

Den här vägledningen riktar sig till dig som är arbetsgivare

Områden där det krävs medicinska kontroller är

- vibrationer
- handintensivt arbete
- nattarbete
- allergiframkallande kemiska produkter som innehåller:
 - epoxiplastkomponenter
 - formaldehydhartser
 - metakrylater
 - akrylater
 - diisocyanater
 - organiska syraanhydrider
 - etyl-2-cyanoakrylat
 - metyl-2-cyanoakrylat
 - isocyanater som bildas vid uppvärmning
- damm som kan framkalla fibros:
 - asbest
 - vissa syntetiska oorganiska fibrer
 - kvarts
- bly
- kadmium
- kvicksilver
- stor fysisk ansträngning:
 - klättring med stor nivåskillnad
 - rökdykning eller kemdykning
 - dykeriarbete.

Reglerna finns i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om medicinska kontroller i arbetslivet, AFS 2019:3.

Områden där det krävs biologiska exponeringskontroller

Det finns regler om biologiska exponeringskontroller, för de som arbetar med

- bly
- kadmium
- kvicksilver.

Biologiska exponeringskontroller görs genom blodprov. Läs mer på sidan 3.

Omfattas jag av reglerna?

Du ska följa reglerna, och anordna de medicinska kontroller som krävs, om du

- är arbetsgivare och har anställda arbetstagare (en eller flera)
- har en yrkesmässig verksamhet utan anställda, men tillsammans med någon annan
- är ensamföretagare och arbetar med
 - de allergiframkallande produkter eller ämnen som räknas upp på sidorna 9 och 11
 - asbest
 - vissa syntetiska oorganiska fibrer
 - kvarts
 - bly
 - kadmium
 - kvicksilver.

Om du hyr in arbetstagare till din verksamhet ska du följa reglerna om

- tjänstbarhetsintyg, sidorna 2–3
- biologiska exponeringskontroller, sidorna 16, 18 och 20
- sanktionsavgifter, sidan 29

Vilka paragrafer kan gälla mig?

Sidan 5 visar varje område – och vilka paragrafer i AFS 2019:3 – som kan gälla dig, utifrån vilken typ av arbete ni har i verksamheten.

På sidorna 6–23 kan du läsa mer om varje område

- **om** du ska anordna kontroller
- **när** kontrollerna ska genomföras
- **hur** du ska anordna dem
- **vad** du ska göra med resultaten av kontrollerna.

Du kan också behöva följa andra paragrafer i AFS 2019:3, till exempel om sanktionsavgifter för den som bryter mot reglerna, se sidan 29, eller om utländska tjänstbarhetsintyg.

Vad är en medicinsk kontroll?

Den medicinska kontrollen utgår från speciella risker i arbetsmiljön, som kan orsaka ohälsa eller skada hos den som arbetar. I den medicinska kontrollen kan det ingå samtal, frågeformulär, kroppsundersökningar och att man tar prover.

Den medicinska kontrollen är ett sätt för dig att följa upp, att arbetstagare inte blir sjuka eller skadade på grund av arbetsmiljön.

Om den medicinska kontrollen visar tecken på att arbetstagare har drabbats av ohälsa, som kan bero på arbetsmiljön, ska du göra fler åtgärder i arbetsmiljön för att minimera den riskfyllda exponeringen.

Så långt som det går, ska du ta bort riskfyllda moment i arbetet, så att risken försvinner. Det ingår i ditt ansvar att arbetsmiljön inte ska utgöra en risk för ohälsa eller olycksfall.

De risker som du inte kan få bort helt, ska du minimera – se till att risken är så liten som möjligt. För vissa risker som du inte kunnat få bort, krävs medicinska kontroller.

Varför finns reglerna om medicinska kontroller?

Tack vare de medicinska kontrollerna kan du

- upptäcka tidiga tecken på ohälsa, som beror på arbetsmiljön
- förhindra att ohälsa, som arbetstagaren redan har, blir värre på grund av arbetsmiljön, till exempel om en allergisk person arbetar i en miljö där det finns risk för att nya allergier uppstår
- vara säker på att arbetstagaren har tillräcklig förmåga, fysiskt och psykiskt, för arbete under extrema påfrestningar, till exempel rök- eller kemdykning, klättring eller dykning
- upptäcka tillstånd som ökar risken för olycksfall, till exempel stor trötthet vid nattarbete, eller nedsatt omdöme eller reaktionsförmåga hos fordonsförare
- förebygga att en arbetstagare utsätter andra för risk, genom att hamna i ett tillstånd där arbetstagaren själv behöver hjälp, till exempel i riskfyllda miljöer
- få mer kunskap om riskerna i arbetsmiljön, och vilka tekniker ni kan använda i arbetet med att förebygga riskerna
- få återkoppling om hur väl ert arbetsmiljöarbete fungerar.

Vem ska betala för de medicinska kontrollerna?

Det är arbetsgivaren som betalar för de kontroller och undersökningar som ska göras på grund av risker i arbetsmiljön.

Reglerna för det, finns i EU:s ramdirektiv om arbetsmiljö, 89/391/EEG, artikel 6.5.

Vilka arbeten kräver tjänstbarhetsintyg?

Vissa arbeten får du bara låta de som har ett tjänstbarhetsintyg utföra. Läs om reglerna på sidorna 11–23. Det gäller arbete

- med vissa kemiska produkter och ämnen
- med asbest, vissa syntetiska oorganiska fibrer eller kvarts
- med bly, kadmium eller kvicksilver
- som är särskilt fysiskt ansträngande.

För att arbetstagaren ska kunna få intyget, ska du anordna en medicinsk kontroll med bedömning för tjänstbarhetsintyg.

Det ska vara en läkare med rätt kompetens, som gör kontrollen. Läkaren bedömer om arbetstagaren har en hälsa som är tillräckligt god, för att klara av den ökade risk för ohälsa, sjukdom eller olycksfall, som arbetet innebär. Om läkaren bedömer att arbetstagarens hälsa är tillräckligt god, skriver läkaren ett tjänstbarhetsintyg för arbetstagaren.

Om Arbetsmiljöverket gör en inspektion, och någon utför något av dessa arbeten, ska du kunna visa upp den arbetstagarens tjänstbarhetsintyg. Om du inte kan visa upp ett intyg, får du betala en sanktionsavgift, eftersom det är en allvarlig risk att utföra dessa arbeten.

Om du får reda på att en arbetstagare, som har ett tjänstbarhetsintyg, har varit med om ett olycksfall, har fått en sjukdom eller något annat, som kan göra att riskerna i arbetet ökar, får du inte låta arbetstagaren utföra ett arbete som kräver tjänstbarhetsintyg. För att du ska kunna låta arbetstagaren utföra arbetet, måste arbetstagaren genomgå en ny medicinsk kontroll, och där få en bedömning om att ett nytt tjänstbarhetsintyg kan utfärdas. Du som arbetsgivare ska därefter kunna visa upp det nya tjänstbarhetsintyget.

Vilka arbeten kräver biologisk exponeringskontroll?

Du ska anordna biologisk exponeringskontroll, med blodprov för de arbetstagare som arbetar med

- bly – sidan 16
- kadmium – sidan 18
- kvicksilver – sidan 20

Blodprovet visar om arbetstagaren har för höga halter av dessa metaller i kroppen.

Det räcker inte att mäta hur mycket metall det finns i luften, eftersom olika personer tar upp olika mycket i kroppen.

Vad gör jag om blodprovet visar höga halter av metallerna?

Längre fram i vägledningen framgår vad du ska göra vid olika halter i blodet, se sidorna 33–34 för bly, och sidan 35, för kadmium och för kvicksilver.

Du får bara låta arbetstagare arbeta med bly, kadmium eller kvicksilver, om de har halter i blodet som ligger under gränserna för arbetsförbud.

Om Arbetsmiljöverket gör en inspektion, och någon arbetstagare arbetar med bly, kadmium eller kvicksilver, ska du visa upp resultaten från den arbetstagarens biologiska exponeringskontroller. Om du inte kan visa upp resultaten, eller om någon arbetstagare ligger över gränsen för arbetsförbud, får du betala en sanktionsavgift, eftersom det är en allvarlig risk att utföra dessa arbeten, för personer som har för höga halter i blodet.

