

Koetoiminta ja käytäntö

Liite 20.10.2003 60. vuosikerta Numero 3 Sivu 15

Lypsytyö kevenee

Merja Perkiö-Mäkelä, Kuopion aluetyöterveyslaitos ja Henna Hentilä, Kuusamon kaupunki, Kuusamon toinen aste: ammatti-instituutti ja lukio.

Lypsyasemalla lypsäminen on kevyttä työtä, ruokintatyöt ja parsien puhdistus puolestaan keskiraskasta työtä.

Lypsytyössä ja lehmien ruokinnassa oli vähän hankalia työasentoja. Sen sijaan vasikoiden ruokinnassa ja parsien puhdistuksessa selän kumaria työasentoja oli lähes joka kolmannella. Niska-hartiaseudun rasitusta oli varsinkin naisilla.

Suurin ero lypsyasemalla ja parressa lypsetäessä on selän asennossa. Lypsyasemalla maatalousyrittäjän selkä oli lähes aina suora, kun taas parressa lypsetäessä selän kumaria asentoja on tutkimusten perusteella runsaasti. Selkää rasittaa vähintään suora asento.

Lypsyssä selän asento on suora

Pihattonavetassa lypsyn alku ja -lopputöissä esiintyneitä kumaria selän asentoja voisi ennalta ehkäistä käyttämällä jo olemassa olevia työtasoja. Esimerkiksi lypsyasemalla työskenneltäessä lypsymontun reuna on hyvä työtaso, jota voisi hyödyntää enemmänkin eri työtehtävissä. Lisäksi lypsymontussa olisi hyvä säilyttää lypsyvälineitä lypsyvaunussa. Lypsyliinoja sisältävän sangon voisi asettaa korkean jakkaran päälle, jolloin selän kumarilta asennoilta vältyttäisiin tavaroita käsiteltäessä Lypsyn lopputöissä, etenkin aseman pesussa, painepesuria käyttäneillä selkä oli yleisemmin suora kuin vesiletkulla pestäessä. Niinpä painepesurilla voidaan ehkäistä selkään kohdistuvaa haitallista kuormittumista.

Ranteet rasittuvat edelleen

Ranteen ojentajalihakset rasittuivat lypsyssä erityisesti naisilla. Viljelijät sanoivat kiinnittävänsä usein huomiota työasentoihinsa ja -liikkeisiinsä, mutta ranteen asento vaatii vielä erityishuomiota. Erityisesti utareiden pyyhinnässä ja lypsin kiinnittämisessä ranne taipuu helposti. Maatalousyrittäjän tulisi pyrkiä pitämään ranne mahdollisimman suorana eri työvaiheissa ja käyttää tasapuolisesti molempia käsiä. Lisäksi pienet tauot ja käsien kevyt ravistelu työn lomassa rentouttavat lihaksia.

Vasikoiden ruokinta ja parsien puhdistus raskasta

Vasikoiden ruokinnassa ja parsien puhdistustöissä oli kohtuullisen paljon selän kumaria asentoja. Vasikoiden juomat valmistettiin ja juoma-astiat pestiin pääosin lattiatasossa, jolloin vaihtoehtona on kumartaa selästä tai

joustaa jaloista. Työtasojen hankinta vasikoiden juoman valmistukseen ja astioiden pesuun olisi kannatettavaa monella tilalla.

Parsien puhdistustyö luokiteltiin mittausten perusteella keskiraskaaksi työksi. Lisäksi lannan ja kuivikkeiden kolaus koettiin yleisimmin rasittavimmaksi työvaiheeksi. Parsien puhdistuksessa ja kuivittamisessa lähes joka kolmannen työntekijän (?) selkä oli kumara, kiertynyt tai kumara ja kiertynyt. Myös yläraajojen kohoasennot olivat tavallisia. Lantakolassa tulisi olla riittävän pitkä varsi, jotta työskentely selkä suorana olisi mahdollista. Otteen varresta tulisi olla hartiatason alapuolella. Lyhytvartisen lapion käyttö parsien puhdistuksessa ohjaa selän kumariin työasentoihin. Useimmat maatalousyrittäjät kantoivat kuivikkeet saaveissa navettaan. Toimiva ratkaisu näytti olevan se, että kuivikkeet siirrettiin navettaan suuremmissa erissä esimerkiksi pientraktorilla tai levitettiin parsiin kuivikekasasta.

Hiehojen ruokinta oli tutkituista työvaiheista rasittavin. Tämä johtunee pääosin siitä, että useimmilla tiloilla hiehot oli sijoitettu vanhaan navettarakennukseen ja ruokintatöitä ei oltu koneellistettu toisin kuin lehmien ruokinta.

Maatalousyrittäjät kokivat eniten kuormitusta oikean puolen niska-hartiasseudussa iltanavetan jälkeen. Oikean käden käyttö voi selittää rasituksen voimakkuuden oikealla puolen. Molempien käsien tehokkaampi käyttö eri työvaiheissa vähentäisi oikealle puolen kohdistuvaa kuormitusta.

Lisätietoja: merja.perkio-makela@ttl.fi
puh. (017) 201 211

Merja Perkiö-Mäkelä



Tarvikkeet löytyvät kätevästi vaunusta.