

Arbocatalogus pkgv-industrie

Inrichting arbeidsplaats

Bijlage 8

KANS-opbouw

KANS (Klachten aan Arm, Nek en/of Schouder) of RSI (Repetitive Strain Injuries), maar ook pijnklachten aan bijvoorbeeld onderrug en benen kunnen ontstaan door een verkeerde werkhouding.

KANS (of RSI) is een aandoening die tot uiting kan komen in pijnklachten aan bijvoorbeeld nek, armen, polsen of handen. In onderstaande tabel wordt in drie fasen weergegeven hoe klachten zich kunnen ontwikkelen als door werknemer en werkgever geen maatregelen genomen worden.

Fasen KANS	Klachten lokaliseerbaar?	Omschrijving
Fase 1	Het is duidelijk aan te wijzen waar de pijn zich bevindt	<ul style="list-style-type: none">• Duidelijke relatie oorzaak – pijn;• Pijn tijdens of vlak na lang of stressvol werken;• Pijn voelt als vermoeidheid of kramp.
Fase 2	De pijn straalt ook uit naar andere lichaamsregio's.	<ul style="list-style-type: none">• Minder duidelijke relatie oorzaak – pijn;• Pijn bij allerlei taken; houdt langer aan;• Nauwkeurig werk lastig; krachtsverlies;• Ook 's avonds en 's nachts pijn.
Fase 3	De pijn is deels lokaliseerbaar, maar is ook diffuus over grotere gebieden aanwezig.	<ul style="list-style-type: none">• Pijn is (vrijwel) altijd aanwezig;• Pijn ook bij niet bewegen;• Zwellingen, verandering van kleur of temperatuur;• Pijn voelt aan als een 'lamme arm', als zware vermoeidheid of als tintelingen.

Tabel 1 Opbouw KANS