



JOB AID

HAND

WRIST AND FINGER SAFETY

(GERMAN)

Schutz der Finger, Handgelenke und Hände

Um Verletzungen der Hände, Handgelenke und Finger zu vermeiden, müssen Sie bestimmte Gefahren erkennen können und mit ein paar einfachen Vorsichtsmaßnahmen vertraut sein.

Typische Verletzungen und Ursachen

Handgelenksbrüche werden am häufigsten dadurch verursacht, dass der Betreffende versucht, einen Sturz mit ausgestreckten Händen abzufangen. Außerdem können derartige Frakturen auftreten, wenn das Handgelenk zwischen zwei Objekten eingeklemmt wird.

Knochenbrüche an Händen und Fingern werden in der Regel dadurch verursacht, dass die Finger in einem Gegenstand steckenbleiben oder plötzlich verdreht werden. Auch das versehentliche Schlagen gegen einen Finger mit einem schweren Gegenstand wie einem Hammer oder einem Rohr kann zu einer Fraktur des Fingers führen.

Handverstauchungen finden statt, wenn die Bänder in Hand oder Handgelenk überdehnt werden und reißen. Diese Verletzungen können beim Abfangen eines Sturzes oder beim Handhaben schwerer Komponenten eintreten.

An den **Fingerspitzen** kann es zu vielen verschiedenen Arten von Verletzungen kommen: So können die Knochen im Finger brechen, die Weichteile des Fingers können reißen und der Fingernagel kann beschädigt werden. Beim Arbeiten mit scharfkantigen oder spitzen Teilen nimmt das Risiko von Verletzungen dieser Art weiter zu.

Riss- oder Schnittverletzungen können starke Blutungen verursachen und Nerven, Muskeln oder Sehnen durchtrennen. Zu Riss- oder Schnittverletzungen kann es kommen, wenn Sie beim Umgang mit scharfen Schneidwerkzeugen wie Messern oder Sägen unvorsichtig sind.

Eine **Nervenkompression** ist die Folge eines Anschwellens des Gewebes rund um einen Nerv, was zu einem Gefühlsverlust oder eventuell einem Kribbeln führen kann. Dieses Anschwellen des Gewebes kann von repetitiven Bewegungsabläufen verursacht werden.

Erkennen potenzieller Gefahren

- **Mechanische Gefahren** sind u. a. Risiken in Verbindung mit scherenden, rotierenden, quetschenden oder stechenden Komponenten
- **Umgebungsgefahren** sind u. a. Wärme, Funken, Kälte, raukantige Materialien, Elektrizität oder schwere Gegenstände
- Mögliche **Gefahren durch Körperkontakt** sind u. a. Chemikalien, Alkaline, Säuren und Lösemittel
- Eine **schlechte Ordnungshaltung** erhöht Ihr Verletzungsrisiko und umfasst u. a. herumliegende Werkzeuge, nicht ordnungsgemäß gelagerte Substanzen und unaufgeräumte Arbeitsbereiche

Schärfen Sie Ihr Bewusstsein für Geräte und Ausrüstungen, Energiequellen und Aktivitäten in Ihrem unmittelbaren Bereich. Halten Sie sich an die Verfahren Ihres Unternehmens, darunter die Wartungssicherungsverfahren und Gefährdungsbeurteilungen (JSAs).

LLC. Alle Rechte vorbehalten.

Verwenden Sie Ihre Finger oder Hände NICHT als Bürsten oder Besen. Vermeiden Sie jeden Kontakt mit Gefahren. Fassen Sie in KEINE Verdichter oder Ballenpressen. Wenn Sie nach etwas greifen müssen, was sich in einer Maschine befindet, tun Sie das mit einem genehmigten Stab oder Greifwerkzeug.

Weitere potenzielle Gefahren

Untersuchen Sie das verwendete Material auf Späne, schartige Kanten und Grate, die Schnitte oder andere oberflächliche Verletzungen zufügen können. (Feilen oder polstern Sie scharfe Kanten ab oder decken Sie sie mit Klebeband ab und tragen Sie schnittfeste Handschuhe, die einen zusätzlichen Schutz bieten.)

Bei der Verwendung von **Schneidwerkzeugen** müssen Sie sich an die von Ihrem Arbeitgeber vorgegebenen Praktiken halten, wozu auch das Tragen von schnittfesten Handschuhen und Ärmeln gehören kann.

Klemmstellen entstehen gewöhnlich da, wo zwei Metallgegenstände einander berühren, etwa beim Hantieren mit Druckgaszyllindern oder beim Arbeiten in der Nähe von ineinandergreifenden Zahnrädern, Rollen und Pressen.

Gefährliche Chemikalien (z. B. Ätzmittel) können Reinigungen und Verbrennungen verursachen (die Anweisungen des Arbeitgebers und der anzuwendenden Sicherheitsdatenblätter beachten).

Halten Sie sich bei möglichen Kontakten mit **Krankheitserregern** (z. B. Bakterien und Viren, insbesondere während einer ärztlichen Behandlung) an die Anweisungen des Arbeitgebers zur richtigen Handhabung und zu persönlichen Schutzausrüstungen.

Werkzeuge und Maschinen können wegen ihrer bewegten Teile besonders gefährlich sein.

