

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

RSI VAN DE BOVENSTE LEDEMATEN

De blauw gedrukte tekst geeft uitleg, voorbeelden om de vragen beter te begrijpen en ze correct te stellen gedurende het interview

Analist: Datum:

1. Bedrijf:

2. Werkplek:

3. Volnummer:

ALGEMENE KENMERKEN

4. Leeftijd: (jaar)
5. Gewicht: (kg)
6. Lengte: (cm)
7. Geslacht : man⁰ vrouw¹
8. Bent u linkshandig⁰ rechtshandig¹

Indien de persoon niet kan antwoorden, vragen met welke hand hij schrijft.

9. Rookt u? NEEN⁰ VROEGER¹ JA²
(meer dan 6 maanden geleden gestopt)
10. Doet u aan sport (min. 1x/week): NEEN⁰ JA¹
11. Zo JA, beoefent u een sport waarbij u vooral uw armen gebruikt (raketsporten, ...):

Voor seizoensgebonden sporten, zoals bijvoorbeeld tennis, die tijdens het seizoen 1 tot 2x/week beoefend worden, gaat het om de frequentie tijdens het seizoen en niet om het gemiddelde van de afgelopen 12 maanden.

- NEEN⁰ <1 x/week¹ ≥ 1 x/week²
12. Beoefent u hobby's of vrijetijdsactiviteiten die een lichamelijke inspanning vergen (knutselen, verbouwen, tuinieren, breien, haken, huishoudelijk werk, ...)

Onder hobby's vallen alle vrijetijdsactiviteiten met uitzondering van sport, dat in de vorige vraag behandeld is. Het gaat om een gemiddelde over een heel jaar. Als de inspanningen de afgelopen maanden extra frequent gedaan werden of extra zwaar waren (b.v. elk weekend verbouwing van een weekendhuisje, hout kappen, ...), moet hiermee rekening worden gehouden en moet >5 uur/week worden aangeduid.

- helemaal niet⁰ < 5 uur/week¹ > 5 uur/week²

MEDISCHE VOORGESCHIEDENIS

Gedurende de voorbije 12 maanden:

Het betreft hier de algemene gezondheidstoestand van de werknemer tijdens de afgelopen 12 maanden, niet zijn toestand op de dag van het interview. Gesteld dat de persoon zwaar verkouden is op die dag, hoeft daar geen rekening mee te worden gehouden, hij moet ondervraagd worden over het gehele jaar.

13. Hoe vond u uw gezondheid uitstekend⁰ goed¹ middelmatig² slecht³
14. Had u een ziekte of gezondheidsproblemen waarvoor u regelmatig medicijnen moest nemen? NEEN⁰ JA¹
15. Raadpleegde u een geneesheer of een psycholoog voor depressie? NEEN⁰ JA¹
16. Bent u de voorbije 12 maanden afwezig geweest? NEEN⁰ JA¹
- Indien JA, om welke reden?

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de ELLEBOGEN ?

37.	gedurende de voorbije 12 maanden	rechterelleboog	NEEN ⁰	JA ¹
38.		linkerelleboog	NEEN ⁰	JA ¹
39.	gedurende de voorbije 7 dagen	rechterelleboog	NEEN ⁰	JA ¹
40.		linkerelleboog	NEEN ⁰	JA ¹

Indien JA gedurende de voorbije 12 maanden:

41.	<i>intensiteit van de hinder:</i>	rechts	een beetje pijnlijk ¹	nogal pijnlijk ²	zeer pijnlijk ³
42.		links	een beetje pijnlijk ¹	nogal pijnlijk ²	zeer pijnlijk ³
43.	<i>duur van de hinder:</i>	rechts	verdwijnt ¹ na ± 2 uur	verdwijnt ² de volgende dag	blijft langer ³
44.		links	verdwijnt ¹ na ± 2 uur	verdwijnt ² de volgende dag	blijft langer ³
45.	<i>frequentie van de hinder:</i>	rechts		<1 keer per week ¹	>1
			keer per week ²		
46.		links	<1 keer per week ¹	>1 keer per week ²	
47.	<i>aard van de hinder:</i>	rechts:		
48.		links:		

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak, tintelingen, hinder) gehad ter hoogte van de POLSEN/HANDEN?

