

Toolbox

Trillingen

Trillingfrequentie wordt uitgedrukt in Hertz [Hz].

Gevolgen

Bij extreme trillingen kunnen organen en gewrichten beschadigen.

Bij lage intensiteit kunnen trillingen leiden tot extra vermoeidheid.

Het menselijk lichaam is het meest gevoelig voor trillingen tussen de 2 en 10 Hz.

Intensieve trillingen in hand en arm veroorzaken beschadigingen van bloedvaten, gewrichten in de vingers en de hand en de huid. Witte vingers wijzen vaak op tijdelijke of blijvende schade.

Vooraf trillingen in het gebied van 4 tot 8 Hz kunnen zeer schadelijk zijn:

- 4 tot 9 Hz kans op algemeen onwel zijn
- 13 tot 20 Hz hoofdpijn
- 4 tot 14 Hz buikpijn

Maatregelen tegen blootstelling

Schokken bij de bron aanpakken.

Demping en isolatie.

Gedempte handvaten op handgereedschappen.

Verlengen trillingsweg door vergroten afstand bron - mens.

Andere technieken toepassen.

Afwisselen werkzaamheden.