

Obsah

Úvod 4

1. Historie vývoje ergonomie	6
2. Ergonomie jako multidisciplinární obor	8
3. Práce a její náročnost	14
3.1 Energetická náročnost práce	14
3.2 Pracovní výkon a pracovní zátěž člověka	25
3.3 Následky pracovní zátěže na zdraví	26
4. Působení rizikových faktorů	29
4.1 Rizikové faktory pracovního prostředí.....	29
4.2 Mikroklimatické podmínky	30
4.3 Hluk.....	40
4.4 Vibrace.....	42
4.5 Osvětlení a zraková zátěž	44
4.6 Psychická zátěž.....	50
4.7 Kumulativní působení faktorů pracovního prostředí	52
5. Pracovní místo	55
5.1 Ergonomie pracovního místa	55
5.2 Faktory charakterizující pracovní místo	56
5.3 Hodnocení ergonomických požadavků a pracovních podmínek	74
6. Manipulace s břemeny	81
6.1 Zátěž při manipulaci s břemeny	81
6.2 Zásady správné manipulace s břemeny	84
6.3 Preventivní opatření pro práci s břemeny	86
7. Zdravotní obtíže a nemoci z povolání	89
7.1 Muskuloskeletální onemocnění.....	89
7.2 Syndrom karpálního tunelu	91
8. Závěr	95
9. Literatura	96
10. Další doporučená literatura	101
Příloha 1: Ergonomické hodnocení práce s počítačem – kontrolní list	103
Příloha 2: Metoda profesiografie – kontrolní list	106
Příloha 3: Metoda ergonomického hodnocení stroje – klasifikační tabulky	115