

## Functionele MogelijkhedenLijst (FML)

---

Deze lijst geeft een overzicht van mogelijkheden om **in het algemeen** gedurende een hele werkdag (ten minste 8 uur) te functioneren. **Beperkingen** van deze mogelijkheden ten opzichte van **de referentiewaarden** (norm) worden in aparte rubrieken weergegeven, voor zover deze naar het oordeel van de verzekeringsarts uitingen zijn van ziekten, gebreken of ongevallen. Als referentiewaarden zijn die niveaus van functioneren gekozen die het dagelijks leven regelmatig vereist. Tenzij uitdrukkelijk anders vermeld, is een incidentele piekbelasting of structureel marginaal hogere belasting eveneens mogelijk boven zowel de referentiewaarde als de aangenomen beperkte functionele mogelijkheden. Deze lijst is niet geschikt voor toepassing los van een **verzekeringsgeneeskundige rapportage** waarin de mogelijkheden en beperkingen aan de hand van een probleemanalyse in hun onderlinge samenhang beoordeeld, gemotiveerd en beschreven zijn.

**Naam:** .....  
**Burgerservicenummer:** ..... **Geslacht:** m/v  
**Diagnosecode:** .....

**Conclusie:**

- De klant beschikt over duurzaam benutbare mogelijkheden
- De klant beschikt niet over duurzaam benutbare mogelijkheden

**Toelichting:**

- De klant is in staat om het eigen werk volledig uit te voeren
- De klant is in staat tot functioneren volgens de referentiewaarde (zie rubrieken)
- De klant heeft beperkingen ten opzichte van functioneren volgens de referentiewaarde (zie rubrieken)
- Anders, zie rapportage verzekeringsarts
  
- De klant disfunctioneert persoonlijk en sociaal a.g.v. een ernstige psychische stoornis
- De klant is opgenomen in ziekenhuis of Wlz-erkende instelling  De klant is bedlegerig (grootste deel van de dag en langdurig)
- De klant is in grote mate ADL-afhankelijk
- De klant heeft sterk wisselende mogelijkheden/verlies van mogelijkheden < 3 maanden - 1 jaar

---

**Datum:** ..... **Verzekeringsarts:**

## **RUBRIEK 1: PERSOONLIJK FUNCTIONEREN**

### **1. Vasthouden van de aandacht in het dagelijks functioneren**

Het zich gedurende enige tijd kunnen richten op informatie uit één informatiebron en zich afsluiten voor afleiding door informatie uit andere bronnen. Essentieel is dat iemand in staat is om zich te richten op informatie uit één bron (voorwerp, persoon of gebeurtenis) zonder daarbij afgeleid te worden. Hij moet daartoe zijn aandacht zelfstandig kunnen richten op die informatiebron en deze gerichte aandacht enige tijd achtereen vol kunnen houden. De moeilijkheidsgraad van de informatie is hierbij niet van belang.

- 0 norm, kan de aandacht gedurende minstens een half uur richten op één informatiebron
- 1 beperkt, kan de aandacht niet langer dan een half uur richten op één informatiebron
- 2 sterk beperkt, kan de aandacht niet langer dan 5 minuten richten op één informatiebron

### **2. Verdelen van de aandacht in het dagelijks functioneren**

Het vermogen om de aandacht altemeerend van de ene naar de andere informatiebron te verleggen zonder daarbij het overzicht te verliezen. Het gaat om het soepel kunnen omschakelen naar een voorwerp van aandacht met behoud van overzicht op het geheel van de verschillende informatiebronnen.

- 0 norm, kan de aandacht altemeerend richten op meerdere uiteenlopende informatiebronnen (met een vervoermiddel deelnemen aan verkeer)
- 1 beperkt, kan de aandacht altemeerend richten op een beperkt aantal uiteenlopende informatiebronnen (het zelfstandig reizen per openbaar vervoer incl. overstappen)
- 2 sterk beperkt, kan niet of nauwelijks de aandacht altemeerend richten op uiteenlopende informatiebronnen (kan niet zelfstandig reizen per openbaar vervoer).

### **3. Herinneren in het dagelijks functioneren**

Het op elk gewenst moment kunnen reproduceren van informatie, die onmisbaar is voor het dagelijks functioneren.

- 0 norm, kan zich doorgaans tijdig zonder ongebruikelijke hulpmiddelen, relevante zaken herinneren
- 1 beperkt, moet regelmatig dingen apart opschrijven als geheugensteun om de continuïteit van het handelen te waarborgen
- 2 sterk beperkt, weet zich onontbeerlijke alledaagse gegevens (tijd, plaats, persoon, onderwerp) niet te herinneren en kan dit niet compenseren met hulpmiddelen

### **4. Inzicht in eigen kunnen in het dagelijks functioneren**

Het zich bewust zijn van de reële eigen mogelijkheden tot functioneren

- 0 norm, schat doorgaans de eigen mogelijkheden en beperkingen realistisch in
- 1 beperkt, overschat doorgaans ernstig de eigen mogelijkheden
- 2 beperkt, overschat doorgaans ernstig de eigen beperkingen

### **5. Doelmatig handelen (taakuitvoering) in het dagelijks functioneren**

Het gecoördineerd handelen, eigen activiteiten afstemmen op het realiseren van een doel.

Dit beoordelingspunt is bedoeld om aan te geven of de klant in staat is om de dagelijkse routinehandelingen uit te voeren, die nodig zijn voor het onafhankelijk functioneren in algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL). Met doelmatig handelen wordt vooral de kwaliteit beoordeeld van de coördinatie, planning en controle van benodigde activiteiten (starten, doorgaan, stoppen, afstemming, timing).

- 0 norm, geen specifieke beperkingen in doelmatig handelen in de routine van het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, start niet tijdig activiteiten om het gestelde doel te bereiken
- 2 beperkt, voert de benodigde activiteiten niet in een logische volgorde uit
- 3 beperkt, controleert het verloop van de activiteiten niet
- 4 beperkt, beëindigt de activiteiten niet als het gestelde doel bereikt is, of niet bereikt kan worden
- 5 anderszins beperkt in doelmatig handelen, namelijk .....

### **6. Zelfstandig handelen in het dagelijks functioneren**

Het zonder hulp en steun van anderen in staat zijn activiteiten te starten, uit te voeren en te beëindigen

Bij zelfstandig handelen staat het eigen initiatief van het handelen voorop. Het betreft het onderkennen, optimaliseren en benutten van de beschikbare ruimte voor het eigen handelen in het persoonlijk functioneren in het dagelijks leven.

Voorwerp van beoordeling is niet zozeer de dagelijkse routine, maar juist de activiteiten die daarbuiten vallen en waarvoor eigen initiatief een vereiste is. De kern is het ontdekken, zo nodig verruimen en effectief benutten van aanwezige speelruimte

- 0 norm, geen specifieke beperkingen in het zelfstandig handelen in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, neemt doorgaans niet uit zichzelf het initiatief tot handelen
- 2 beperkt, stelt zichzelf doorgaans geen doelen
- 3 beperkt, bedenkt doorgaans zelf geen handelingsvarianten
- 4 beperkt, besluit doorgaans zelf niet welke aanpak de meest geëigende is
- 5 beperkt, onderkent doorgaans zelf niet wanneer de gevolgde aanpak tekortschiet
- 6 beperkt, kiest in dat geval doorgaans niet zelf voor een alternatieve aanpak of een ander doel
- 7 beperkt, gaat uit zichzelf doorgaans niet door totdat het doel bereikt is
- 8 beperkt, doet doorgaans niet zelf tijdig een beroep op hulp van anderen, wanneer de situatie dat gebiedt
- 9 anderszins beperkt in het zelfstandig handelen, namelijk .....