Läs hur du anordnar en biologisk exponeringskontroll på sidan 26.

Hur kan jag läsa föreskrifterna (AFS 2019:3)?

På nästa sida finns en bild med ett förslag på hur du som arbetsgivare kan läsa och använda föreskrifterna. I steg för steg beskrivs under olika rubriker vad du ska göra.

På den här sidan förklarar vi vad du kan hitta under varje rubrik, som du kan se här nedanför.

Vilka är sidorna i vägledningen?

Sidhänvisningarna visar var i vägledningen du kan läsa mer om de olika områdena.

Gäller reglerna mig?

Varje område börjar med att beskriva när reglerna gäller. Till exempel hur mycket en arbetstagare ska utsättas för, för att det ska krävas kontroller.

När ska jag anordna kontroller?

Här står när och hur ofta du ska anordna kontrollerna.

Vad ingår i kontrollen?

- För varje område, finns det en bilaga i AFS 2019:3, där det står vilken kompetens den som gör kontrollen ska ha
- vad kontrollen ska innehålla.

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

På sidorna 25–26 kan du läsa om hur du ska göra för att anordna och beställa kontrollerna.

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i det systematiska arbetsmiljöarbete och göra det som behövs för att förebygga ohälsa och olycksfall.

Vad ska jag skriva och spara?

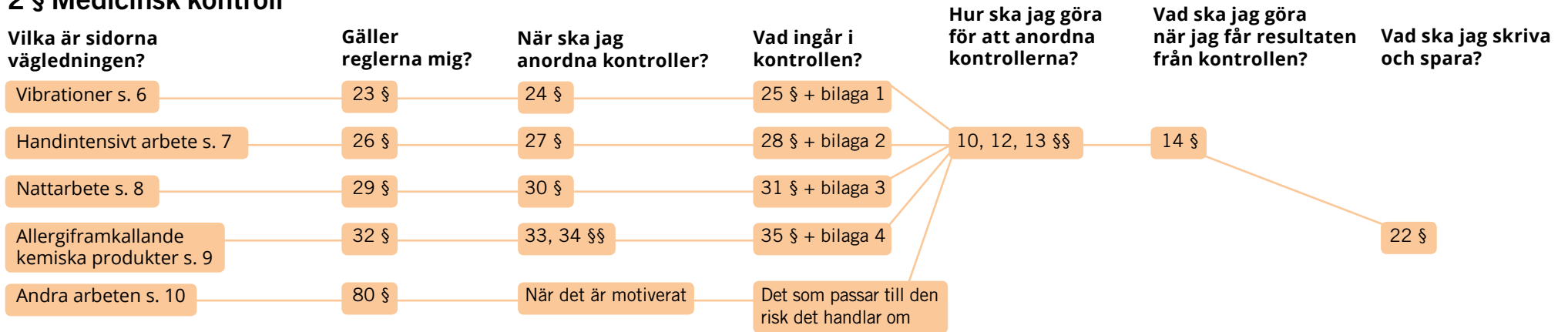
På sidan 28 kan du läsa om vad du ska skriva och spara.

Observera: Det finns ytterligare paragrafer, som inte beskrivs i bilden på nästa sida, som kan gälla dig, bland annat regler om

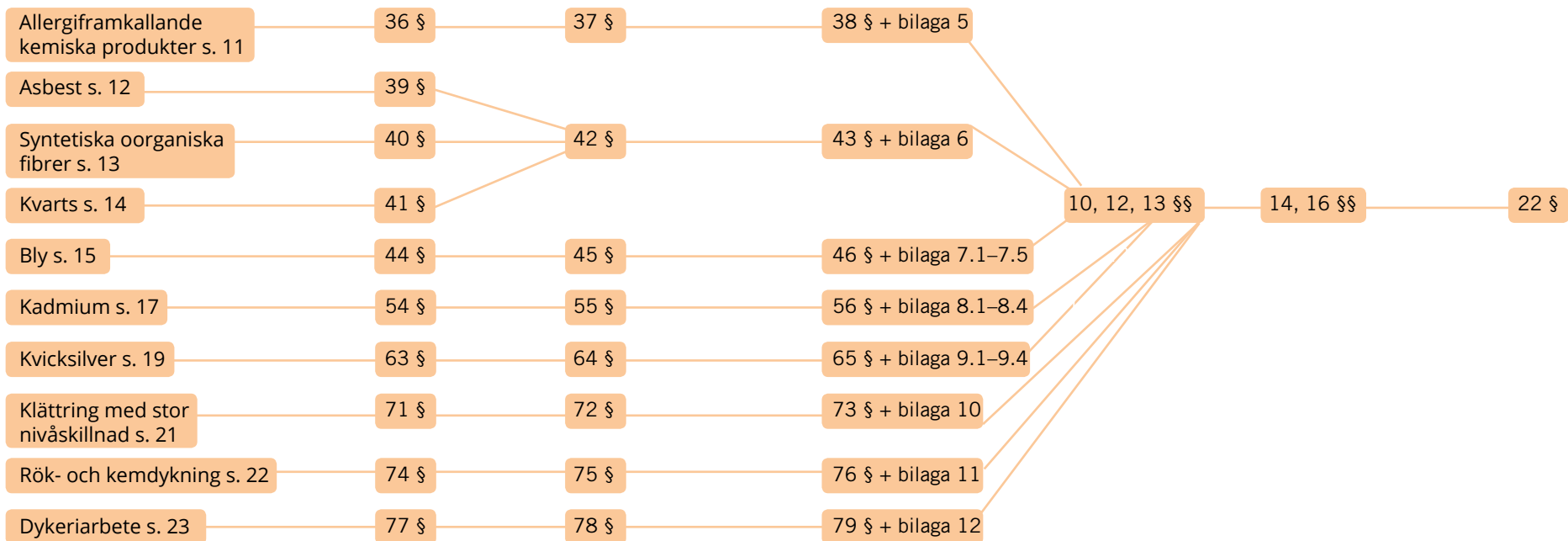
- sanktionsavgifter – se sidan 29
- utländska tjänstbarhetsintyg.

På vilka sidor i vägledningen kan jag läsa om varje område, och i vilka paragrafer finns reglerna?

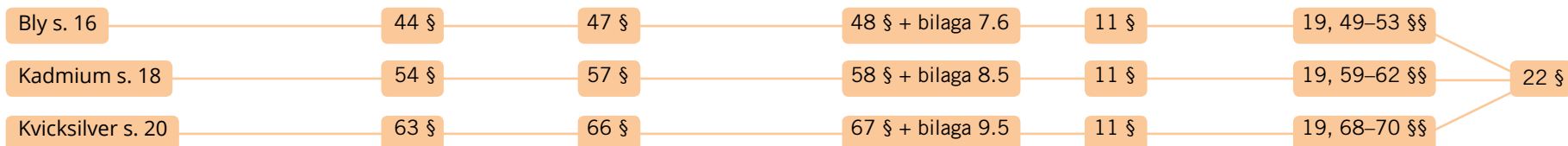
2 § Medicinsk kontroll



3 § Medicinsk kontroll + tjänstbarhetsintyg



Biologisk exponeringskontroll



Vibrationer

23 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om

- du har arbetstagare som arbetar med vibrerande verktyg, och som kommer upp över insatsvärdet för hand- och armvibrationer
eller
- om arbetet med vibrerande verktyg eller maskiner kan misstänkas orsaka ohälsa, oavsett vibrationsnivå. Detta gäller för hand/arm- och helkroppsvibrationer
eller
- arbetet med vibrerande verktyg eller maskiner har orsakat vibrationsskador hos någon annan av dina arbetstagare, som arbetar på ett liknande sätt.

Vad är ett insatsvärde?

Insatsvärdet är en gräns för hur mycket vibrationer en arbetstagare får utsättas för under en dag, innan du behöver åtgärda vibrationerna. Om värdet på arbetstagarens exponering är högre än insatsvärdet, ska du alltså göra insatser för att minska exponeringen. Insatsvärdet finns i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om vibrationer (AFS 2005:15).

Hur vet jag om en arbetstagare kommer över insatsvärdet?