Verwenden Sie Werkzeuge zu ihrem vorgesehenen Zweck und halten Sie sich an alle Schulungen Ihres Arbeitgebers zum sicheren Umgang mit Hand- und Elektrowerkzeugen. Stellen Sie sicher, dass die **Maschinenschutzvorrichtungen** angebracht sind. Stellen Sie sicher, dass die Ausrüstung ordnungsgemäß funktioniert. Sie müssen sich mit Ihrer Ausrüstung auskennen! Tragen Sie keine Schmuckstücke wie Uhren und Ringe oder lose Kleidungsarticle. Stützen Sie sich auf Ihr klares Urteilsvermögen, seien Sie auf alles vorbereitet und stecken Sie Ihre Hände nirgendwo hin, wo Sie nichts sehen können. Sichern Sie alle Materialien, bevor Sie sie mit Elektrowerkzeugen bearbeiten.

Bestimmen Sie „verborgene“ Gefahren, die zu Verletzungen führen können:

• Wiederholte Bewegungen

- Anspannung
- Von Handwerkzeugen ausgeübter Druck
- Schwingungen von Schleifmaschinen, Presslufthämmern und anderen vibrierenden Geräten

Unaufmerksamkeiten können schwerwiegende Fehler verursachen: Mangelnde Beachtung und Konzentration auf die Hände/Arbeitsaufgabe; Handgelenke und Finger in gefährlichen Bereichen und Verlust des festen Halts. Passen Sie auf, legen Sie bei Bedarf eine Pause ein und bitten Sie um Hilfe.

Ergonomische Faktoren

Repetitive Bewegungsabläufe, Vibrationen und Kontaktbelastungen können Ihren Händen, Handgelenken und Fingern schaden. Eine Exposition über Monate oder Jahre hinweg kann schwerwiegende Gesundheitsstörungen nach sich ziehen, z. B. das Karpaltunnelsyndrom.

Symptome einer übergroßen Anspannung oder eines zu großen Drucks auf Hände, Handgelenke und Finger sind Schmerzen, Taubheit, Pochen, Schwäche, Ungeschicklichkeiten und Verlust der Fingerfertigkeit.

Sie können das Verletzungsrisiko mindern, indem Sie für Abwechslung bei ihren Arbeitsaktivitäten sorgen, verschiedene Hand-, Handgelenks- und Fingerbewegungen durchführen und Elektrowerkzeuge statt Handwerkzeugen verwenden.

Gebrauch von Werkzeugen

Ein langer oder häufiger Gebrauch von Werkzeugen, die stark vibrieren, also z. B. Presslufthämmer oder Schleifmaschinen, kann zu Durchblutungsstörungen, eingeklemmten Nerven und überlasteten Sehnen führen. Legen Sie häufige Pausen ein und tragen Sie isolierte Handschuhe.

Handschuhe

Handschuhe fungieren als eine Barriere zwischen Ihnen und einer Gefahr, wenn Sie diese auf keine andere Weise beseitigen können.

Verschiedene Arten von Handschuhen bieten einen verschiedenen Grad des Schutzes vor Chemikalien, Wasser, Hitze, Druck, Schwingungen, Schmutz und Schnittverletzungen.

Ihr Arbeitgeber entscheidet auf der Basis der Angaben in den Sicherheitsdatenblättern und der Ergebnisse von Gefährdungsbeurteilungen, welche Handschuhe Sie am besten vor eventuell anzutreffenden Gefahren schützen. Wenn Sie Fragen dazu haben, welche Handschuhe Sie tragen sollten, stellen Sie diese bitte.

Waschen Sie sich nach jeder potenziellen Exposition, nach dem Ausziehen von Handschuhen, vor dem Essen, Trinken oder Rauchen und bevor Sie Ihr Gesicht berühren, die Hände.

Andere beim Tragen von Handschuhen zu berücksichtigende Faktoren:

- Länge (manche Handschuhe schützen Handgelenke und Unterarme, etwa bei Schweißern)
- Handschuhe müssen richtig passen:
 - Wenn sie zu groß sind, können sie sich in bewegten Teilen verfangen ○ Wenn sie zu klein sind, sind sie unbequem und nutzen sich zu schnell ab

Sie sollten sich auch darüber im Klaren sein, dass Sie in bestimmten Situationen KEINE Handschuhe tragen sollten. Manche Maschinen können einen Handschuh ergreifen und die Hand in rotierende Teile hineinziehen.

Da jeder Handschuh bestimmte schützende Eigenschaften und Anwendungsgrenzen aufweist, beraten Sie sich mit Ihrem Arbeitgeber bei der Auswahl des für die jeweilige Arbeit richtigen

LLC. Alle Rechte vorbehalten.
Hand- und Armschutzprodukts. Ihr Arbeitgeber berät Sie bezüglich der Pflege, Wartung und Lagerung von Handschuhen.

Untersuchen Sie wiederverwendbare Handschuhe auf Mängel wie Risse oder Löcher, und beachten Sie die Verfahren Ihres Arbeitgebers dafür, wie sie aus dem Verkehr zu ziehen, zu ersetzen oder zu entsorgen sind.

OSHA Outreach Courses