49.	gedurende de voorbije 12 maanden	rechterpols	NEEN ⁰	JA ¹
50.		linkerpols	NEEN ⁰	JA ¹
51.	gedurende de voorbije 7 dagen	rechterpols	NEEN ⁰	JA ¹
52.		linkerpols	NEEN ⁰	JA ¹

Indien JA gedurende:

53.	<i>intensiteit van de hinder:</i>	rechts	een beetje pijnlijk ¹	nogal pijnlijk ²	zeer pijnlijk ³
54.		links	een beetje pijnlijk ¹	nogal pijnlijk ²	zeer pijnlijk ³
55.	<i>duur van de hinder:</i>	rechts	verdwijnt ¹ na ± 2 uur	verdwijnt ² de volgende dag	blijft langer ³
56.		links	verdwijnt ¹ na ± 2 uur	verdwijnt ² de volgende dag	blijft langer ³
57.	<i>frequentie van de hinder:</i>	rechts		<1 keer per week ¹	>1 keer per week ²
58.		links		<1 keer per week ¹	>1 keer per week ²
59.	<i>aard van de hinder:</i>	rechts:		
60.		links:		

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de LAGE RUG ?

61.	gedurende de voorbije 12 maanden	NEEN ⁰	JA ¹
62.	gedurende de voorbije 7 dagen	NEEN ⁰	JA ¹

SOMATISCHE KLACHTEN	Æ zelden of nooit	☺ soms (1 x /maand)	☹ vaak (1 x /week)	☹☹ altijd (meer- maals/week)
63. Heeft u hoofdpijn?	1	2	3	4
64. Is uw polsslag te snel of onregelmatig?	1	2	3	4
65. Bent u duizelig?	1	2	3	4
66. Bent u misselijk?	1	2	3	4
67. Voelt u pijn in de borst, druk of een gewicht op de borst?	1	2	3	4
68. Heeft u maagpijn?	1	2	3	4
69. Heeft u slaapstoornissen?	1	2	3	4
70. Voelt u zich abnormaal vermoeid, zelfs na een goede nachtrust?	1	2	3	4

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

HUIDIGE WERKPLEK

71. Hoe lang werkt u al in het bedrijf? jaar

72. Hoe lang werkt u al op uw huidige werkplek? jaar

Vergt uw arbeid gewoonlijk

73. hefinspanningen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

Het is de mening van de werknemer die van belang is.

Toch kan een indicatie gegeven worden:

- *geen: werken met een pen of zonder last*
- *lichte of matige: werken met een last van minder dan 30 kg. Er moet een afweging worden gemaakt tussen de frequentie en de intensiteit.*
- *zware: een last van meer dan 30 kg*
b.v.: meermaals per dag een zak cement heffen = zwaar
2000 stenen per dag heffen = zwaar door de hoge frequentie

74. inspanningen van de polsen/handen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

- *geen: helemaal niet zwaar of groot*
- *lichte: vrij zwaar of groot*
- *matige: zwaar of groot*
- *zware: heel zwaar of groot*

75. statische inspanningen van de armen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

Statische inspanningen zijn inspanningen waarvoor de gewrichten niet hoeven te bewegen (b.v. het invoeren van gegevens vergt een statische inspanning van de nek, de schouders en de armen).

Vergt uw arbeid

76. herhaalde identieke bewegingen? nooit¹ soms² vaak³ altijd⁴

De herhaling betreft vooral de bewegingen uitgevoerd door de polsen/handen. "Altijd" stemt overeen met bandwerk, met werk aan een assemblagelij, waarbij de cycli vrij kort zijn. De werknemer staat slechts aan één post.

Indien de werknemer op meerdere posten repetitief werk verricht maar met verschillende bewegingen, moet het antwoord "vaak" worden gekozen.

77. het gebruik van trillende werktuigen? nooit¹ soms² vaak³ altijd⁴

78. oncomfortabele houdingen van de armen? nooit¹ soms² vaak³ altijd⁴

79. Voelt u aan het einde van de werkdag een ernstige vermoeidheid ter hoogte van de polsen/handen als gevolg van uw werk?

Het gaat wel degelijk om vermoeidheid van de polsen/handen en NIET om een algemene vermoeidheid.

NEEN⁰ <1x/week¹ >1x/week²

VORIGE WERKPLEKKEN

80. Welke waren uw vorige werkplekken?

1.	duur:	jaren
2.	duur:	jaren
3.	duur:	jaren
4.	duur:	jaren

De volgende vragen betreffen de meest recente werkplek (vóór de huidige). Indien op de meest recente werkplek slechts korte tijd gewerkt werd, en de werkplek daarvoor uitzonderlijk belastend was, moeten de vragen worden beantwoord voor die uitzonderlijk belastende werkplek.