Du har skyldighet att veta hur mycket vibrationer som en arbetstagare utsätts för, i genomsnitt under en arbetsdag. Hur mycket det är, ska man antingen mäta, eller räkna ut. Du kan ta hjälp av företagshälsovården. Du kan också räkna ut värdet på vibrationerna med hjälp av poängmetoden eller vibrationskalkylatorn på Arbetsmiljöverkets hemsida, www.av.se.

24 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

25 § bilaga 1

Om en arbetstagare upplever besvär, nya eller förvärrade, som skulle kunna bero på vibrationerna, ska en medicinsk kontroll anordnas och genomföras inom 1 månad.

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 1 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 1 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10,12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Handintensivt arbete

26 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om dina arbetstagare har ett handintensivt arbete, på det sätt som beskrivs i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om belastningsergonomi (AFS 2012:2).

Vad är handintensivt arbete?

Arbetsuppgifter som belastar handleden, exempelvis då föremål hålls i handen, samtidigt som handleden roteras och vinklas från sitt medelläge. Om detta pågår mer än 4 timmar per dag, ska en riskbedömning göras, och medicinska kontroller kan bli aktuella.

Vanliga arbetsuppgifter är styckning, att filéa fisk, paketering, montering, lokalvård med mera.

Hur ska jag veta om mina arbetstagare verkligen har ett handintensivt arbete?

Använd någon metod som visar om arbetet motsvarar beskrivningen i föreskrifterna om belastningsergonomi (AFS 2012:2). Här kan företagshälsovården vara till hjälp.

27 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs senast 3 år efter att arbetet börjat och sedan vart 3 år.

Om en arbetstagare upplever nya besvär, som skulle kunna bero på handintensivt arbete, ska en medicinsk kontroll anordnas och genomföras inom 1 månad.

Hur vet jag om en arbetstagares besvär kan bero på handintensivt arbete?

Besvär i handleder, armbågar, axlar och nacke, i muskler, senor, leder och nerver, kan bero på handintensivt arbete. Det är vanligt med ihållande värk och även domningar eller andra besvär från nerverna. Besvären förvärras ofta av belastning.

28 § bilaga 2

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 2 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare, fysioterapeut, naprapat eller kiropraktor, som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 2 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Nattarbete

29 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om dina arbetstagare arbetar

- normalt minst 3 timmar av sitt arbetspass **eller**
- minst 1/3 av sin årsarbetstid mellan kl. 22.00 och 06.00 (under natten).

Finns det undantag från reglerna?

Ja, om arbetstagaren under ett år arbetar mindre än 3 månader på natten. Tänk då på att man ska räkna med alla anställningar som arbetstagaren har under året.

Hur räknar jag ut om mina arbetstagare är nattarbetande?

Exempel på hur du kan räkna hittar du på sidan 32.

30 §

När ska jag anordna kontroller?

Vid nyanställning ska du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar.

Om arbetstagaren går från dagarbete till nattarbete – eller till skiftarbete där nattarbete ingår – ska en medicinsk kontroll anordnas och genomföras inom 3 månader.

Sedan ska medicinska kontroller anordnas vart sjätte år om arbetstagaren är under 50 år, eller vart tredje år om arbetstagaren har fyllt 50 år.

31 § bilaga 3

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 3 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 3 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28 .

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28 .

Allergiframkallande kemiska produkter

32 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som i sitt arbete exponeras för

- epoxiplastkomponenter
- formaldehydhartser
- metakrylater
- akrylater

som i sitt säkerhetsdatablad är märkta med H317 eller H334. Exempelvis formaldehydlösningar och väggfärg, som i handeln kallas akrylatfärg, omfattas inte av reglerna.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

Hur ska jag veta om produkterna innehåller de här ämnena?

Har du tittat i säkerhetsdatabladet till de kemiska produkter ditt företag använder? Där ska det stå vad produkten innehåller.

33, 34 §§

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan för de arbetstagare som har berättat att de har besvär från luftvägarna eller huden, om det kan öka risken för ohälsa eller sjukdom i arbetet.

Hur ska jag veta om en arbetstagares besvär ökar risken för ohälsa i arbetet?

Besvär från hud och luftvägar kan ofta förvärras om man arbetar med allergiframkallande kemiska produkter. Ett exempel på när du inte behöver genomföra en ny medicinsk kontroll är om arbetstagaren har en vanlig förkylning.

35 § bilaga 4

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 4 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 4 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Andra arbeten

80 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig om du har arbetstagare som i sitt arbete utsätts för något, som du i din riskbedömning tänker skulle motivera en medicinsk kontroll.

När ska jag tänka att det kan vara motiverat?

Om någon eller några av dina arbetstagare har besvär som verkar bero på arbetsmiljön kan det vara motiverat. Ett exempel kan vara arbetstagare som arbetar med kemikalier som det inte står om i AFS 2019:3. Ett annat exempel kan vara särskilt känsliga grupper av arbetstagare, som arbetar sent eller tidigt på dygnet, men där arbetet inte räknas som nattarbete i AFS 2019:3.

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller när du i din riskbedömning kommit fram till att du behöver göra en medicinsk kontroll.

Vad ingår i kontrollen?

Det måste avgöras efter det behov som finns. Innehållet i den medicinska kontrollen beror på vad det handlar om för typ av arbete eller exponering

Hur ska jag veta vad den medicinska kontrollen ska innehålla?

För att komma fram till vad som kan vara lämpligt att göra, kan du exempelvis ta hjälp av företagshälsovården.

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

10, 12, 13 §§

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

14 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

22 §

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Allergiframkallande kemiska produkter med bedömning för tjänstbarhetsintyg

36 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som i sitt arbete exponeras för

- diisocyanater (som i sitt säkerhetsdatablad är märkta med H334)
- organiska syraanhydrider (som i sitt säkerhetsdatablad är märkta med H334)
- cyanoakrylater (etyl- eller metyl-2-cyanoakrylat),
- isocyanater som kommer ut i luften när föremål värms upp.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller för cyanoakrylater, om arbetet sker sammanlagt 30 minuter per vecka eller kortare, eller vid försumbar exponering, se sidan 24.

Hur ska jag veta om produkterna innehåller de här ämnena?

Har du tittat i säkerhetsdatabladet till de kemiska produkter ditt företag använder? Där ska det stå vad produkten innehåller.

Målade saker och saker som innehåller polyuretan som värms upp kan frisätta gaser som innehåller isocyanater.

37 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och 3–6 månader efter att arbetet börjat. Sedan ska du anordna dem vart annat år, räknat efter att arbetet började.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

38 § bilaga 5

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 5 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkterna 1 eller 2 i bilaga 5 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Asbest

39 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som i sitt arbete exponeras för asbest

- som i 10 § i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om asbest, när det anges i tillståndet
- som i 11 § i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om asbest, när det anges i tillståndet, eller om arbetstagaren utsätts för damm med asbest i mer än 50 timmar per år
- som i 12 § i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om asbest
- på annat sätt, där arbetstagaren utsätts för damm med asbest i mer än 50 timmar per år.

42 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

43 § bilaga 6

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 6 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 6 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Vissa syntetiska oorganiska fibrer

40 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare, som i sitt arbete, under mer än 50 timmar per år, exponeras för

- eldfasta keramiska fibrer
- specialfibrer
- kristallina fibrer

som är av den sort som beskrivs i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om syntetiska oorganiska fibrer.

Exempelvis stenull, mineralull och glasull omfattas inte av reglerna.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid arbete med material som innehåller mindre än 5 viktprocent syntetiska oorganiska fibrer.

42 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

43 § bilaga 6

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 6 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 6 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Kvarts

41 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som har ett arbete där halten av kvarts eller kristobalit i luften ligger på halva gränsvärdet eller mer, och de arbetar under mer än 20 timmar per vecka totalt minst 3 månader per år.

42 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

43 § bilaga 6

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 6 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 6 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Bly – medicinska kontroller

44 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som exponeras för bly i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller för arbete med material som innehåller högst 1 procent bly, eller arbete som pågår högst 10 timmar per vecka och högst 50 timmar per år. Du behöver inte heller anordna medicinska kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

45 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

46 § bilaga 7

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 7 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 7 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Bly – biologiska exponeringskontroller

44 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som exponeras för bly i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller för arbete med material som innehåller högst 1 procent bly, eller arbete som pågår högst 10 timmar per vecka och högst 50 timmar per år. Du behöver inte heller anordna medicinska kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

47 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan var 3 månad.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om halten av bly i blodet är tillräckligt låg, kan du få anordna kontrollerna mindre ofta, eller få sluta göra dem. Se sidorna 33–34.