**7. Handelingstempo in het dagelijks functioneren**

De snelheid van het handelen in relatie tot de in het dagelijks leven gestelde eisen

- 0 norm, er zijn geen specifieke beperkingen in het handelingstempo in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, het handelingstempo is aanmerkelijk vertraagd

## 8. Specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid

*(is het functioneren in arbeid door de genoemde beperkingen, of het daarop gerichte compensatiegedrag, afhankelijk van specifieke voorwaarden?)*

- 0     nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid
- 1     ja, de klant is aangewezen op werk waarbij hij niet of nauwelijks wordt afgeleid door activiteiten van anderen, namelijk .....
- Dit beoordelingspunt heeft te maken met werksituaties waarin anderen bij de uitvoering van hun taken of anderszins een potentiële bron van afleiding van de aandacht zijn voor de klant. De afleidende prikkels kunnen zowel auditief als visueel van aard zijn. Om van afleiding door anderen te spreken moet deze mogelijkheid tot afleiding substantieel aanwezig zijn op een werkplek.
- 2     ja, de klant is aangewezen op een voorspelbare werksituatie, kan niet of nauwelijks flexibel inspelen op sterk wisselende uitvoeringsomstandigheden en/of taakinhoud, namelijk .....
- Sterk wisselende omstandigheden en/of taakinhoud betreft werk dat niet voorspelbaar is omdat het programma voor een werkdag van tevoren niet vaststaat. Er is bijvoorbeeld geen vaste agenda, geen duidelijke structuur of er zijn steeds veranderende prioriteiten. Ook kan het gaan om een functie die op steeds wisselende werkplekken wordt uitgevoerd of waarin men steeds met andere personen te maken krijgt. De taakinhoud kent een diversiteit die niet goed van tevoren in te schatten is. Het zich telkens opnieuw moeten instellen op onverwacht wisselende werkomstandigheden vergt flexibiliteit van de werknemer.
- 3     ja, de klant is aangewezen op een werksituatie zonder veelvuldige storingen en onderbrekingen, namelijk .....
- een werksituatie met veelvuldige onderbrekingen door externe factoren, waardoor men gedwongen wordt een taak te onderbreken of te beëindigen en zich te richten op een andere deeltaak van de functie. De storingen en onderbrekingen komen voort uit de eisen die de functie stelt. Men moet zich functioneel op een andere deeltaak van het werk richten in plaats van het werk waar men mee bezig was. Hier wordt niet bedoeld dat men door anderen van het werk gehouden wordt, bijvoorbeeld een collega die een praatje komt maken.
- 4     ja, de klant is aangewezen op werk zonder veelvuldige deadlines of productiepieken, namelijk .....
- werk waarin minstens eenmaal per week gedurende het merendeel van het jaar of meerdere keren per week gedurende een kortere periode van het jaar sprake is van strikte oplevertijdstoppen of verhoogde productie-eisen die een beduidend hogere inzet vragen dan normaal.
- Deadlines zijn tijdslijmieten, die hun dwingende karakter ontleen aan hun onherroepelijkheid en de sanctie die staat op het overschrijden van de opleveringstermijn.
- Productiepieken zijn tijdelijk opgeschroefde eisen aan de kwantitatieve output van de werknemer. Hierbij zal het werktempo (de snelheid van handelen) tijdelijk beduidend hoger zijn dan normaal gesproken gevraagd wordt in gangbare arbeid.
- 5     ja, de klant is aangewezen op werk waarin geen hoog handelingstempo vereist is, namelijk .....
- werk waarbij er sprake is van handelingen die continu in een tempo worden uitgevoerd dat beduidend hoger ligt dan het gebruikelijke handelingstempo in gangbare arbeid. Continu betekent in dit verband meer dan de helft van de werktijd. Het tempo van handelen is synoniem met de snelheid van handelen, het gaat om de fysieke uiting. Het gaat niet om de snelheid van reageren zoals snel beslissingen moeten nemen.
- 6     ja, de klant is aangewezen op werk zonder verhoogd persoonlijk risico, namelijk .....
- De risico's vallen binnen de grenzen die in de Arbowetgeving zijn bepaald.
- werkzaamheden langs de openbare weg waarbij een aanzienlijk risico op een ongeval bestaat (wegwerkers, beladers van huisvuil, parkeercontroleurs etc.);
  - werkzaamheden in de bouw (valrisico bij gebruik van ladders en steigers en gevaar van vallende voorwerpen);
  - het werken met gevaarlijke machines en gereedschappen (hout- en metaalbewerking machines, snijmachines etc.);
  - het hanteren van zeer zware lasten;
  - functies waarbij omgegaan wordt met chemicaliën (zuren etc.) zoals laborant of sommige beroepen in de zware industrie (open vuren, vloeibare metalen, hete buizen en leidingen);
  - het werken met hoge elektrische spanning (kabels en apparaten), bijvoorbeeld in de functie van elektromonteur
- 7     ja, er gelden specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren namelijk .....

## 9. Mate van zelfstandigheid in arbeid

De mate waarin de klant in staat is om persoonlijke invulling te geven aan de functie. Bij 'vaste bekende werkwijzen' gaat het om werk waarbij de taken per opdracht grotendeels vastliggen. De instructies laten beperkt eigen keuzes toe bij de uitvoering van de werkwijze. De opdrachten zijn concreet en niet erg ingewikkeld: wat, wanneer, hoelang, één taak per opdracht. Tevens is de uitvoeringswijze grotendeels voorgeschreven.

Bij 'volledig voorgestructureerd werk' gaat het om werk waarbij de werkwijze per opdracht geheel vastliggen. De instructies laten geen eigen keuzes toe bij de uitvoering van de werkwijze. De opdrachten zijn concreet en enkelvoudig: wat, wanneer, hoelang, één taak per opdracht. Tevens is de uitvoeringswijze (hoe) voorgeschreven.

Aan deze zware voorwaarde wordt in bedrijven slechts in uitzonderlijke gevallen voldaan.

- 0 norm, geen beperkingen
- 1 beperkt, is aangewezen op vaste bekende werkwijzen
- 2 sterk beperkt, is aangewezen op volledig vóórgestructureerd werk

**Toelichting:** zie *verzekeringsgeneeskundige*

## **RUBRIEK 2: SOCIAAL FUNCTIONEREN**

### **1. Zien**

Het gaat om het opnemen van visuele informatie, al dan niet met visuele hulpmiddelen.

- 0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, namelijk .....

### **2. Horen**

Het gaat er om of iemand in staat is om adequaat auditieve informatie op te nemen. Een goed gehoor is belangrijk voor de communicatie en heeft ook een signaalfunctie ten aanzien van gevaar.

