

## Krav

Vurder om:

- Arbejdet er EGA. Der er tale om EGA, når den samme arbejdsoperation gentages mere end to gange i minuttet, eller samme muskelgruppe (armene) arbejder i mere end halvdelen af tiden
- Der er EGA i mere end 3 – 4 timer dagligt. Hvis det er tilfældet, skal I lave en kortlægning af arbejdet samt en handlingsplan over tiltag
- Der forekommer en kvalificeret jobbrokering, dvs. et skift i arbejdsbevægelserne ved de forskellige arbejdsopgaver, som medarbejderne udfører



## Kortlægning af EGA

- Vurdér, hvor ofte arbejdsoperationen gentages.
- Vurdér, hvor længe den enkelte medarbejder udfører denne arbejdsfunktion enten pr. dag eller på en uge.
- Vurdér om der er forværrende faktorer som fx kraft ved emnehåndtering, dårlige arbejdsstillinger og bevægelser fx løftede skuldre, armene er løftede i og over skulderhøjde, eller der er lange rækkeafstande, samt om der er krav til opmærksomhed, koncentration samt syn og hørelse.
- Vurdér om der kan gøres noget for at forbedre indretningen, fjerne eller nedsætte de forværrende faktorer, arbejdets udførelse, og om medarbejderen arbejder som instrueret.

## Arbejdstilsynets regler og praksis

Følgende skema kan bruges til hjælp for, hvornår Arbejdstilsynet reagerer med påbud over for EGA og EBA. Reaktionsniveauet for EBA og EGA er det samme.

**EGA:** = Ensigtigt gentaget arbejde **EBA:** = Ensigtigt belastende arbejde (EBA) er arbejde, som belaster kroppen eller psyken på samme måde over længere tid.

Varighed	0-1/2 dag/uge	1/2 – 2/3 dag/uge	2/3-3/4 dag/uge	3/4-1/1 dag/uge
Intensitet				
EBA eller Højrepetitivt EGA MED forværrende faktorer				
EBA eller Højrepetitivt EGA UDEN forværrende faktorer				

## Yderligere tiltag

- Er der tilstrækkelig variation i belastning af muskelgrupper
- Hvor tit rokeres der – det bør være regelmæssigt og inden for en uge eller en dag
- Mulighed for at ikke-EGA-pladser kan indgå
- Styring og dokumentation af jobbrokeringen

## Relevante links:

- [Arbejdstilsynets vejledning om ensidigt, belastende arbejde og ensidigt, gentaget arbejde, D.3.2, 2002](#)
- [Arbejdstilsynets interne instruks om kortlægning og vurdering af EGA og EBA, IN-3-3, 2008 \(revideret 2015\)](#)