Vergde uw arbeid gewoonlijk

81. hefinspanningen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

82. inspanningen van de polsen/handen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

83. statische inspanningen van de armen? geen¹ lichte² matige³ zware⁴

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

Vergde uw arbeid					
84. herhaalde identieke bewegingen?	nooit ¹	soms ²	vaak ³	altijd ⁴	
85. het gebruik van trillende werktuigen?	nooit ¹	soms ²	vaak ³	altijd ⁴	
86. oncomfortabele houdingen van de armen?	nooit ¹	soms ²	vaak ³	altijd ⁴	
87. Voelde u aan het einde van de werkdag een ernstige vermoeidheid ter hoogte van de polsen/handen als gevolg van uw werk?	NEEN ⁰	<1x/week ¹	>1x/week ²		
MAXIMALE GRIJPKRACHT					
	Poging 1	Poging 2	Poging 3	Gemiddelde (kg)	
88. VMK rechts					
89. VMK links					
MAXIMALE HOEKBEWEGING					
RECHTERPOLS		Graden	LINKERPOLS		Graden
90. ulnaire deviatie			91. ulnaire deviatie		
92. radiale deviatie			93. radiale deviatie		
94. extensie			95. extensie		
96. flexie			97. flexie		
WAARNEMING EN BEOORDELING ARBEIDSOMSTANDIGHEDEN					
<i>In deze rubriek worden over elk thema 2 vragen gesteld:</i>					
<ul style="list-style-type: none"> • <i>een vraag over het aanvoelen van de werksituatie</i> • <i>een vraag over de appreciatie van de werksituatie, die voor elk thema dezelfde is:</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 = ☹☹ <i>helemaal niet</i> ▪ 2 = ☹ <i>niet echt</i> ▪ 3 = ☹ <i>geen mening</i> ▪ 4 = ☺ <i>tamelijk goed</i> ▪ 5 = ☺☺ <i>heel erg</i> 					
98. Moet u zich haasten om uw werk te doen?					
	Geen mening ¹	Helemaal niet ²	Een beetje ³	Vrij veel ⁴	Veel ⁵
99. Hoe bevalt u dat?					
	1 = ☹☹	2 = ☹	3 = ☹	4 = ☺	5 = ☺☺
100. Mag u even stoppen en pauzeren wanneer u dat wenst (buiten de voorziene pauzes)?					
	Geen mening ¹	Helemaal niet ²	Een beetje ³	Vrij veel ⁴	Veel ⁵
101. Hoe bevalt u dat?					
	1 = ☹☹	2 = ☹	3 = ☹	4 = ☺	5 = ☺☺
102. Maakt u overuren?					
	Geen mening ¹	Helemaal niet ²	Een beetje ³	Vrij veel ⁴	Veel ⁵
103. Hoe bevalt u dat?					
	1 = ☹☹	2 = ☹	3 = ☹	4 = ☺	5 = ☺☺

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

104. Werkt u geïsoleerd op uw werkplek (zonder collega's in de buurt of zonder dat u met hen kan praten door het lawaai of om andere redenen)?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
105. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
106. Helpen u en uw collega's elkaar bij het werk?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
107. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
108. Zijn er problemen met het gereedschap, de machines of het softwareprogramma (pannes, fabricagefouten)?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
109. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
110. Is uw werk monotoon (steeds routinehandelingen)?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
111. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
112. Bent u autonoom (zelfstandig, vrij) in uw werk?
- De persoon is autonoom als hij zelf kan beslissen hoe hij zijn werk doet, hoe hij zijn tijd indeelt enz. Hij is helemaal niet autonoom als hij van een machine afhangt (b.v. bij bandwerk).*
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
113. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
114. Is uw werk fysiek vermoeiend?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
115. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
116. Is uw werk mentaal vermoeiend (vraagt het veel aandacht, concentratie)?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
117. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
118. Is uw baan bedreigd om economische redenen? (werkzekerheid)
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
119. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺
120. Als u fouten maakt, kan dat dan grote gevolgen hebben: stopzetten van de productie, definitief afkeuren van een product, zware problemen voor machines of mensen?
- Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵
121. Hoe bevalt u dat?
- 1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

122. Wordt uw werk gecontroleerd?

Geen mening¹ Helemaal niet² Een beetje³ Vrij veel⁴ Veel⁵

123. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

124. Bevalt uw relatie (verstandhouding) met uw collega's u?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

125. Bevalt uw relatie met uw oversten u?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

126. Bent u tevreden over uw huidige job?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

127. Bent u gespannen?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

128. Bent u gestresseerd?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