48 § bilaga 7.6

Vad ingår i kontrollen?

Läs i punkt 6, i bilaga 7, till AFS 2019:3 hur kontrollerna ska genomföras. Du anlitar någon som tar själva blodprovet, till exempel företagshälsovården, och ett laboratorium som ska göra analyserna av bly i blodet. Laboratoriet ska ha en metod som är pålitlig.

Hur vet jag om ett laboratorium har en pålitlig metod?

Företagshälsovården, eller en arbets- och miljömedicinsk klinik, kan hjälpa dig att hitta ett laboratorium som har en lämplig analysmetod och som kan uppvisa tillförlitlighet i sina analysresultat. De ska ange blyhalten i blodet i enheten $\mu\text{mol/L}$ (mikromol per liter).

11 §

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidan 26.

19, 49–53 §§

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Beroende på vilket resultat varje arbetstagare har på kontrollen, ska du göra olika saker. Se sidan <sidhänvisning>.

Du ska i övrigt använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Kadmium – medicinska kontroller

54 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som exponeras för kadmium i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

55 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

56 § bilaga 8

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 8 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 8 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Kadmium – biologiska exponeringskontroller

54 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som exponeras för kadmium i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

57 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan var 6 månad.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om halten av kadmium i blodet är tillräckligt låg, kan du få anordna kontrollerna mindre ofta, eller få sluta göra dem. Se sidan 35.

**58 §
bilaga 8.5**

Vad ingår i kontrollen?

Läs i punkt 5, i bilaga 8, till AFS 2019:3 hur kontrollerna ska genomföras. Du anlitar någon som tar själva blodprovet, till exempel företagshälsovården, och ett laboratorium som ska göra analyserna av kadmium i blodet. Laboratoriet ska ha en metod som är pålitlig.

Hur vet jag om ett laboratorium har en pålitlig metod?

Företagshälsovården, eller en arbets- och miljömedicinsk klinik, kan hjälpa dig att hitta ett laboratorium som har en lämplig analysmetod och som kan uppvisa tillförlitlighet i sina analysresultat. De ska ange kadmiumhalten i blodet i enheten nmol/L (nanomol per liter).

11 §

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidan 26.

**19,
59–62 §§**

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Beroende på vilket resultat varje arbetstagare har på kontrollen, ska du göra olika saker. Se sidan <sidhänvisning>.

Du ska i övrigt använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Kvicksilver – medicinska kontroller

63 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som exponeras för kvicksilver i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

64 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 3 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

65 § bilaga 9

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 9 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 9 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Kvicksilver – biologiska exponeringskontroller

63 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagarare som exponeras för kvicksilver i sitt arbete.

Finns det undantag från reglerna?

Ja, du behöver inte anordna kontroller vid försumbar exponering, se sidan 24.

66 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan var 6 månad.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om halten av kvicksilver i blodet är tillräckligt låg, kan du få anordna kontrollerna mindre ofta, eller få sluta göra dem. Se sidan 35.

67 § bilaga 9.5

Vad ingår i kontrollen?

Läs i punkt 5, i bilaga 9, till AFS 2019:3 hur kontrollerna ska genomföras. Du anlitar någon som tar själva blodprovet, till exempel företagshälsovården, och ett laboratorium som ska göra analyserna av kvicksilver i blodet. Laboratoriet ska ha en metod som är pålitlig.

Hur vet jag om ett laboratorium har en pålitlig metod?

Företagshälsovården, eller en arbets- och miljömedicinsk klinik, kan hjälpa dig att hitta ett laboratorium som har en lämplig analysmetod och som kan uppvisa tillförlitlighet i sina analysresultat. De ska ange kadmiumhalten i blodet i enheten nmol/L (nanomol per liter).

11 §

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidan 26.

19, 68–70 §§

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Beroende på vilket resultat varje arbetstagarare har på kontrollen, ska du göra olika saker. Se sidan <sidhänvisning>.

Du ska i övrigt använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagarare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Klättring med stor nivåskillnad

71

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som

- klättrar i en stolpe, på en stege, i ett träd eller liknande, där nivåskillnaden är mer än 13 meter
- och**
- riskerar att falla fritt eller okontrollerat, eller hamna i en situation där det är svårt att hjälpa dem.

Vad kan "liknande" vara för något?

Det kan vara till exempel

- en trappa som är mycket brant och inte har fallavsatser
- en travers
- ett lodrätt schakt där man klättrar upp från under marken.

När gäller reglerna inte?

Reglerna gäller normalt inte exempelvis

- ställningsbyggare
- arbete på hög höjd utan klättring eller risk att falla
- om man använder personlig fallskyddsutrustning, utan risk att hamna i en situation där det är svårt att hjälpa arbetstagaren
- om stegar, stolpar eller liknande, där arbetet ska utföras,
 - är försedda med avsatser för vila, med kortare mellanrum än 13 meter
 - och**
 - avsatserna är utformade så att de blir ett naturligt avbrott i själva klättringen, genom att arbetstagaren förflyttar sig gående innan de når nästa del med klättring, utan att behöva använda ben och armar samtidigt.

72 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan varje år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du

73 §
bilaga 10

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 10 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 10 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12,
13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Rök- och kemdykning

74 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som utför rök- eller kemdykning i sitt arbete.

75 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan varje år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

76 § bilaga 11

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 11 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 11 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Dykeriarbete

77 §

Gäller reglerna mig?

Reglerna gäller dig, om du har arbetstagare som utför dykeriarbete.

78 §

När ska jag anordna kontroller?

Du ska anordna kontroller så att de genomförs innan arbetet börjar och sedan vart 5 år, om arbetstagaren är under 40 år, eller vartannat år, om arbetstagaren har fyllt 40 år.

Vad mer behöver jag tänka på?

Om ett tjänstbarhetsintyg gäller till ett visst datum, behöver du ordna en ny medicinsk kontroll, så att du hinner få ett nytt intyg för den arbetstagaren, före det datumet. Du får inte sysselsätta arbetstagaren med det arbetet, de dagar det inte finns ett intyg som gäller.

79 § bilaga 12

Vad ingår i kontrollen?

Du kan läsa vad som ingår i kontrollen i bilaga 12 till AFS 2019:3.

Vem kan göra undersökningarna – vem har kompetens?

Undersökningarna ska göras av en läkare som har den kompetens som beskrivs i punkt 1 i bilaga 12 i AFS 2019:3. Skriv det i din beställning.

10, 12, 13 §§

Hur ska jag göra för att anordna kontrollerna?

Läs hur du gör på sidorna 25–26.

Hur beställer jag de medicinska kontrollerna?

Du kan använda vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida.

14 §

Vad ska jag göra när jag får resultaten från kontrollen?

Du ska använda resultaten i ert systematiska arbetsmiljöarbete. De ger dig underlag när du riskbedömer arbetsmiljön, så att du kan göra det som behövs, för att förebygga ohälsa och olycksfall.

22 §

Vad ska jag skriva och spara?

Du ska dokumentera vilka arbetstagare som berörs. Läs hur, på sidan 28.

Hur ska jag spara resultaten och dokumentationen?

Läs vad du ska spara, och hur länge, på sidan 28.

Försumbar exponering: risken för ohälsa är inte större än hos de som inte exponeras

Uttrycket försumbar exponering används i AFS 2019:3 i regler som gäller när arbetstagare exponeras (utsätts) för vissa kemiska ämnen eller produkter.

När du undersöker arbetsmiljön och bedömer riskerna, enligt föreskrifterna om systematiskt arbetsmiljöarbete, bedömer du även om exempelvis ett kemiskt ämne kan vara en risk för arbetstagarna – har arbetstagarna kontakt med ämnet på ett sätt som innebär att det finns risk för att de får besvär, blir sjuka eller skadade?

