminderen. Denk maar aan het nemen van een verkeersdrempel: hoe langzamer,

**Chauffeursstoelen verkeren soms in een erbarmelijke staat. Voor sommigen telt schade aan voertuig en lading zwaarder dan de rug van de chauffeur**

hoe minder groot de schok. Voorzichtig gedrag kan eveneens tot een verlaging van de trillingsbelasting leiden. Een chauffeur of machinist die zorgvuldig omgaat met zijn voertuig of arbeidsmiddel, staat aan minder trillingen bloot dan een rauwdouwer. Goed gedrag vertaalt zich dus in minder slijtage van het voertuig en minder schade aan de te vervoeren lading, maar vooral ook in een kleinere kans op gezondheidsschade.

Ook met een goede stoel valt winst te behalen. Dat lijken betrokkenen zich vaak onvoldoende te realiseren: chauffeursstoelen verkeren namelijk soms in een erbarmelijke staat. Blijkbaar telt voor