- 0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, namelijk .....

### **3. Spreken**

Het gaat er om of iemand beperkingen ondervindt in de verbale communicatie door problemen met het spreken als gevolg van een stoornis.

- 0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, namelijk .....

### **4. Schrijven**

Het kan de motoriek van het schrijven betreffen, het vasthouden van de pen, het maken van een correcte schrijfbeweging enz. Maar het kan ook onvermogen betreffen dat bijvoorbeeld het gevolg is van een verstandelijke beperking. Analfabetisme valt niet onder dit beoordelingspunt, omdat deze beperking niet het gevolg is van een medische stoornis

- 0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, namelijk .....

### **5. Lezen**

Het gaat er om of iemand beperkingen ondervindt in de schriftelijke communicatie door problemen met het lezen. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen ontbrekende vaardigheden (geen gevolg van ziekte of gebrek) en een onvermogen ten gevolge van een medische stoornis. Analfabetisme valt niet onder dit beoordelingspunt, omdat deze beperking niet het gevolg is van een medische stoornis.

- 0 norm, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
- 1 beperkt, namelijk .....

### **6. Emotionele problemen van anderen hanteren**

Het gaat bij dit beoordelingspunt om het inadequaat omgaan met emotionele uitingen van anderen dat leidt tot verminderde handelingsmogelijkheden van de taakuitvoerder (klant) zelf wegens (ontstane) overgevoeligheid of onverschilligheid/ongevoeligheid.

- norm, kan zich doorgaans inleven in problemen van anderen, maar kan daarvan afstand nemen in gedrag en beleving
- 1 beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen erg aan, kan desondanks wel voldoende afstand nemen in gedrag, echter niet in beleving
- 2 beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen onvoldoende aan, kan zich desondanks wel enigszins inleven in anderen en hen bijstaan/ondersteunen
- 3 sterk beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen erg aan en kan daarvan noch in gedrag noch in beleving afstand nemen
- 4 sterk beperkt, trekt zich doorgaans problemen van anderen onvoldoende aan, kan zich niet inleven in anderen en hen ook niet bijstaan/ondersteunen

## 6. Eigen gevoelens uiten

Het gaat er om of iemand zijn gevoelens adequaat kan uiten. Dat houdt in dat emotionele uitingen tot op zekere hoogte worden afgestemd op het verwachtingspatroon van anderen.

- 0 norm, kan doorgaans persoonlijke gevoelens op een voor anderen duidelijke en acceptabele manier in woord en gedrag tot uiting brengen
- 1 beperkt, is doorgaans niet in staat gevoelens te uiten (blokkeert zichzelf)
- 2 beperkt, brengt anderen in verwarring door onduidelijke, onvoorspelbare of onconventionele wijze van gevoelsuitingen
- 3 beperkt, uit gevoelens op ongecontroleerde (ongeremde) wijze

## 8. Omgaan met conflicten

Onder conflict wordt verstaan een verschil van mening waarbij emoties een belangrijke rol spelen. Het kan gaan om een conflict met iemand anders of bemoeienis met een conflict tussen anderen.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen
- 1 beperkt, kan een conflict met agressieve of onredelijke mensen uitsluitend in telefonisch of schriftelijk contact hanteren
- 2 sterk beperkt, kan doorgaans geen conflicten hanteren

## 9. Samenwerken

Het gaat er om of iemand met één of meer personen samen en in onderlinge overeenstemming een taak kan uitvoeren.

- 0 norm, kan in onderlinge afstemming met anderen een taak gezamenlijk uitvoeren (werken in teamverband)
- 1 beperkt, kan met anderen samenwerken, maar met een eigen, van tevoren afgebakende deeltaak
- 2 sterk beperkt, kan doorgaans niet met anderen samenwerken

## 10. Vervoer

Woon-werkvervoer is noodzakelijk vervoer om de werkplek te kunnen bereiken. Het gaat erom of iemand met het vervoer in staat is om zelfstandig en zonder specifieke vervoersvoorzieningen binnen de daarvoor gebruikelijke tijd het werk weet te bereiken.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen, kan zelfstandig reizen; autorijden of fietsen (verkeersdeelname) of zelfstandig gebruik maken van het openbaar vervoer
- 1 beperkt, kan niet zelfstandig reizen, namelijk .....

## 11. Beroepsmatig vervoer

Het zich verplaatsen middels een voertuig tijdens werktijd. Beroepsmatig vervoer is elke verplaatsing in of op een voertuig tijdens werktijd over een afstand van meer dan één meter, waarbij de verplaatsing staand of zittend plaatsvindt. Onder beroepsmatig vervoer valt het beroepsmatig besturen en/of bedienen van een voertuig zoals (vracht)auto, bus, shovel, mobiele kraan, tractor, heftruck, dragline, (elektrische) fiets, brugkraan

- 0 norm, geen specifieke beperkingen
- 1 beperkt, kan niet of beperkt beroepsmatig een voertuig besturen, namelijk .....

## 12. Specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid

*(is het sociaal functioneren in arbeid door de genoemde beperkingen, of het daarop gerichte compensatiegedrag, afhankelijk van specifieke voorwaarden?)*

- 0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid
- 1 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans weinig of geen rechtstreeks contact met klanten vereist is (sommige beroepen in de dienstverlening), namelijk .....
- Bij het beoordelingspunt klantcontact gaat het uitdrukkelijk niet om interne klanten (bijvoorbeeld medewerkers van een andere vestiging van een bedrijf), maar om de externe klant waar een functionaris mee te maken kan krijgen. In dit contact met de klant wordt van de functionaris verwacht dat hij in een face-to-face contact professioneel, adequaat en doelmatig communiceert. Daarbij spelen overtuigingskracht, inlevingsvermogen en een dienstverlenende instelling een belangrijke rol. Telefonisch contact met een klant valt niet onder dit beoordelingspunt.
- 2 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans weinig of geen direct contact met patiënten of hulpbehoevenden vereist is (zoals in sommige beroepen in zorg- en hulpverlening), namelijk .....
- het behandelen of begeleiden van mensen met een hulpvraag als kenmerkende taak in een functie. Het gaat niet om de meer zijdelingse en oppervlakkige contacten met patiënten die men tegenkomt als schoonmaker in een verpleeghuis of als receptionist in een ziekenhuis
- 3 ja, de klant is aangewezen op werk waarin zo nodig kan worden teruggevallen op directe collega's of leidinggevendenden (géén solitaire functie)

- Het gaat hier om de mogelijkheid om bij problemen steun, hulp en advies te vragen of te ontvangen van collega's en/of direct leidinggevenden. Het gaat om onmiddellijke en fysieke hulp ter plekke. In de meeste functies is dit mogelijk. Het gaat niet om hulp of advies op afstand ( telefonisch).
- 4 ja, de klant is aangewezen op werk waarin doorgaans geen direct contact met collega's vereist is. Dat contact kan voortvloeien uit de functie-inhoud zelf, waarin met collega's moet worden samengewerkt, maar het kan ook gaan om de meer informele sociale omgang. Hoe meer er moet worden samengewerkt met anderen, hoe frequenter en intensiever er direct contact zal zijn met collega's.
- 5 ja, de klant is aangewezen op werk dat geen leidinggevende aspecten bevat, namelijk ..... Het gaat hier uitdrukkelijk om leidinggevende aspecten die duidelijk verbonden zijn aan het uitvoeren van de functie. Het instrueren c.q. begeleiden van stagiaires wordt alleen als leidinggevend aspect gezien als dit een eis is die aan de functie verbonden is en niet aan de uitvoerder. Met andere woorden: het incidenteel begeleiden van een stagiaire wordt niet als een wezenlijk kenmerk van een functie gezien.
- 6 ja, er gelden specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren, namelijk .....

