

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.
- schmerzhaftes Verspannen und Einschränkungen der Beweglichkeit durch unzureichende Erholung der Rückenmuskulatur bei häufiger, hoher Belastung
- Belastungen des Herz-Kreislaufsystems
- verstärkte altersbedingte Abnutzung der Wirbelsäule in Form von Bandscheibenschäden bei langjährigen, sehr hohen berufsbedingten Belastungen



Expositionsdatenblatt »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) Körperliche 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 Getränkelieferservice 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; 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