

Krav til fysisk arbeidsmiljø i omsorgsboliger og sykehjem

I pleie- og omsorgsarbeid viser det seg ofte at det er beregnet for liten plass til gode arbeidsstillinger, teknikker eller hjelpemidler. Dette er det viktig å forutse allerede når et bygg planlegges.

Uheldige arbeidsstillinger er ikke uvanlig ved pleie av personer i seng, ved forflytning, i forbindelse med hjelp til personlig hygiene og ved toalettbesøk. Nok plass til gode arbeidsstillinger og hjelpemidler er derfor viktig å forutse allerede når et bygg planlegges. Dette må dokumenteres i søknad om Arbeidstilsynets samtykke.

Institusjoner (også boenheter) betraktes som arbeidsplass dersom beboerne trenger tjenester, hjelp, omsorg og/eller pleie. Siden også selvhjulpne brukere i omsorgsboliger vanligvis trenger tjenester, defineres også omsorgsboliger som arbeidsplass. Behovet kan variere både mellom forskjellige institusjonstyper og innenfor én og samme institusjon over tid, etter hvert som brukernes helsetilstand endrer seg.

Arbeidstaker skal unngå uheldige belastninger

[Arbeidsmiljøloven § 4-4 andre ledd](#) stiller krav til at arbeidsplassen skal innredes og utformes slik at arbeidstaker unngår uheldige fysiske belastninger. [Arbeidsplassforskriften § 2-1 andre ledd](#) presiserer kravet: arbeidsplasser skal være dimensjonert, innrettet og tilpasset arbeidets art, arbeidsutstyret og den enkelte arbeidstaker.

Gulvarealet skal være så stort at det blir nok plass til gode og varierte arbeidsstillinger og bevegelser, og slik at arbeidet og bruken av arbeidsutstyr ikke medfører fare for sikkerhet og helse.

[Nettsiden om arbeidsmiljø i helseinstitusjoner](#) synliggjør Arbeidstilsynets forvaltningspraksis. Den angir minimumsmål som blant annet skal sikre at arbeidstakerne har plass til hensiktsmessige arbeidsstillinger og -bevegelser og at de skal kunne utføre nødvendige arbeidsoppgaver på en forsvarlig måte. I enkelte tilfeller kan imidlertid Arbeidstilsynet godta andre løsninger dersom arbeidsgiver dokumenterer at arbeidstakerne sikres minst like gode eller bedre arbeidsforhold.

Tiltakshaver har ansvar for å kartlegge både nåværende og fremtidige behov allerede når nybygg eller ombygging planlegges.

Opphold/soverom

Det er egne arealkrav til oppholdsrom og soverom, blant annet rundt seng. [Les mer om arbeidsmiljø i helseinstitusjoner.](#)

Baderom

Hovedregelen for areal på baderom er 240 cm x 245 cm (5,88 m²). Likevel kan det aksepteres noe mindre baderom m/dusj (ca. 5 m²), men dette forutsetter at minst ett av ti bad tilfredsstillende kravet på 5,88 m².

En fordel med mindre baderom kan være at det gir kortere avstander og dermed vil kunne bidra til at brukeren er mer selvhjulpne, noe som reduserer uheldige belastninger på arbeidstakerne.

Ulempen kan blant annet være at det ikke blir 90 cm fri plass på begge sider av toalettet, slik at rullestoler bare kan brukes fra den ene siden. Blant de badene som ikke oppfyller normale plasskrav, bør det derfor finnes speilvendte løsninger. I sykehjem bør det være vurdert behov for store baderom for tungt pleietrengende.

[Les mer om krav til baderom i helseinstitusjoner.](#)

Gang og transportveier

Bygningene må være tilgjengelig for rullestolsbrukere og være utformet slik at alle, uansett funksjonsevne, i størst mulig grad kan bevege seg fritt uten hjelp fra pleiepersonalet. [Les mer om krav til tilgjengelighet i helseinstitusjoner.](#)

Innredning og støttefunksjoner

Rom for renholdsutstyr skal som hovedregel finnes i hver etasje, [se krav om å legge til rette for drift, vedlikehold og renhold.](#)

Se også [informasjon om arbeidsmiljø i helseinstitusjoner](#) for regler om plass eller rom til lintøy, rent tøy og rent utstyr, eget skyllerom, oppstillingsplasser for utstyr og hjelpemidler osv.

Personalrom

Som hovedregel skal det alltid være atskilte [toaletter](#) og [garderobeløsninger](#) (ev. med dusj) for kvinner og menn. Det skal også finnes handicaptaoletter for arbeidstakerne, [spiserom](#) med mulighet til å avvikle spisepauser atskilt fra pasienter/tjenestemottakere, rom for andre pauser enn spisepauser, og hvilerom/soverom (ved døgnbemanning). [Les mer om arbeidsmiljø i helseinstitusjoner](#) og se [arbeidsplassforskriften kap. 3.](#)

Kontorer/administrative arbeidsplasser

For slike arbeidsplasser gjelder vanlige krav for blant annet dagslys og utsyn, inneklima og areal per arbeidsplass. Finn detaljerte krav i [veiledninger til dokumentasjonskrav.](#)

Arbeidsmiljøet skal være fullt forsvarlig uavhengig av hvor lang tid arbeidstakerne oppholder seg ved arbeidsplassen. Det vil si at Arbeidstilsynet kun kan akseptere avvik der det er snakk om arbeidsplasser med svært kortvarig bruk.

Risiko for vold og trusler

Pasienter og beboere i helseinstitusjoner kan være mentalt ustabile eller utagerende. Arbeidstakerne skal beskyttes mot vold, trusler og uheldige belastninger som følge av kontakt med andre. I denne sammenhengen er den fysiske utformingen av arbeidsmiljøet (bygningen) viktig. På arbeidsplasser med risiko for vold og trusler må bygningen utformes med tanke på å redusere denne risikoen. [Les mer om vold og trusler på arbeidsplassen.](#)

Annet

Krav til ventilasjon og tiltak for å redusere smittefare:

- [Les mer om krav til ventilasjon](#)
- [Se mer om arbeidsmiljø i helseinstitusjoner](#)

Regelverk om fysisk arbeidsmiljø

- Krav til arbeidsmiljøet: [Arbeidsmiljøloven §§ 4-1, 4-4 og 4-3](#)
 - Planlegging og tilrettelegging av arbeidet: [Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning §§ 10-1 bokstav c og f og 10-2](#)
 - Krav om hensyn til fare for vold og trussel om vold: [Arbeidsplassforskriften § 2-1 siste ledd](#)
 - [Arbeidsplassforskriften](#)
 - [Forskrift om utførelse av arbeid § 23-1](#)
-
-