

# Goede kleding kan

LARS RODRIGUES EN WIM DIEPEVEEN, LEDEN VEILIGHEIDSCOMMISSIE VHG VAKGROEP BOOMVERZORGING

Dit artikel is het eerste in een reeks over veiligheid in de boomverzorging. Een thema dat een steeds belangrijker rol speelt in onze branche. Bij ieder artikel wordt ingegaan op een taakrisicoanalyse. In deze eerste bijdrage staat kleding centraal. De inhoud ervan is ontleend aan de taakrisicoanalyse veilig werken bij buitengewone weersomstandigheden, zoals die zijn uitgewerkt in de Richtlijn Veilig werken in de boomverzorging.

Iedere boomverzorger kent het probleem: tijdens fysieke inspanning ga je zweten en ontstaat warmtestuwing door te warme kleding. Je bent dan geneigd kleding uit te trekken om de warmtestuwing te voorkomen en een aangenaam werkklimaat te creëren. Dat dat 'klimaat' aangenaam is, wil nog niet zeggen dat het ook gezond is voor je lichaam. Vooral vochtige kleding op de huid, als gevolg van het zweten, kan grote problemen opleveren in de vorm van sterke afkoeling van de spieren op het moment dat

de werkintensiteit tijdelijk afneemt of de wind opsteekt. Hierna zullen we de stelling 'goede kleding vermindert ziekteverzuim' onderbouwen. Eerst duiken we daartoe de theorie in, daarna gaan we nader in op kleding als persoonlijk beschermingsmiddel.

De warmte-uitwisseling tussen lichaam en omgeving, de warmtebalans (ook wel metabolisme genoemd), is van belang om de lichaamstemperatuur constant te houden. Het lichaam produceert warmte door werkzaamheden en tegelijkertijd wordt er warmte opgenomen

Buiten-temp.	Windkracht					
	1	2	3	4	5	6
	Gevoelstemperatuur					
4	3,5	-1,5	-4,5	-7,0	-9,0	-11,0
2	1,5	-3,0	-7,0	-10,0	-12,0	-13,5
0	-0,5	-6,0	-10,0	-12,5	-15,0	-16,5
-2	-2,5	-8,0	-12,5	-16,0	-18,0	-19,5
-4	-5,0	-11,0	-15,5	-18,5	-21,5	-22,5
-6	-7,0	-13,0	-18,0	-21,5	-23,5	-25,5
-8	-9,0	-15,5	-21,0	-23,0	-26,5	-28,0
-10	-11,0	-18,0	-23,0	-26,0	-29,5	-31,5

Een van de beste verzorgingsmaatregelen tegen het windchill-effect is het dragen van de juiste kleding.

# ziekte voorkomen



of afgegeven aan de omgeving. Hierbij spelen de aard en intensiteit van de activiteiten en de isolatie van de kleding een grote rol.

## Gezondheid in gevaar

Wat zegt de wet? In het Arbobesluit hoofdstuk 6.1 staat dat het klimaat op de arbeidsplaats niet schadelijk mag zijn voor de gezondheid. De werkgever moet er zo veel mogelijk voor zorgen dat het klimaat zo behaaglijk mogelijk is en dat er zo min mogelijk tocht is. Hierbij houdt de werkgever rekening met de werkzaamheden. Als de gezondheid toch in gevaar komt, kan hij verschillende maatregelen nemen, zoals:

- Zorgen voor een goede inrichting van de werkplek door bescherming tegen kou, vocht, regen en wind. Binnen het werkgebied van de boomverzorger valt hier echter geen winst te halen.
- Goed organiseren van de werkzaamheden. Hier kunnen we denken aan het verkorten van de werktijden, het verstrekken van warme dranken en 'koude' werkzaamheden afwisselen met werkzaamheden in een warme omgeving. Dit laatste klinkt goed, maar is in de praktijk vaak niet realiseerbaar
- Verstrekken van persoonlijke beschermingsmiddelen aan de medewerkers. Wij denken dat hier, en dan met name in de kleding, de echte winst is te behalen voor de boomverzorger.