**Toelichting:** zie *verzekeringsgeneeskundige rapportage*

### **RUBRIEK 3: AANPASSING AAN FYSIEKE OMGEVINGSEISEN**

#### **1. Temperatuur**

**Hitte:** het langer dan 5 minuten aaneengesloten werken bij temperaturen hoger dan 35C. Bij het beoordelen van hitte in de werkomgeving wordt uitgegaan van de temperaturen zoals die onder normale omstandigheden voorkomen en wordt geen rekening gehouden met incidentele omstandigheden. Uitgangspunt is dat werkkleding wordt gedragen die bij de functie past. Voor functies buiten wordt aangenomen dat onder normale omstandigheden de temperatuur onder de 35C blijft. Bij functies buiten zal er nooit sprake zijn van hitte volgens deze definitie

**Koude:** Het langer dan 5 minuten aaneengesloten werken bij temperaturen lager dan -15C. Bij het beoordelen van koude in de werkomgeving wordt uitgegaan van de temperaturen zoals die onder normale omstandigheden voorkomen en wordt geen rekening gehouden met incidentele omstandigheden. Uitgangspunt is dat werkkleding wordt gedragen die bij de functie past. In vrieshuizen bijvoorbeeld variëren de temperaturen doorgaans van -18°C tot -28°C. Voor het werken in vriesruimten gelden regelingen voor het gebruik van beschermende kleding, verblijfstijden en rusttijden bij kamertemperatuur. Voor functies buiten wordt aangenomen dat de temperatuur niet lager komt dan -15°C. Bij functies buiten zal er nooit sprake zijn van koude volgens deze definitie.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 hitte is beperkt  
 2 koude is beperkt

#### **2. Tocht**

Er is sprake van tocht wanneer gewerkt wordt in situaties waarin sterke luchtstromingen zeer onverwacht optreden zonder dat men zich hieraan kan onttrekken of zich er snel tegen kan beschermen. Tocht wordt daarom als hinderlijk ervaren doordat tocht gepaard gaat met plotselinge daling van de gevoelstemperatuur. Zelden zal de luchtstroom op zichzelf als hinderlijk worden ervaren.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

#### **3. Huidcontact**

Er is sprake van huidcontact wanneer:  
 - er intensieve contacten met stoffen zijn die de huid vuil en/of nat maken,  
 - er gewerkt wordt met stoffen die allergische of toxische reacties kunnen veroorzaken.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

#### **4. Beschermende middelen**

Bij dit beoordelingspunt gaat het om persoons- en/of product beschermende middelen die voor klanten met specifieke beperkingen problemen kunnen veroorzaken. Tot deze middelen worden onder andere gerekend:

- hoofdbescherming: helm, hoofddoek, muts en pet.
- oog- en gelaatsbescherming: veiligheids-, stof- en lasbril en lashelm.
- oor bescherming: proppen, doppen, otoplastieken en kappen.
- mond- en neusbescherming: stof- en spuitmasker, gasmasker en mondkapje.
- rompbescherming: regenpak, voorschoot, loodschoort of -jas, duikerspak, steriele kleding.
- hand- en armbescherming: handschoenen en armbeschermers.
- voet- en beenbeschermers: schoenen met versterkte neuzen, laarzen, knielappen en beenbeschermers

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

**5. Stof, rook, gassen en dampen**

Bij stof, rook, gassen en dampen spreken we over in de lucht zwevende deeltjes met een grootte van < 10µ, die gevaarlijk zijn voor mensen met een luchtwegaandoening en/of hart- en vaatziekten.

Met dit beoordelingspunt worden bijzondere arbeidsomstandigheden beoordeeld, zowel binnen als buiten, die zich doorgaans niet voordoen in het dagelijks leven buiten arbeid.

- Stof ontstaat meestal bij mechanische bewerking van vaste stoffen.
- Rook ontstaat door verbranding van vaste en vloeistoffen (ook bij lassen ontstaat lasrook).
- Gas is een toestand van een stof die onder normale omstandigheden (temperatuur en luchtdruk) alleen in gasvorm voorkomt.
- Damp ontstaat door verdamping van een vaste- of vloeistof (b.v. benzine, ammoniak, chloor, verdunner, aanmaakblokjes).
- Nevel ontstaat door condensatie van damp (mist, stoom) of door verneveling van vloeistof.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

**6. Geluidsbelasting**

Er is sprake van geluidsbelasting bij een niveau van 80 dB(A). In de praktijk betekent dit geluidniveaus waarbij het niet meer mogelijk is om zonder stemverheffing een gesprek te voeren met iemand op een afstand van ongeveer 1 meter. Het gaat hier om de geluidsbelasting die gemeten wordt zonder het dragen van gehoorbeschermingsmiddelen

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

**7. Trillingsbelasting**

Bij trillingsbelasting gaat het om de directe inwerking van mechanische krachten op het menselijk lichaam door trillende, schokkende en stotende objecten (contacttrillingen). Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen twee typen trillingen, afhankelijk van de plaats waar zij het lichaam binnenkomen. Trillingen die via een steunvlak (stoel of vloer) het lichaam in trilling brengen (lichaamstrillingen) en trillingen die via de handen op het lichaam inwerken (hand-arm-trillingen)

- 0 norm, geen specifieke beperkingen  
 1 beperkt, namelijk .....

**8. Overige beperkingen van de fysieke aanpassingsmogelijkheden**

- 0 norm, geen specifieke overige beperkingen in de aanpassing aan fysieke omgevingseisen  
 1 beperkt, allergie, namelijk .....  
 2 beperkt, verhoogde vatbaarheid voor infecties, namelijk .....  
 3 beperkt, verzwakte huidbarrière, namelijk .....  
 4 andere beperkingen, namelijk .....

**Toelichting:** zie verzekeringsgeneeskundige rapportage

**RUBRIEK 4: DYNAMISCHE HANDELINGEN**

**1. Dominantie**

- 0 niet van toepassing  
 1 rechts  
 2 links



## 2. Lokalisatie beperkingen

de zijde van het lichaam waar de ledematen verminderd functioneren.