Om du bedömer att risken för att få besvär, hos en arbetstagare, som utsätts för ett visst ämne, inte är större än risken för den som inte utsätts, så har du kommit fram till att det är en försumbar exponering. Du behöver då inte anordna en medicinsk kontroll, eftersom man inte förväntar sig att hitta besvär, som har med exponeringen att göra.

Personlig skyddsutrustning och försumbar exponering

Tänk på att en personlig skyddsutrustning inte gör att en exponering utanför skyddsutrustningen är försumbar. Om en arbetstagare exempelvis använder en "friskluftsmask", vid arbete där det förekommer diisocyanater i luften, finns det trots allt en exponering utanför masken, och du får då inte bedöma exponeringen som försumbar.

Om besvär uppstår, trots att du har bedömt exponeringen som försumbar

Om du har bedömt en exponering som försumbar, men arbetstagaren ändå får besvär, som kan bero på exponeringen, så kan du ha gjort en felaktig bedömning. Du måste då göra en ny riskbedömning. Här kan du inte säga att exponeringen är försumbar, förrän du kan visa att arbetstagarens besvär beror på något annat.

Hygieniska gränsvärden

Ni ska använda en bra och pålitlig mätmetod när ni mäter hur mycket av ett ämne som finns i luften. Tänk på att försumbar exponering i det här sammanhanget inte är detsamma som att nivån av ett ämne ligger under gränsvärdet (hygieniskt gränsvärde). Ämnen som exempelvis diisocyanater och cyanoakrylater, kan vara farliga för känsliga personer, redan vid mycket låga nivåer i luften.

När nivåerna inte är mätbara

Vissa ämnen går inte alltid att mäta, men de kan ändå orsaka besvär – till exempel cyanoakrylater, som kan användas exempelvis när man förlänger ögonfransar. Här kan man inte säga att exponeringen är försumbar.

Nivåer av andra farliga kemiska ämnen, som exempelvis diisocyanater, är ofta inte mätbara när de ingår i en prepolymeriserad produkt. Exponeringen för diisocyanater kan i dessa fall räknas som försumbar exponering.

Skriv varför du bedömer att exponeringen är försumbar

Du ska skriva ner dina skäl till varför du har bedömt att det finns en försumbar exponering. Du ska skriva så tydligt, att den som läser det kan förstå hur du har tänkt. Det du har skrivit kan vara användbart för dig själv, nästa gång det är dags att göra en riskbedömning – då påminns du om hur du tänkte förra gången. Vid en inspektion från Arbetsmiljöverket kommer inspektören att vilja läsa vad du har skrivit i din bedömning.

Så anordnar du medicinska kontroller

På sidorna 6–23 om de olika områdena, finns alltid ett första stycke med rubriken **Gäller reglerna mig?** Läs de sidor som handlar om de områden som du har i din verksamhet, och se om dina arbetstagare är utsatta på ett sådant sätt, att du ska anordna medicinska kontroller.

Till exempel jobbar en arbetstagare natt, men inte så mycket att du behöver anordna medicinska kontroller. Eller de kanske utsätts för ett visst ämne, men exponeringen är kanske försumbar, så att du inte behöver anordna kontroller.

När du ska anordna medicinska kontroller ska du

- informera arbetstagaren om varför det behövs en medicinsk kontroll,
- erbjuda arbetstagaren en kontroll,
- beställa kontrollen,
- dokumentera det du har gjort, se sidan 28.

Det är frivilligt för arbetstagaren att genomgå den medicinska kontrollen – arbetstagaren kan alltså tacka nej till kontrollen. Du ska dokumentera om en arbetstagare tackar nej till en medicinsk kontroll, som du erbjuder.

Om den medicinska kontrollen ska innehålla en bedömning för tjänstbarhetsintyg, men arbetstagaren tackar nej till att genomgå kontrollen, finns det inget tjänstbarhetsintyg. Du får då inte låta den arbetstagaren utföra det arbete, som kräver ett tjänstbarhetsintyg.

Så skriver du, när du beställer en medicinsk kontroll

Du ska beställa en medicinsk kontroll för varje arbetstagare som har tackat ja till att delta.

Du skriver vilken typ av kontroll du vill ha utförd. Ska det vara en kontroll för vibrationer, eller för allergiframkallande kemiska produkter, eller vad? Ska kontrollen också innehålla en bedömning för tjänstbarhetsintyg?

Den som ska undersöka arbetstagaren, behöver förstå arbetssituationen. Därför skriver du också om de riskbedömningar som har gjort att du nu beställer kontrollen.

Om arbetstagaren arbetar med bly, kadmium eller kvicksilver, skickar du med resultaten från de biologiska exponeringskontroller, som har utförts sedan den senaste medicinska kontrollen.

Skriv också att ni ska få information om resultaten (återkoppling) – både arbetstagaren själv, och du som arbetsgivare. Läs mer om det på sidan 27. Tänk på att den information som du som arbetsgivare får, kan vara begränsad av sekretess.

Om du beställer en medicinsk kontroll med bedömning för tjänstbarhetsintyg, ska du skriva att både du och arbetstagaren ska få tjänstbarhetsintyget.

Läkaren ska ha rätt kompetens för att få utföra undersökningen. För handintensivt arbete, gäller att personer i vissa andra yrken, också får utföra undersökningen. För varje typ av kontroll, finns en bilaga i AFS 2019:3, som riktar sig till den person som utför kontrollen. I bilagan framgår vilken kompetens som krävs. Skriv därför vilken bilaga som hör till den typ av kontroll du ska beställa. Handlar det till exempel om asbest, så skriver du att läkaren ska ha kompetens enligt bilaga 6.

Använd blanketterna på www.av.se så får du med allt viktigt

Använd gärna vår blankett som finns på Arbetsmiljöverkets hemsida. Då får du med alla uppgifter som behövs för beställningen.

Ett tips är att om du använder vår beställningsblankett, fyller i de uppgifter som det frågas efter, och sparar en kopia av blanketten, så har du också uppfyllt kravet på dokumentation kring anordnandet för den arbetstagare, som tackat ja till den medicinska kontrollen.

Om du vill, kan du skriva din egen beställning utan att använda någon blankett. Se bara till, att du skriver de saker som behövs enligt föreskrifterna.

Till vem ska jag skicka beställningen?

De flesta köper kontrollerna av något företag som erbjuder företagshälsovård.

Så anordnar du biologiska exponeringskontroller

Om du har bly, kadmium eller kvicksilver i din verksamhet, ska du läsa sidorna om biologiska exponeringskontroller, sidan 16 för bly, 18 för kadmium och 20 för kvicksilver. I det första stycket, med rubriken Gäller reglerna mig?, kan du se om dina arbetstagare är utsatta på ett sådant sätt, att du ska anordna biologiska exponeringskontroller.

När du ska anordna biologiska exponeringskontroller för bly, kadmium eller kvicksilver, ska du

- informera arbetstagaren om varför det behövs en biologisk exponeringskontroll,
- erbjuda arbetstagaren en kontroll,
- beställa kontrollen, och
- dokumentera det du har gjort, se sidan 28

Det är frivilligt för arbetstagaren att genomgå den biologiska exponeringskontrollen – arbetstagaren kan alltså tacka nej till kontrollen. Du ska dokumentera om en arbetstagare tackar nej till en biologisk exponeringskontroll, som du erbjuder.

Du får bara låta arbetstagaren arbeta med bly, kadmium eller kvicksilver, om det finns ett resultat från den biologiska exponeringskontrollen, som samtidigt ligger under gränserna för arbetsförbud.

Så beställer du en biologisk exponeringskontroll

Laboratorier som analyser blodprover för biologiska exponeringskontroller har ofta egna beställningsblanketter. Eftersom någon först måste ta blodprovet, och det oftast är en företagshälsovård som gör det, så kan du fråga dem hur du ska göra för att beställa analysen av blodprovet.

Resultaten från den medicinska kontrollen

Vad får arbetstagaren efter den medicinska kontrollen?

Arbetstagaren ska få

- resultatet från kontrollen
- den information och de råd som arbetstagaren kan behöva, enligt det kontrollen visade, till exempel vad arbetstagaren behöver tänka på i arbetet eller skydda sig ifrån i arbetsmiljön
- tjänstbarhetsintyget, om läkaren har skrivit ett.

