

## Prolonged Standing Strain Index

**PSSI = houding x spieractiviteit x staduur x houden duur x trillingen x omgeving**

Houding	heel veilig	1	REBA	1
	veilig	2		2-3
	beetje onveilig	3		4-7
	onveilig	244		8-10
	heel onveilig	244		11-15

Spieractiviteit	licht vermoeiend	1	Rodgers	neutrale houding, <6s, <1x/min
	redelijk vermoeiend	3		slechte houding, 6-20", 1-5x/min
	vermoeiend	244		slechte houding + kracht 20-30", >5-15x/min
	extreem vermoeiend	244		slechte houding + kracht >30", >15x/min

Staduur	veilig	1	Arbo	<1u continu en <4u in totaal
	licht onveilig	3		>1u continu of >4u in totaal
	onveilig	244		>1u continu en >4u in totaal

Houden duur	comfortabel	1	10'	werkhoogte: 50-125% schouderhoogte reikafstand: 25-50% maximum
	redelijk comfortabel	3	5-10'	werkhoogte: 50-125% schouderhoogte reikafstand: 75-100% maximum
	redelijk oncomfortabel	244	5'	werkhoogte: <25% of >150% schouderh reikafstand: 25-100% maximum

Trillingen	comfortabel	1	WBV	<0,32 m/s <sup>2</sup>
	beetje oncomfortabel	3		0,32-0,63
	redelijk oncomfortabel	3		0,5-1,00
	oncomfortabel	244		0,8-1,60

Omgeving	gezond	1	DOSH	
	ongezond	244		

PSSI	1 - 2	veilig
	3 - 243	licht onveilig, verder onderzoek of verbetering nodig
	244 en meer	onveilig, onmiddellijk verbetering nodig