- 0 niet van toepassing
- 1 rechts
- 2 links
- 3 tweezijdig

## 3. Hand- en vingergebruik

- 0. norm, geen specifieke beperkingen bij het gebruik van handen en vingers in het dagelijks functioneren
- 1. de bolgreep is beperkt, namelijk ..... appels plukken in de fruitteelt, hendels bedienen door hijskraanmachinist
- 2. de pengreep is beperkt, namelijk ..... een moer op een bout plaatsen en aandraaien, stekjes in potjes planten
- 3. de pincetgreep is beperkt, namelijk ..... micromontage (horloges, printplaten), naai- en verstelwerkzaamheden
- 4. de sleutelgreep is beperkt, namelijk ..... schakelpaneel, beveiligingsbeambte (vaak deuren openen en sluiten)
- 5. de cilindergreep is beperkt, namelijk ..... stuurwiel, hamer hanteren (chauffeur/ timmerman)
- 6. knijp/grijpkracht is beperkt, namelijk ..... straatstenen/tegels, schroevendraaier, schaaf en dergelijk gereedschap, vegen, poetsen, boenen en wringen.  
het gebruik van polsen, handen en vingers om kracht op een object uit te oefenen. Dit punt is bedoeld om krachtverlies aan te geven voor klanten die eventueel op zich wél in staat zijn om handgrepen uit te voeren maar daarmee verminderde kracht kunnen uitoefenen. Hierdoor zijn hun mogelijkheden tot het manipuleren van objecten beperkt
- 7. fijn motorische hand/vingerbewegingen zijn beperkt, namelijk ..... samenstellen gehoorapparaten, graveren  
het gebruik van polsen, handen en vingers om nauwkeurige vingerbewegingen uit te oefenen met gedoseerde krachtsuitoefening. Dit punt is bedoeld om beperkingen in de sturing van het vingergebruik aan te geven. Hierdoor zijn klanten beperkt in het uitvoeren van subtiele manipulaties van objecten.
- 8. repetitieve hand/vingerbewegingen zijn beperkt, namelijk ..... grote hoeveelheden gegevens invoeren in computer, koekjes inpakken
- 9. toetsenbord bedienen en muis hanteren is beperkt, namelijk ..... et gaat uitdrukkelijk niet om de vaardigheid in het bedienen van deze middelen

## 4. Werken met toetsenbord en muis

Het gaat hier om de totale duur per werkdag, waarin de klant in staat is beroepsmatig te werken met een regulier toetsenbord en/of muis, zoals voorkomt bij desktop, laptop of tablet. Het gaat uitdrukkelijk niet om de vaardigheid in het bedienen van deze middelen.

- 0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag met toetsenbord en/of muis werken.
- 1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag (ongeveer 4 uur) met toetsenbord en/of muis werken.
- 2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) met toetsenbord en/of muis werken.
- 3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag met toetsenbord en/of muis werken.

## 5. Tastzin

Het gaat hier om de beperkingen die de klant ondervindt in zijn dagelijkse leven als gevolg van inadequate tastzin. Voorbeelden van dagelijkse activiteiten zijn: ('op de tast') zonder kijken pagina's omslaan, in het donker een lichtschakelaar vinden, het voelen van de nerf in het hout of dat het hout glad is en bedienen en het herkennen van voorwerpen alleen met de handen.

- 0 norm, geen specifieke beperkingen
- 1 beperkt, namelijk .....

## 6. Schroefbewegingen met hand en arm

de gecoördineerde activiteit van vingers, hand, pols en arm om een voorwerp met enige krachtsinspanning een slag te draaien, te buigen of te vervormen. Schroefbewegingen vormen niet uitsluitend een belasting voor de pols en vingers. De gehele bovenste extremiteit moet soms ingezet kunnen worden, inclusief kracht zetten vanuit schouder en bovenarm. Onder dit beoordelingspunt wordt tevens het uitvoeren van schroefbewegingen met beide handen verstaan (uitwringen vaatdoek).

- 0. norm, geen specifieke beperkingen
- 1. beperkt, namelijk .....

**7. Reiken**

Het gaat hier om de reikafstand. De reikafstand is de horizontale afstand tussen het schoudermidden en het handmidden. Als het schouder-midden en het hand-midden recht boven elkaar zijn is de reikafstand 0. De maximale reikafstand wordt bereikt door de arm volledig te strekken in een horizontale vlak. Als de volledig gestrekte arm schuin naar beneden of schuin naar boven wijst is de reikafstand dus korter. Inclusief gewichten tot 500 gram en > 30 cm

- 0 norm, maximale reikafstand is 70 cm
- 1 licht beperkt, maximale reikafstand is 60 cm
- 2 beperkt, maximale reikafstand is 50 cm

**8. Frequent reiken tijdens het werk**

Het gaat hier om de mogelijkheden om kort achtereenvolgende reikbewegingen te maken. De reikfrequentie is het aantal reikbewegingen per uur. Een reikbeweging is een combinatie van strekken en/of buigen van een arm, en bij elke reikbeweging hoort een reikafstand. 1 x reiken is heen en terug

- 0 norm, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 1200 keer reiken
- 1 licht beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 600 keer reiken
- 2 sterk beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 300 keer reiken

**9. Buigen**

het vooroverbuigen van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren. De dynamische belasting van buigen betreft het aantal graden buigen. Bij buigen duurt de gebogen positie niet langer dan enige seconden. Buigen kan nodig zijn om:

- de effectieve reikafstand te vergroten boven de maximale persoonlijke reikafstand;
- beneden heuphoogte een voorwerp aan te raken, op te rapen, neer te leggen of te manipuleren.

- 0 norm, kan ongeveer 90 graden buigen
- 1 beperkt, kan ongeveer 60 graden buigen
- 2 sterk beperkt, kan ongeveer 45 graden buigen

**10. Frequent buigen tijdens het werk**

Het gaat om de frequentie waarmee de klant het bovenlichaam gedurende elk uur van de werkdag voorover kan buigen en weer kan terugkeren in de uitgangshouding. De gebogen positie duurt niet langer dan enige seconden. De buigingshoek die gekozen is bij 4.9 Buigen is uitgangspunt. Buigen kan nodig zijn om:

- de effectieve reikafstand te vergroten boven de maximale persoonlijke reikafstand;
- beneden heuphoogte een voorwerp aan te raken, op te rapen, neer te leggen of te manipuleren.

- 0 norm, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 600 keer buigen
- 1 licht beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 300 keer buigen
- 2 beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 150 keer buigen
- 3 sterk beperkt, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag ongeveer 50 keer buigen

**11. Torderen**

het draaien van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren. De duur van het torderen van het bovenlichaam is niet langer dan enige seconden. Het gaat hierbij om de dynamische belasting van het lichaam. De verzekeringsarts gaat uit van een frequentie van ongeveer 1 keer per minuut. Torderen kan in zittende, staande of knielende houding worden uitgevoerd, zowel naar rechts als links. Torderen <30 graden wordt in CBBS niet als belasting beschouwd, omdat dit zonder torsiebelasting op een andere wijze kan worden opgelost.

- 0 norm, kan de romp ten minste 45 graden draaien in zittende houding met gefixeerd bekken
- 1 beperkt, namelijk .....

