

## Lebensmittelhandel und -verarbeitung

### Auslieferung an Privatkunden – Belastungen beim Heben und Tragen

Mittlerweile können Privatkunden bei vielen Lebensmittelhändlern online Lebensmittel bestellen und bezahlen. Die Lebensmittel werden den Kunden direkt nach Hause geliefert; die Auslieferer fahren arbeitstäglich fünfzehn bis zwanzig Haushalte an. Dabei kommt es zu folgenden typischen Tätigkeiten:

- das Auslieferungsfahrzeug am Lager mit fertig kommissionierter Ware beladen
- gemäß Tourenplan zu den Kunden fahren
- Waren bei Kunden entladen und in die Wohnungen tragen
- Leergut zurückführen
- Leergut zum Tourenende am Lager entladen

Die Auslieferung ist eine manuelle Tätigkeit; als Transporthilfsmittel werden Sackkarren eingesetzt. Das Auslieferungspersonal hebt und trägt dabei täglich etwa 600 kg Waren und Leergut von Hand. Zum Teil ergeben sich lange Tragewege, auch über Treppen: im Einzelfall Strecken von bis zu 40 m;

im Mittel rund 20 m. Die Lastgewichte variieren personenbezogen durch die Bildung von Trageeinheiten zwischen 5 und 36 kg; das Durchschnittsgewicht liegt bei ca. 16 kg pro Tragevorgang. Getränkelieferungen bilden dabei den Hauptlastanteil.

#### Gefährdungen

- Belastungen durch das Heben und Tragen von Lasten, insbesondere der Rückenmuskulatur, der Bandscheiben, der Bänder und der Wirbelkörper.
- schmerzhafte Verspannungen und Einschränkungen der Beweglichkeit durch unzureichende Erholung der Rückenmuskulatur bei häufiger, hoher Belastung
- Belastungen des Herz-Kreislauf-systems
- verstärkte altersbedingte Abnutzung der Wirbelsäule in Form von Bandscheibenschäden bei langjährigen, sehr hohen berufsbedingten Belastungen



## Expositiondatenblatt »Heben und Tragen bei der Lebensmittelauslieferung« der BGHW

Tätigkeit:	Auslieferung von Lebensmittelbestellungen an Endkunden
Datengrundlage:	Erhebungen aus den Jahren 2007 bis 2013 und 2016: Belieferung von privaten Endkunden mit Lebensmitteln durch Auslieferungsfahrerinnen und -fahrer Die Ergebnisse wurden mit der Leit-Merkmal-Methode (LMM) bewertet.
Punktwert nach LMM:	für Frauen: 46 für Männer: 40
Ergebnis der LMM:	Risikobereich 2, Punktwert 20 bis < 50
Bewertung:	Es besteht eine erhöhte Belastung. a) Körpliche Überbeanspruchung ist bei vermindert belastbaren Personen möglich. b) Ermüdung, geringgradige Anpassungsbeschwerden, die in der Freizeit kompensiert werden können.

### Maßnahmen

Belastungen für die Beschäftigten lassen sich beispielsweise durch folgende Maßnahmen reduzieren:

- Sackkarren und/oder andere Transporthilfen zur Verfügung stellen
- geeignete Fahrzeuge einsetzen, zum Beispiel Fahrzeuge mit niedriger Ladekante (Transporter mit geeigneten Aufstiegen) oder Hubladebühne (LKW)
- das Lieferangebot beim Getränkeliferservice so gestalten, dass ausschließlich leichte PET-Flaschen geliefert werden
- maximale Getränkebestellmenge festlegen



Sackkarren und andere Transporthilfen erleichtern den Transport zum Kunden



### Weitere Informationen

- DGUV-Information 208-033: »Muskel-Skelett-Belastungen – erkennen und beurteilen«
- DGUV-Information 208-033: Belastungen für Rücken und Gelenke – was geht mich das an? hier S. 13: Ablaufplan: Gefährdungsbeurteilung bei Belastungen des Rückens und der Gelenke
- DGUV-Information 208-033: Belastungen für Rücken und Gelenke – was geht mich das an? hier Anhang 1: Orientierende Gefährdungsbeurteilung bei Belastungen des Muskel-Skelett-Systems
- DGUV-Information 240-460: Handlungsanleitung für die arbeitsmedizinische Vorsorge nach dem Berufsgenossenschaftlichen Grundsatz G 46: Belastungen des Muskel- und Skelettsystems einschließlich Vibrationen
- Website [www.baua.de](http://www.baua.de); Suchbegriffe »Leitmerkmalmethoden Heben, Halten und Tragen von Lasten«, »Ziehen und Schieben« sowie »Manuelle Arbeitsprozesse«
- BGHW-App: Gefährdungsbeurteilung online; die Leitmerkalmethode ist z. B. hier hinterlegt