## Kleding

Je kunt in elk jaargetijde en voor elk moment van de dag je kleding aanpassen aan de omstandigheden. Het is de gewoonste zaak van de wereld om je op de omstandigheden te kleden, alleen kost het veel tijd om meerdere keren per dag jassen en/of truien aan en uit te

trekken. In de praktijk gebeurt dat dan ook vrijwel niet.

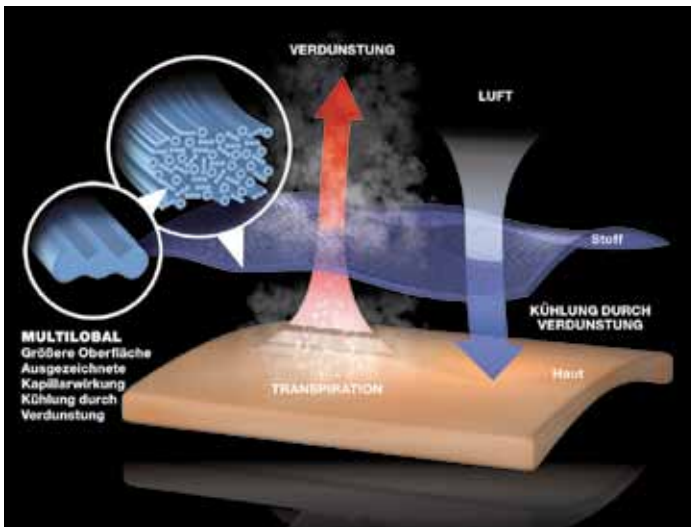
Toch is belangrijk om de nodige aandacht te besteden aan de kleding omdat er, zo blijkt uit onderzoek, een direct verband bestaat tussen werkkleding en ziekteverzuim. In de praktijk is dit een schemerig gebied, omdat de oorzaak van ziekteverzuim niet altijd eenvoudig te traceren is. Verkoudheid kun je oplopen door een proestende collega, buurman of buurvrouw, maar ook doordat je met een bezweet lichaam op de tocht hebt gestaan.

Goede kleding is hoe dan ook een belangrijk persoonlijk beschermingsmiddel voor boomverzorgers, niet in de laatste plaats als bescherming tegen ongunstige weersinvloeden. De kleding zou aan een aantal punten en functies moeten voldoen:

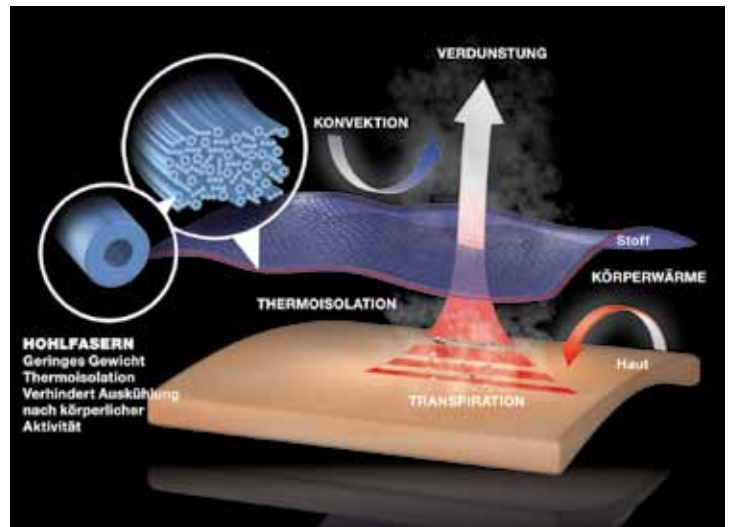
- Kleding moet je warm houden als het koud is.
- Kleding moet je koel houden als het warm is of wordt.
- De kleding op de huid moet droog blijven.
- De gekozen materialen (stoffen) moeten prettig aanvoelen en niet irriteren.
- Het draagcomfort van de kleding mag niet belemmerend werken op de bewegingsvrijheid.
- Als gevolg van de werkzaamheden moet er speciale bescherming in of op de kleding aanwezig zijn.