**12. Duwen of trekken**

Uitgangspunt is het duwen of trekken met beide armen/handen vanuit een staande houding. Het lichaam staat in een schuine stand waarbij het zwaartepunt van het lichaam zich niet recht boven het steunpunt (meestal de voet/voeten) bevindt. Duw- of trekkrachten van ≤50 newton wordt in CBBS niet als belastend beschouwd.  
1 kgf = 1000 gf = 9,80665 N

- 0 norm, kan ongeveer 250 N (25 kgf) duwen of trekken
- 1 beperkt, kan ongeveer 150 N (15 kgf) duwen of trekken
- 2 sterk beperkt, kan ongeveer 100 N (10 kgf) duwen of trekken

### 13. Tillen

het met de hand(en) oppakken van minimaal 500 gram, gedurende korte tijd vasthouden en weer neerzetten van voorwerpen. Bij tillen wordt er vanuit gegaan dat de last staand/lopend getild wordt op de rug of op de schouder of met twee handen voor de buik. Hierbij wordt de last in evenwicht gehouden door het bovenlichaam licht naar voren of naar achteren te buigen, waardoor het gewicht van de romp het contragewicht vormt. Als de werksituatie deze tilwijze niet mogelijk maakt, kan de belasting belangrijk toenemen.

- 0 norm, kan ongeveer 15 kg tillen
  - Bij gebruik van '0 norm' worden volgende gewichten met frequentie geaccepteerd:
    - tot ≤300 keer per uur 0.5 tot ≤2 kilo
    - tot ≤200 keer per uur >2 tot ≤5 kilo
    - tot ≤15 keer per uur >5 tot ≤10 kilo
    - tot ≤10 keer per uur >10 tot ≤15 kilo
- 1 licht beperkt, kan ongeveer 10 kg tillen
  - Bij gebruik van 'licht beperkt' worden volgende gewichten met frequentie geaccepteerd:
    - tot ≤300 keer per uur 0.5 tot ≤2 kilo
    - tot ≤100 keer per uur >2 tot ≤5 kilo
    - tot ≤10 keer per uur >5 tot ≤10 kilo
- 0 beperkt, kan ongeveer 5 kg tillen
  - Bij gebruik van 'beperkt' worden volgende gewichten met frequentie geaccepteerd:
    - tot ≤200 keer per uur 0.5 tot ≤2 kilo
    - tot ≤50 keer per uur >2 tot ≤5 kilo
- 3 sterk beperkt, kan ongeveer 2 kg tillen
  - Bij gebruik van 'sterk beperkt' worden volgende gewichten met frequentie geaccepteerd:
    - tot ≤100 keer per uur 0.5 tot ≤2 kilo

### 14. Dragen

het verplaatsen van voorwerpen van minimaal 500 gram met gebruik van de hand(en) en arm(en), waarbij er meer dan één meter gelopen moet worden en/of de last meer dan 10 seconden moet worden vastgehouden.

Bij dit beoordelingspunt gaat het vooral om de mogelijkheden van de duur van dragen te beoordelen. Hier gaat het over dragen zoals dat gebruikelijk is in beroepen. Bij het bepalen van de duur wordt uitgegaan van de aaneengesloten duur dat voorwerpen (vanaf 500 gram) moeten worden gedragen. Bij dragen wordt er vanuit gegaan dat de last gedragen wordt met twee handen voor de buik, op de rug of op de schouder. Hierbij wordt de last in evenwicht gehouden door het bovenlichaam licht te buigen, waardoor het gewicht van de romp het contragewicht vormt. Als de werksituatie deze draagwijze niet mogelijk maakt, kan de belasting belangrijk toenemen.

- 0 norm, kan ongeveer 15 kg dragen
- 1 licht beperkt, kan ongeveer 10 kg dragen
- 2 beperkt, kan ongeveer 5 kg dragen
- 3 sterk beperkt, kan ongeveer 2 kg dragen

### 15. Hoofdbewegingen maken

anteflexie / retroflexie: kin op de borst / hoofd maximaal achterover. Gebied tussen  $\geq 15$  en  $\leq 45$  graden.

-rotatie: zijwaarts draaien/over schouder kijken (naar links en rechts). Gebied tussen  $\geq 30$  en  $\leq 60$  graden.

-lateroflexie: hoofd naar opzij, oor richting de schouder (naar links en rechts). Gebied tussen  $\geq 15$  en  $\leq 45$  graden.

Geringe bewegingen van het hoofd worden bij dit beoordelingspunt buiten beschouwing gelaten.

Van hoofdbewegingen maken is pas sprake bij anteflexie/retroflexie en lateroflexie vanaf  $15^\circ$  en bij rotatie vanaf  $30^\circ$ .

- 0 norm, kan het hoofd ongehinderd bewegen
- 1 beperkt, kan het hoofd beperkt bewegen, namelijk .....
- 2 sterk beperkt, kan het hoofd niet of nauwelijks bewegen, namelijk .....

### 16. Lopen

Er is sprake van lopen als te voet of per rolstoel een afstand van tenminste 1 meter wordt afgelegd over vlak terrein in een tempo van ten minste 3 km per uur. Korte onderbrekingen door even stil te staan worden niet als een onderbreking van een periode van aaneengesloten lopen beschouwd. De aaneengesloten duur van lopen wordt pas onderbroken als er substantieel andere activiteiten worden ondernomen, waardoor recuperatie plaats kan vinden. Als tijdens het lopen een trap moet worden beklommen dan wordt hierdoor het lopen niet onderbroken, omdat trappenlopen een vorm van extra inspannend lopen is.

- 0 norm, kan ongeveer een uur achtereen lopen.
- 1 licht beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen lopen.
- 2 beperkt, kan ongeveer een kwartier achtereen lopen.
- 3 sterk beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen lopen.

**17. Lopen tijdens het werk**

- 0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag lopen
- 1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag (ongeveer 4 uur) lopen
- 2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) lopen
- 3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag lopen

**18. Trappenlopen**

Een gewone trap is in principe te belopen zonder gebruik van de armen. In de praktijk gebruikt men echter wel vaak een of beide armen/handen als steun. De verzekeringsgeneeskundige beoordeling is inclusief een frequentie van ongeveer 4 keer per uur. De verzekeringsarts hanteert bij de beoordeling van dit beoordelingspunt het trappenlopen in een woonhuis als uitgangspunt. Waarbij een woonhuistrap 15 treden telt. Beoordeeld wordt het aantal treden dat de klant achtereenvolgens naar boven en naar beneden kan lopen (op- én aflopen). Een bordes wordt hierbij niet als een onderbreking beschouwd.

Trappenlopen wordt meestal vooraf gegaan en gevolgd door lopen. De activiteit trappenlopen wordt pas als onderbroken beschouwd als er een substantieel andere activiteit voor in de plaats komt. Als recuperatietijd wordt 1 minuut aangenomen.

