



판매종사자 – 근골격계질환



주요 위험 요인

근골격계질환



- 포장작업 시 단순반복작업에 의한 어깨와 손가락 통증

근골격계질환



- 과도한 운반작업으로 인한 허리 통증

근골격계질환



- 부적절한 작업자세로 인한 허리와 허벅지의 근육 손상



작업안전대책

근골격계질환 예방(포장)

- 교대근무를 통해 반복작업 최소화
- 적절한 휴식시간 부여 및 스트레칭 실시

근골격계질환 예방(적재)

- 올바른 운반작업 자세 확보
- 작업 전·후 스트레칭 실시

근골격계질환 예방(차량하역)

- 이동대차 등 도구를 이용한 중량물 운반
- 작업 전·후 스트레칭 실시



좋은 들기 자세



나쁜 들기 자세



작업 전·후 스트레칭 실시



재해사례개요

판매원이 물품을 운반하기 위하여 사전 준비운동없이 갑자기 무리하게 중량물을 들어 올리는 과정에서 허리부상을 당함

조심하세요! 혼자 무리한 양의 짐을 들지 말고 **이동대차 등 운반도구를 사용하세요!**

