



# Käsiin kohdistuva tärinä

Tiedote työpaikalle ja työterveyshuoltoon



Altistuminen käsiin kohdistuvalle tärinälle voi aiheuttaa ammattitauteja ja muita terveyshaittoja. Tämän tiedotteen tarkoituksena on edistää työolojen terveellisyyttä ja turvallisuutta ja antaa lisätietoa työntekijöiden altistumista vähentävistä toimista.



## Ohjausta työterveyshuollosta

Suosittelemme tiivistä yhteistyötä työterveyshuoltonne kanssa kaikissa sairastumisiin, oireiluun, suojautumiseen ja työympäristöön liittyvissä asioissa. Työturvallisuuslain (738/2002) mukaan työnantaja on velvollinen suorittamaan riskinarvioinnin ja tekemään riittävät toimenpiteet riskien torjumiseksi. Työterveyshuolto toimii asiantuntijana työn terveellisyyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa. Sen tulee tehdä työpaikkaselvitys, jossa työn terveysvaikutukset arvioidaan.



Työterveyshuollon tulee kiinnittää huomiota tärinäaltistumiseen, oireisiin ja oireilevien henkilöiden seurantaan. Terveystarkastukset tulee tehdä riskinarviointiin perustuen yleensä 1-3 vuoden välein.



Mikäli tarvitsette lisätietoja, työpaikkamittauspalveluita tai apua altistumista ehkäiseviin toimenpiteisiin, voitte ottaa yhteyttä Työterveyslaitoksen asiantuntijoihin, linkki ja yhteystiedot alla.  
**Helsinki:** erikoistytöhygienikko Erko Airo  
**Oulu:** erikoistytöhygienikko Ville Hyvärinen  
**Tampere:** erikoistytöhygienikko Marko Ikaheimo  
**Turku:** tutkija Riikka Helenius

## Altistuminen

Tärinäaltistumista aiheuttavat sahaavat, iskevät tai tärisevät koneet ja työkalut, joiden värähtelevä liike siirtyy työkalusta käsiin. Tärinälle altistavia työvaiheita esiintyy tyypillisesti mm. rakennus-, kaivos- ja metsäteollisuudessa sekä konepaja-teollisuudessa.

## Terveysvaikutukset

Monet käsityökalut voivat aiheuttaa tärinää siinä määrin, että siitä voi seurata käsien verenkiertoon tai hermostoon liittyviä oireita, kuten sormien pistelyä ja tunnottomuutta, valkosormisuutta ja puristusvoiman heikkenemistä. Työterveyslaitoksen tutkimuksissa todetaan vuosittain kymmeniä käsiin kohdistuvan tärinän aiheuttamia ammattitauteja. Käsien tunnottomuus ja puristusvoiman puute lisäävät myös onnettomuusriskiä etenkin työskennellessä hartialinjan yläpuolella.

## Haittojen vähentäminen

Terveyshaittojen torjumiseksi on tärkeää, että käsiin kohdistuvaa tärinää selvitetään ja sitä pyritään rajoittamaan niin kuin valtioneuvoston asetus työntekijöiden tärinälle altistumisesta edellyttää (VNa 48/2005). Altistumista voidaan vähentää mm. siirtymällä vähemmän täriseviin työkaluihin, tauottamalla työtä ja rajoittamalla tärisevien työkalujen käyttöaikaa. Tärinän aiheuttamista terveyshaitoista ja altistumisen vähentämisestä saatte tarvittaessa tietoa sivulta [www.ttl.fi/tyoymparisto/altisteet/tarina/](http://www.ttl.fi/tyoymparisto/altisteet/tarina/) sekä Tärinän haittavaikutukset -tietokortista sivulta [www.ttl.fi/tietokortit/](http://www.ttl.fi/tietokortit/); näistä lähteistä löytyy linkejä myös muihin tiedonlähteisiin.