- 0 norm, kan ten minste in één keer twee trappen op en af (totaal 60 treden)
- 1 licht beperkt, kan ten minste in één keer een trap op en af (totaal 30 treden)
- 2 beperkt, kan ten minste in één keer één trap op of af (totaal 15 treden)
- 3 sterk beperkt, kan in één keer slechts een bordestrapje op- of aflopen

**19. Klimmen**

Het zich verticaal verplaatsen, waarbij het gebruik van ten minste één hand, arm en schouder noodzakelijk is. Het gaat bij klimmen om het zich verticaal verplaatsen via ladders, constructies, klimijzers, over daken, in en uit vrachtauto's etc. Anders dan bij 4.18 Trappenlopen moet bij klimmen ten minste één hand, arm en schouder gebruikt worden. De verzekeringsgeneeskundige beoordeling is inclusief een frequentie van 4 keer per uur. De verzekeringsarts hanteert bij de beoordeling van dit beoordelingspunt het klimmen op ladders als uitgangspunt, met een onderlinge afstand van ongeveer 30 cm tussen de sporten van de ladder. Beoordeeld wordt het aantal sporten dat de klant achtereenvolgens naar boven en naar beneden kan klimmen. Een bordes wordt hierbij niet als een onderbreking beschouwd. Klimmen wordt meestal vooraf gegaan en gevolgd door lopen. De activiteit klimmen wordt pas als onderbroken beschouwd als er een substantieel andere activiteit voor in de plaats komt. Als recuperatietijd wordt 1 minuut aangenomen.

- 0 norm, kan ten minste een ladder op en af (gemiddeld 5 meter)
- 1 licht beperkt, kan ten minste een huishoudtrap op en af (gemiddeld 3 meter)
- 2 beperkt, kan ten minste een opstapje op en af
- 3 sterk beperkt, kan geen opstap maken

**20. Knielen of hurken**

Bij knielen of hurken gaat het over kortdurend (hooguit een minuut) knielen of hurken. De verzekeringsgeneeskundige beoordeling is inclusief een frequentie van tien keer per uur.

- 0 norm, kan knielend of hurkend met de handen de grond bereiken
- 1 licht beperkt, kan hooguit 5 keer per uur knielend of hurkend met de handen de grond bereiken
- 2 beperkt, kan hooguit 2 keer per uur knielend of hurkend met de handen de grond bereiken
- 3 sterk beperkt, kan niet of nauwelijks knielend of hurkend met de handen de grond bereiken

**21. Overige beperkingen van het dynamisch handelen**

- 0 norm, geen specifieke overige beperkingen van het dynamisch handelen
- 1 specifieke overige beperkingen, namelijk .....

**Toelichting:** zie verzekeringsgeneeskundige rapportage

**RUBRIEK 5: STATISCHE HOUDINGEN****1. Zitten**

Zitten betreft hier een aangenomen lichaamshouding die een aaneengesloten duur wordt vastgehouden. Het afwisselen van verschillende zithoudingen (verzitten, rug strekken of zich uitrekken) wordt niet beschouwd als een onderbreking van het zitten. De aaneengesloten duur wordt pas als onderbroken beschouwd, als er substantieel andere activiteiten worden ondernomen, waardoor recuperatie kan plaatsvinden. Een secretaresse die even opstaat om een ordner te pakken uit een kast achter haar, onderbreekt daarmee het zitten niet. Als ze haar werkruimte moet verlaten (bijvoorbeeld om naar het archief te lopen om een ordner te halen) is er wel sprake van een onderbreking van het zitten.

- 0 norm, kan ongeveer 2 uur achtereen zitten
- 1 licht beperkt, kan ongeveer een uur achtereen zitten
- 2 beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen zitten
- 3 sterk beperkt, kan minder dan een kwartier achtereen zitten

**2. Zitten tijdens het werk**

Het wisselen van zithouding (verzitten, rug strekken of uitrekken) wordt niet beschouwd als een onderbreking van het zitten. De aaneengesloten duur wordt pas onderbroken als substantieel andere activiteiten worden ondernomen, waardoor recuperatie kan plaatsvinden

- 0 norm, kan zo nodig gedurende vrijwel de gehele werkdag zitten
- 1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende het grootste deel van de werkdag zitten (niet meer dan 8 uur)
- 2 beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag zitten (ongeveer 4 uur)
- 3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan 4 uur per werkdag zitten

**3. Staàn**

De lichaamshouding waarbij het lichaam aaneengesloten rust op de benen waarvan er tenminste één vrijwel is gestrekt. Het zich verplaatsen door middel van een pas opzij, vooruit of achteruit wordt niet beschouwd als een onderbreking van het staan. Staàn wordt pas onderbroken als er sprake is van substantieel andere activiteiten, waardoor recuperatie kan plaatsvinden. Bijvoorbeeld de automonteur die een onderdeel uit het magazijn gaat halen. Hierbij wordt het staan onderbroken door lopen.

Sommige combinaties van belasting van zowel staan als lopen, worden gegradeerd als staan. Voorbeelden zijn stofzuigen, schoffelen en tomaten plukken, evenals het staand werken van een automonteur of een leraar voor de klas. Het lopen bij dit soort werkzaamheden is beperkt tot één of enkele stappen. Deze vorm van lopen wordt daarom niet als een onderbreking van het staan beschouwd. Uitgangspunt bij staan is een vlakke vloer met voldoende ruimte.

- 0 norm, kan ongeveer 1 uur achtereen staan
- 1 licht beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen staan
- 2 beperkt, kan ongeveer een kwartier achtereen staan
- 3 sterk beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen staan

**4. Staàn tijdens het werk**

Het zich verplaatsen door middel van een pas opzij, vooruit of achteruit wordt niet beschouwd als een onderbreking van het staan. Staàn wordt pas onderbroken als er sprake is van substantieel andere activiteiten, waardoor recuperatie kan plaatsvinden.

Bijvoorbeeld de automonteur die een onderdeel uit het magazijn gaat halen. Hierbij wordt het staan onderbroken door lopen.

- 0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag staan
- 1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag staan (ongeveer 4 uur)
- 2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag staan (ongeveer 1 uur)
- 3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag staan

**5. Gekniel of gehurkt actief zijn**

het uitvoeren van een activiteit waarbij knieën en heupen gebogen zijn en het lichaam op één of beide knieën of voeten rust. Bij dit beoordelingspunt wordt het werken in een statisch geknielde of gehurkte houding beoordeeld. Dit in tegenstelling tot het beoordelingspunt 4.20 Knielen of hurken, waarbij het gaat om de beweging van de knieën en heupen. Bij een duurbelasting van <1 minuut aaneengesloten is er geen sprake van gekniel of gehurkt actief zijn maar van knielen of hurken. Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen het gekniel en gehurkt actief zijn. Bij gekniel of gehurkt actief zijn wordt voor de verzekeringsgeneeskundige beoordeling uitgegaan van een frequentie van ongeveer twee keer per uur.

- 0 norm, kan ten minste 5 minuten achtereen gekniel of gehurkt actief zijn
- 1 beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen gekniel of gehurkt actief zijn

**6. Gebogen en/of getordeerd actief zijn**

De lichaamshouding aannemen waarbij het bovenlichaam voorover gebogen is en/of zijwaarts naar achteren gedraaid, en deze houding gedurende enige tijd aanhouden.

Uitgangspunt is dat het bovenlichaam gedurende beduidend meer dan enkele seconden in de gebogen of getordeerde houding blijft. De verzekeringsarts beoordeelt of de klant dit 5 minuten aaneen met een frequentie van 2 keer per uur kan. In de beoordeling wordt immers geen onderscheid gemaakt tussen gebogen of getordeerd actief zijn. Gebogen (minimaal 15 graden) en/of getordeerd (minimaal 30 graden) actief zijn kan zowel staand als zittend uitgevoerd worden. De aaneengesloten duur van het gebogen en/of getordeerd actief zijn wordt pas als onderbroken beschouwd als er substantieel andere activiteiten worden ondernomen waardoor recuperatie kan plaatsvinden. Zo wordt stofzuigen in een gebogen houding en even een stap vooruit zetten, niet gezien als onderbreking.