Vad får jag som arbetsgivare efter kontrollen?

Du ska få tjänstbarhetsintyget, om läkaren har skrivit ett.

Om kontrollen visar att arbetstagare verkar ha besvär eller sjukdomar som kan bero på arbetet, ska du få veta det.

Du ska

- ta del av resultatet (läsa eller höra det)
- använda resultatet i ditt systematiska arbetsmiljöarbete, när du riskbedömer och åtgärdar arbetsmiljön
- göra de åtgärder som behövs för att förebygga ohälsa och olycksfall i arbetet.

Du kanske inte får veta allt som kontrollen visade, eftersom vissa saker kan skyddas av sekretess eller tystnadsplikt.

Dokumentation

Vad ska jag skriva och spara om medicinska kontroller?

Om du använder vår beställningsblankett, fyller i de uppgifter som det frågas efter, och sparar en kopia av blanketten, så har du uppfyllt kravet på dokumentation av

- arbetstagarens namn
- vilken eller vilka ämnen/risker/områden som arbetstagaren har utsatts för
- att du har beställt den medicinska kontrollen
- att du har beställt ett tjänstbarhetsintyg, om det behövs.

Du ska också skriva och spara dokumentation om

- hur länge varje arbetstagare har arbetat med varje ämne/risk/område
- att du har erbjudit kontrollen till arbetstagaren – för de som har tackat nej till att genomgå den
- vilka arbetstagare som har tjänstbarhetsintyg.

Om du har bedömt att något är en försumbar exponering, ska du skriva och spara dokumentation om det, och beskriva skälen. Läs mer om det på sidan 24.

Dokumentation av personuppgifter är tillåten enligt GDPR, när det krävs av en myndighet.

Vad ska jag skriva och spara om biologiska exponeringskontroller?

Du ska spara alla resultat från biologiska exponeringskontroller.

Du ska kunna ge resultaten för varje arbetstagare

- till Arbetsmiljöverket om vi inspekterar din verksamhet
- till läkaren som ska utföra den medicinska kontrollen av arbetstagaren.

Hur länge ska jag spara dokumentationen?

I minst 40 år ska du spara

- resultaten från biologiska exponeringskontroller
- arbetstagarens namn
- vilken eller vilka ämnen/risker/områden som arbetstagaren har utsatts för
- hur länge arbetstagaren har arbetat med varje ämne/risk/område.

(3 § Arbetsmiljöförordningen (1977:1166))

I minst 10 år ska du spara uppgifter om tjänstbarhetsintyg.

(4 kap. 5, 6 §§ AML)

I minst 5 år ska du spara uppgifter om att du har anordnat de medicinska kontrollerna och de biologiska exponeringskontrollerna. Det kan du till exempel göra genom att spara beställningsblanketterna.

(3 § Arbetsmiljöförordningen (1977:1166))

Vad gör jag om jag säljer företaget?

Om du säljer företaget, eller på annat sätt överlåter din verksamhet till någon annan, ska du lämna dokumentationen till den nya innehavaren.

Sanktionsavgifter

För den som bryter mot reglerna om tjänstbarhetsintyg och biologiska exponeringskontroller, finns det regler om sanktionsavgifter.

När Arbetsmiljöverket gör inspektion, kommer vi att besluta att du ska betala en sanktionsavgift om du låter en arbetstagare

- som inte har tjänstbarhetsintyg, utföra arbete som kräver tjänstbarhetsintyg
- utföra ett arbete som kräver tjänstbarhetsintyg, trots att tjänstbarhetsintyget saknar vissa viktiga uppgifter
- som inte har genomgått de biologiska exponeringskontroller som krävs, arbeta med bly, kadmium eller kvicksilver
- arbeta med bly kadmium eller kvicksilver, trots att halten i blodet ger arbetsförbud.

Hur mycket ska jag betala?

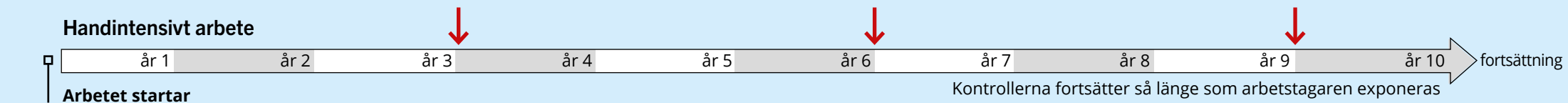
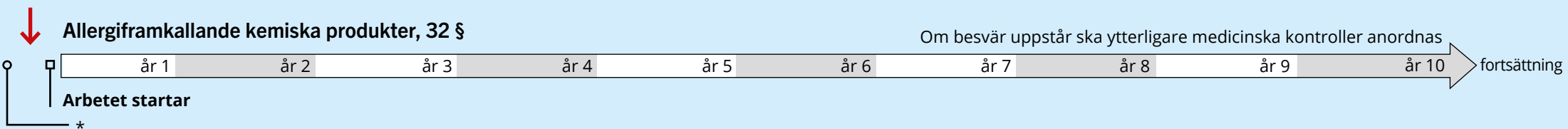
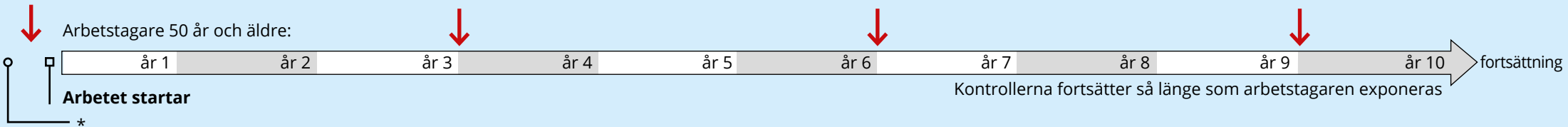
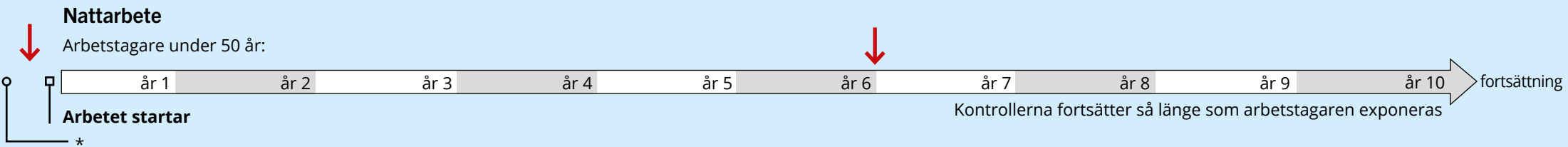
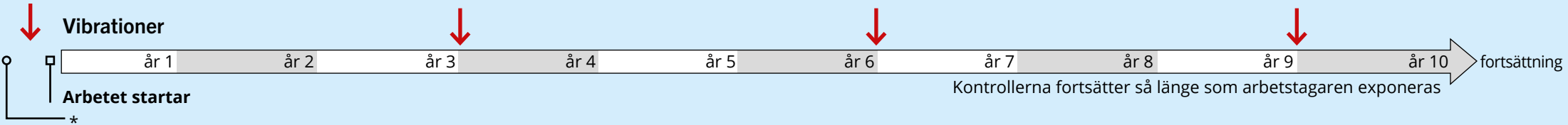
Om Arbetsmiljöverket beslutar att du ska betala sanktionsavgift, betalar du

- 150 000 kronor, om du har 500 arbetstagare eller fler
- 15 000 kronor, om du har 1 arbetstagare
- $15\,000 + (271 * \text{antalet arbetstagare})$ kronor, men högst 150 000 kronor, om du har 2-499 arbetstagare.

Sanktionsavgiften beror alltså på hur många som arbetar i verksamheten. Både anställda och inhyrda arbetstagare räknas. De räknas som en arbetstagare var, oavsett om de arbetar heltid eller deltid.

