

Løft udført af to personer

Hvis to personer skal løfte et emne fra lav højde, er der her nogle tips til, hvordan I gør det bedst muligt. Hvis I jævnlig udfører to personers løft, skal I vurdere, hvilket teknisk hjælpemiddel, der skal bruges. Husk, at der kan være en ulykkesrisiko, når to personer løfter et emne sammen. Husk, at belastningen af kroppen bl.a. afhænger af emnets vægt, rækkeafstanden, og hvor mange emner I håndterer. Er I i tvivl, så tæk Arbejdstilsvnets vejledning om løft.



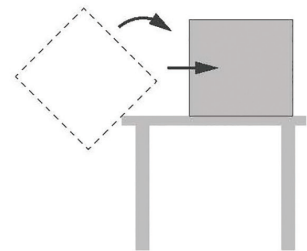
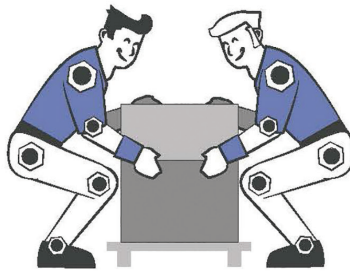
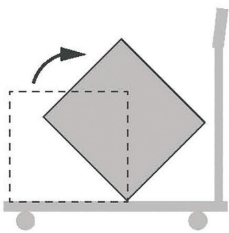
Gå så tæt på emnet som muligt. Vip emnet for at få et højere grebspunkt.



Bøj i hofte og knæ og løft med ret ryg.



Sæt emnet på kanten og skub det på plads.



HUSK

- ➔ Når I er to om at løfte, så aftal hvem der styrer løftet, og hvilke kommandoer I bruger, fx "1-2-3" eller "vi løfter NU".
- ➔ Det er bedst, hvis I har samme højde og styrke.
- ➔ Vip emnet for at få et højere grebspunkt.
- ➔ Bøj i knæ og hofter, når I skal løfte og hold ryggen ret.
- ➔ Løft tæt på og midt for kroppen.