- 0 norm, kan 5 minuten of meer achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn
- 1 beperkt, kan tot 5 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn
- 2 sterk beperkt, kan tot 2 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn

**7. Boven schouderhoogte actief zijn**

Het verrichten van werkzaamheden boven schouderhoogte, ongeacht de lichaamshouding.

Uitgangspunt is de bewegingsmogelijkheid van de schouder- en/of elleboog ten opzichte van de normale staande houding in rust (de 'anatomische stand'). De aaneengesloten duur van het boven schouderhoogte actief zijn wordt pas als onderbroken beschouwd als er substantieel andere activiteiten worden ondernomen, waardoor recuperatie kan plaatsvinden. Er is geen afzonderlijk beoordelingspunt om reiken boven schouderhoogte te beoordelen. Dit wordt eveneens bij dit punt gescoord. Daarbij wordt in een toelichting vermeld dat het om een beperking van reiken gaat. De verzekeringsarts beoordeelt of de klant dit 2 minuten aaneen met een frequentie van 10 keer per uur kan.

- 0 norm, kan ongeveer 2 minuten achtereen boven schouderhoogte actief zijn
- 1 beperkt, kan ongeveer 1 minuut minuten achtereen boven schouderhoogte actief zijn
- 2 sterk beperkt, kan niet of nauwelijks boven schouderhoogte actief zijn

**8. Het hoofd in een bepaalde stand houden tijdens het werk**

Het hoofd in een gebogen of gedraaide stand brengen en die houding gedurende enige tijd achtereen handhaven.

Met dit beoordelingspunt wordt beoordeeld hoeveel tijd het hoofd gedurende de werkdag in een bepaalde stand kan of moet worden gehouden. De bewegingen van het hoofd worden onderscheiden in drie soorten bewegingen, die bovendien ieder in twee richtingen kunnen plaatsvinden.

Elke beweging heeft zijn eigen maximum, te weten:

- anteflexie / retroflexie: kin op de borst (45 graden) / hoofd maximaal achterover (45 graden)
- lateroflexie: oor op schouder (45 graden) naar links en rechts
- rotatie: kijken over schouder (60 graden naar links en rechts)

- 0 norm, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden
- 1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 4 uur)
- 2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 1 uur)
- 3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden

**9. Afwisseling van houding.**

Het gaat hier uitdrukkelijk niet om de gebruikelijke afwisseling in zitten, staan en lopen zoals die al ontstaat bij het scoren op die beoordelingspunten. In tegenstelling tot de voorgaande beoordelingspunten van deze rubriek wordt met dit beoordelingspunt niet de mogelijkheden van de klant beoordeeld, maar specifieke eisen waaraan werk voor deze klant moet voldoen om de vereiste houdingswisselingen mogelijk te maken.

De recuperatietijd bepaalt hoe snel de klant belast kan worden met een andere lichaamshouding.

- 0 norm, geen specifieke opeenvolging van verschillende houdingen vereist
- 1 specifieke eisen aan afwisseling van houdingen, namelijk .....

**10. Overige beperkingen van statische houdingen**

- 0 norm, geen specifieke overige beperkingen van het statische houdingen
- 1 specifieke overige beperkingen, namelijk.....

**Toelichting:** zie verzekeringsgeneeskundige

## **RUBRIEK 6: WERKTIDEN**

### **1. Perioden van het etmaal**

Voormiddag: 06.00-12.00 uur

Namiddag: 12.00-18.00 uur

Avond: 18.00-22.00 uur

Nacht: 22.00-06.00 uur

0. norm, kan zo nodig op elk uur van het etmaal werken, ook 's nachts
1. beperkt, kan niet elke avond werken (18.00 – 22.00 uur), namelijk .....
2. beperkt, kan 's nachts niet werken (22.00 – 06.00 uur)

### **2. Uren per dag**

De verzekeringsarts dient in zijn oordeelsvorming altijd expliciet aandacht te besteden aan de duurbelastbaarheid van klant in de volgende gevallen:

- Klant zelf is van mening hoe dan ook niet ten minste acht uur per dag te kunnen werken.
- De verzekeringsarts heeft aanwijzingen, op basis van de gegevens die hij vergaart, dat klant wellicht niet ten minste acht uur per dag kan werken.
- Klant is zelf van mening niet ten minste een aantal uren ter grootte van de maatman-/maatvrouwomvang te kunnen werken, (ook) als deze groter is dan (gemiddeld) acht uur per dag.
- De verzekeringsarts heeft aanwijzingen, op basis van de gegevens die hij vergaart, dat klant wellicht niet ten minste een aantal uren ter grootte van de maatman-/maatvrouwomvang kan werken, (ook) als deze groter is dan (gemiddeld) acht uur per dag.

0. norm, kan gemiddeld ten minste 8 uur per dag werken
1. enigszins beperkt, kan gemiddeld ongeveer 8 uur per dag werken
2. licht beperkt, kan gemiddeld ongeveer 6 uur per dag werken, namelijk ....
3. beperkt, kan gemiddeld ongeveer 4 uur per dag werken, namelijk .....
4. zeer beperkt, kan gemiddeld ongeveer 2 uur per dag werken, namelijk .....

### **3. Uren per week**

De standaard duurbelastbaarheid in arbeid gaat uit van 35 tot 40 uur als norm voor een voltijdse werkweek bij gangbare arbeid. De standaard spreekt van een beperking als klant hiertoe niet in staat is en/of niet in staat is minimaal vier van de zeven dagen van de week te werken.

Volgens deze norm is verzekeringsgeneeskundig bezien dus geen sprake van een beperking als je 'enigszins beperkt' (gemiddeld 40 uur per week) aangeeft. In CBBS is voor een andere benadering gekozen omdat het regelmatig voorkomt dat de maatmanomvang groter is dan 40 uur en er ook in het algemeen meer dan 40 uur per week wordt gewerkt. Het onderscheid tussen 'tenminste 40 uur' en 'gemiddeld 40 uur' maakt een scherpere selectie en een efficiënter gebruik van CBBS mogelijk.

- 0 norm, kan gemiddeld ten minste 40 uur per week werken
- 1 enigszins beperkt, kan gemiddeld ongeveer 40 uur per week werken
- 2 licht beperkt, kan gemiddeld ongeveer 30 uur per week werken, namelijk .....
- 3 beperkt, kan gemiddeld ongeveer 20 uur per week werken, namelijk .....
- 4 zeer beperkt, kan gemiddeld ongeveer 10 uur per week werken, namelijk .....

### **4. Overige beperkingen ten aanzien van werktijden**

0. norm, er zijn geen specifieke overige beperkingen ten aanzien van werktijden
1. specifieke overige beperkingen, namelijk .....

**Toelichting:** zie *verzekeringsgeneeskundige rapportage*