## Katoen

Nagenoeg ieder kledingstuk voldoet wel aan twee of meer van de bovenstaande criteria, maar kledingstukken die aan alle bovenstaande criteria voldoen moet je met een lampje zoeken. Als er daarnaast ook nog combinaties van kleding over elkaar heen gedragen gaan worden,



Door vergroting van het absorberende oppervlak kan er meer verdamping plaatsvinden, waardoor verkoeling optreedt. Door extra verdamping ontstaat extra ruimte in de stof, die vervolgens de luchtdoorlaat vergroot en zo extra koeling bewerkstelligt.



Door de holle vezel in de stof ontstaat een isolerende werking, waardoor warmte tussen de huid en kleding blijft. Verdamping door de stof zorgt ervoor dat de huid droog blijft.

Infographics INCANTO fashion/Poel Bosbouw

is het bijna onmogelijk om nog steeds aan alle criteria te voldoen, en hiermee de kans op ziekteverzuim te voorkomen. Van oudsher zijn we gewend om katoenen kleding te dragen vanwege de prettige draageigenschappen op de huid en – niet geheel onbelangrijk – vanwege de prijs. Groot nadeel van katoen op de huid is dat het als een ‘spons’ werkt en al het zweet vasthoudt. Bij verdamping aan de buitenlucht wordt alle warmte die daarvoor nodig is, onttrokken aan het lichaam, met andere woorden: we krijgen het koud op het moment dat de fysieke inspanning stopt.

### Goretex en Coolmax

Ademende materialen zijn niet nieuw en komen in allerlei kleding voor. Goretex is bijvoorbeeld een product dat ademt. Coolmax is een stof die verkoeling biedt op het moment dat het warm is buiten en er een grote fysieke inspanning geleverd moet worden. Beide producten hebben met elkaar gemeen dat ze gemaakt zijn van een kunststof die het transport van warmte en vocht reguleert en ervoor zorgt dat de huid droog blijft. Groot nadeel van kunststof is echter het draagcomfort; het lijkt wel of je in plastic gewikkeld wordt! Middels een combinatie van onder- en bovenkleding die transport van vocht reguleren, is het inmiddels wel mogelijk om aan de meeste wensen te voldoen.

### Nieuwe vezel

Maar er gloort hoop aan de horizon. Een nieuwe ontwikkeling is onderkleding die aan alle bovengenoemde eisen voldoet middels een vezel die zich aanpast aan de lichaamstemperatuur. Kleding die van deze vezel is gemaakt, houdt ons warm als het koud is en koelt het lichaam als het warm is. De kleding laat op plekken waar de meeste warmte geproduceerd wordt, meer warmte door dan op andere plaatsen, zonder dat er naden aan te pas komen. En doordat er in de vezel katoen is verwerkt, heeft de kleding hetzelfde draagcomfort als een gewoon T-shirt.

Een bijprobleem bij het gebruik van kunstvezels is, dat de kleding snel gaat stinken. Doordat er zilverionen in de nieuwe vezel zijn verwerkt, gaat de kleding echter veel minder snel ruiken. En laten we eerlijk wezen: dat laatste vinden we ook (erg) belangrijk.

Indien u suggesties heeft voor verbetering of een specifieke taakrisicoanalyse behandeld wil zien, laat het ons weten: [info@richtlijnboomverzorging.nl](mailto:info@richtlijnboomverzorging.nl) Ook alle aanvullingen of verbeteringen met betrekking tot de Richtlijn Veilig werken in de boomverzorging, of onderwerpen die u hierin graag zou willen zien opgenomen, zijn welkom.

In de *Richtlijn Veilig werken in de boomverzorging* zijn 40 taakrisicoanalyses opgenomen waarin de belangrijkste en meest voorkomende werkzaamheden van de boomverzorging zijn uitgewerkt. De richtlijn is te koop via [verkoop@poelbosbouw.nl](mailto:verkoop@poelbosbouw.nl) en kost € 15 per exemplaar, excl. btw en verzendkosten.