↓ När medicinska kontroller ska anordnas

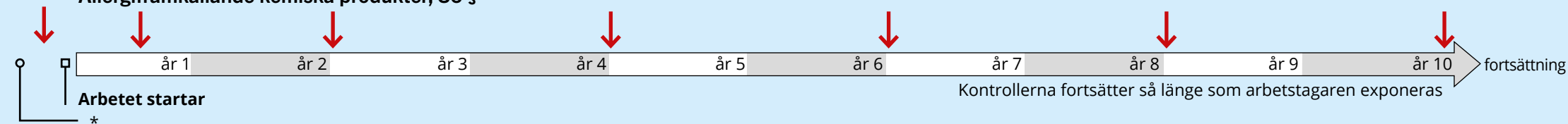
*Den första medicinska kontrollen ska anordnas innan arbetstagaren sysselsätts i arbetet.



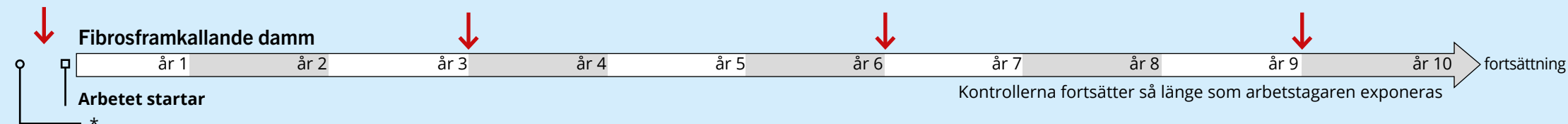
↓ Hur ofta medicinska kontroller med bedömning för tjänstbarhetsintyg ska anordnas

*Den första medicinska kontrollen med bedömning för tjänstbarhetsintyg ska anordnas innan arbetstagaren sysselsätts i arbetet.

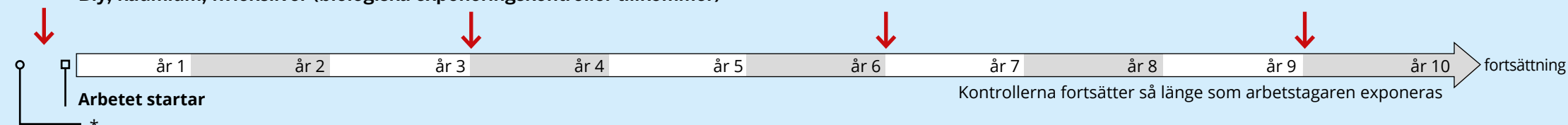
Allergiframkallande kemiska produkter, 36 §



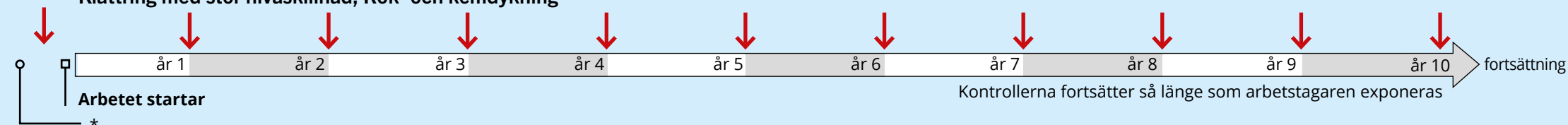
Fibrosframkallande damm



Bly, kadmium, kvicksilver (biologiska exponeringskontroller tillkommer)

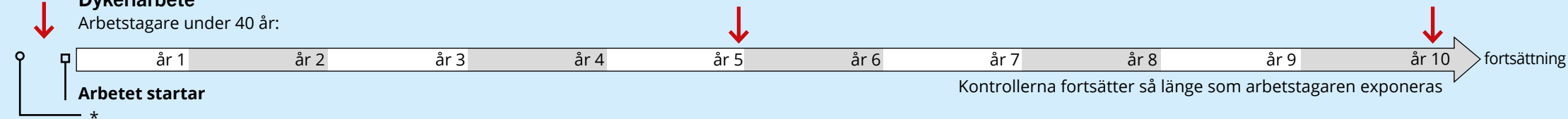


Klättring med stor nivåskillnad, Rök- och kemdykning

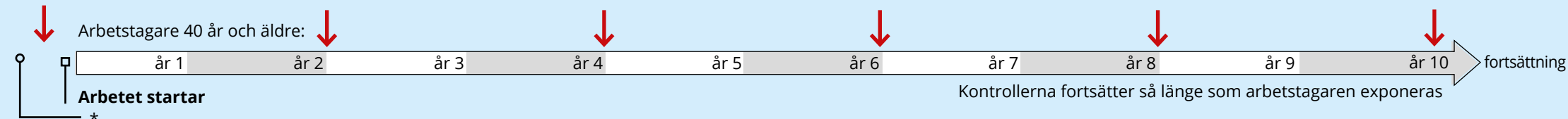


Dykeriarbete

Arbetstagare under 40 år:



Arbetstagare 40 år och äldre:



Räkna ut om någon är nattarbetande

Exempel 1 – räkna ut andelen nattarbete

På en arbetsplats har arbetstagarna tre olika skiftscheman, två veckor i taget. Schemat ser ut så här:

vecka 1 och 2:	klockan 16:00–02:00	4 dagar/vecka	10 timmar/pass
vecka 3 och 4:	klockan 16:00–24:00	5 dagar/vecka	8 timmar/pass
vecka 5 och 6:	klockan 00:00–10:00	3 dagar/vecka	10 timmar/pass

Så här beräknas

- antalet timmar nattarbete
- andelen nattarbete av den totala arbetstiden

Arbetsveckor	Arbetstider	Antal timmar natt	Timmar natt per arbetspass	Totala antalet arbetspass	Totala antalet timmar natt av den totala arbetstiden
1+2	16–02	22 till 02 = 4 timmar	4 av 10	8 st	32 av 80
3+4	16–24	22 till 24 = 2 timmar	2 av 8	10 st	20 av 80
5+6	00–10	00 till 10 = 6 timmar	6 av 10	6 st	36 av 60
Summa för de 6 veckorna och andel nattarbete:					88 av 220 = 0,40 = 40%

Exempel 2 – räkna ut andelen nattarbete

En arbetsplats har ett rullande 5-veckorsschema, som löper hela året. För att räkna ut andelen nattarbete för hela året, behöver man bara räkna ut andelen för 5 veckor – i detta exempel vecka 5 till och med vecka 9.

Schemat ser ut så här – röda siffror är arbetspass med nattarbete:

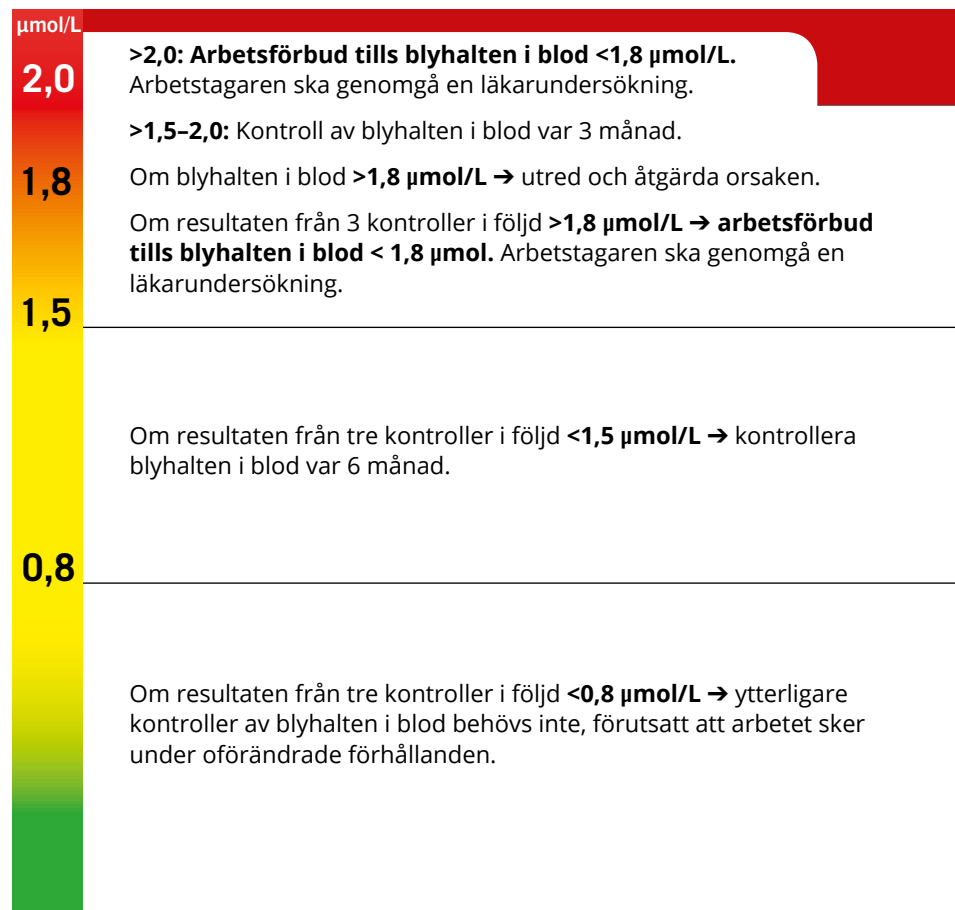
Vecka	måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag	Arbetad tid
5	6–14	6–14	6–14	6–14	6–14	–	–	40
6	–	–	–	22-06	22-06	18-06	18-06	40
7	–	–	14-22	14-22	14-22	–	–	24
8	22-06	22-06	22-06	–	–	06-18	06-18	48
9	14-22	14-22	–	–	–	–	–	16
Totalt vecka 5–9								168

Vecka	Arbetstider	Antal timmar natt	Timmar natt per arbetspass	Totala antalet arbetspass	Totala antalet timmar natt av den totala arbetstiden
5	6–14	0	0 av 8	5	0 av 40
6	22-06	22 till 06 = 8 timmar	8 av 8	2	16 av 16
6	18-06	22 till 06 = 8 timmar	8 av 12	2	16 av 24
7	14-22	0	0 av 8	3	0 av 24
8	22-06	22 till 06 = 8 timmar	8 av 8	3	24 av 24
8	06-18	0	0 av 12	2	0 av 24
9	14-22	0	0 av 8	2	0 av 16
Summa för hela skiftschemat och andel nattarbete:					56 av 168 = 1/3 = 33,3 %.

Blyhalten i blod, enligt de tidigare föreskrifterna, AFS 2005:6

För samtliga värden gäller $\mu\text{mol/L}$

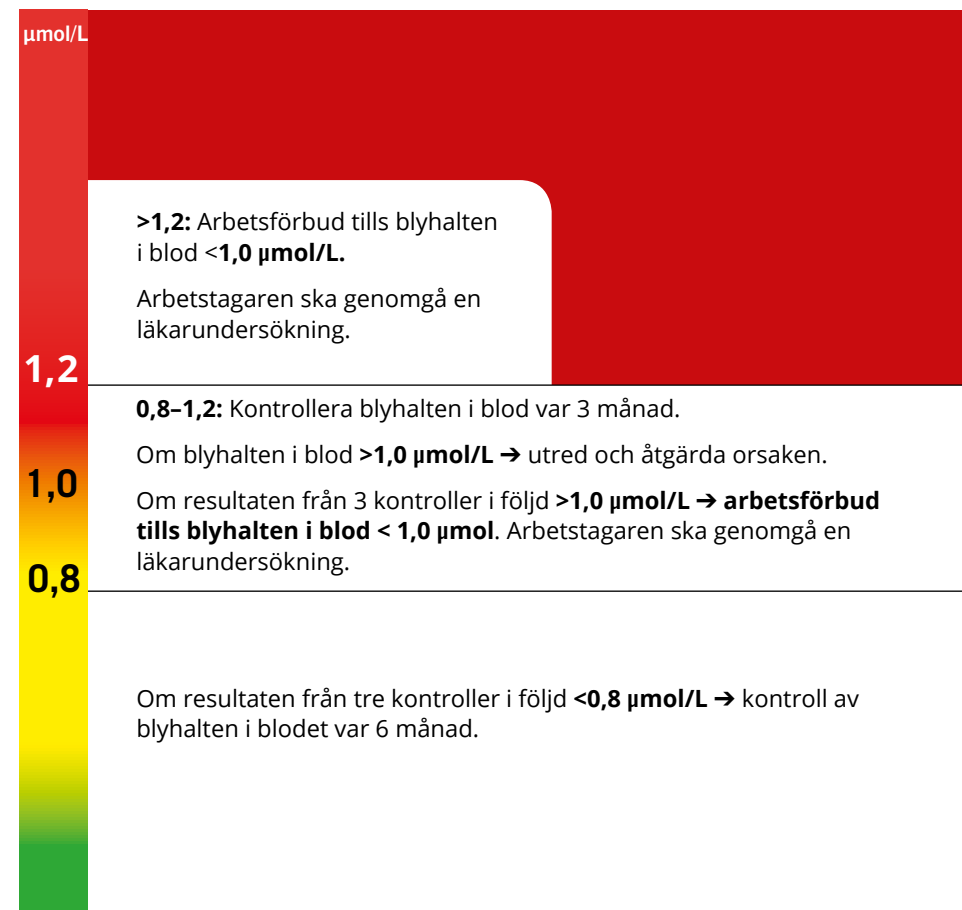
Kvinnor över 50 år + män



Referensvärde för bly i blod hos icke-yrkesexponerade: ca 0,15–0,2 $\mu\text{mol/L}$.

Gäller till och med
den 31 oktober 2021

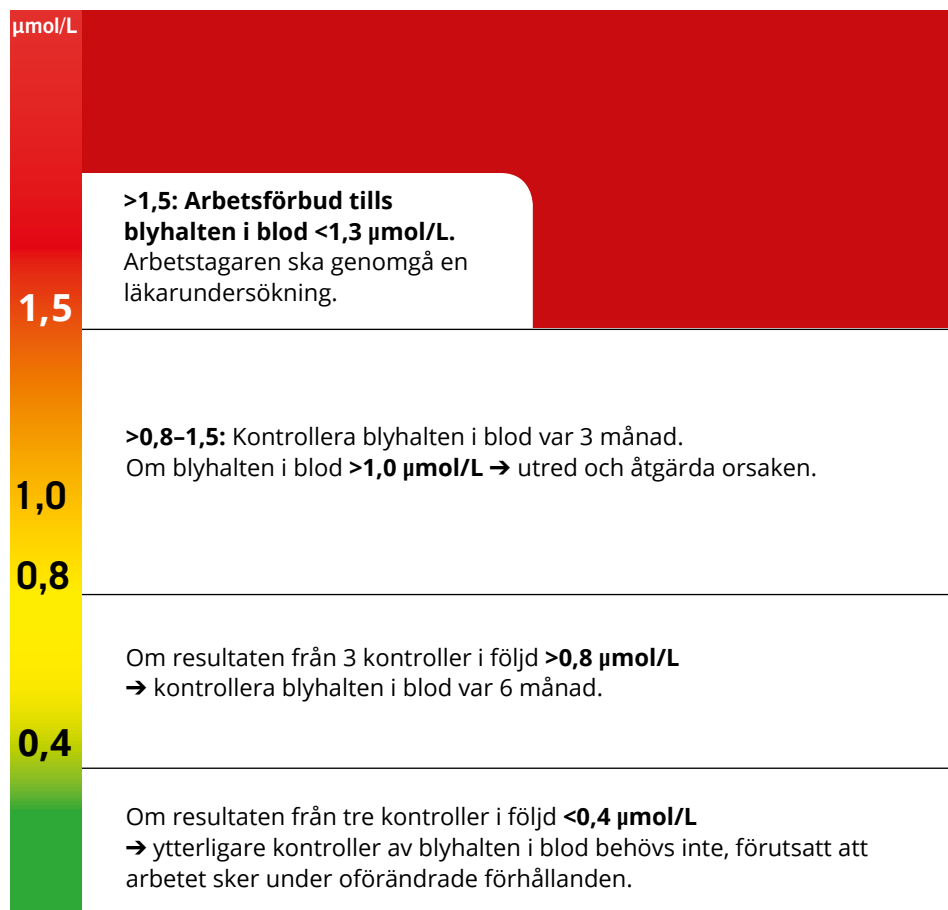
Kvinnor under 50 år



Blyhalten i blod, 49–53 §§

För samtliga värden gäller $\mu\text{mol/L}$

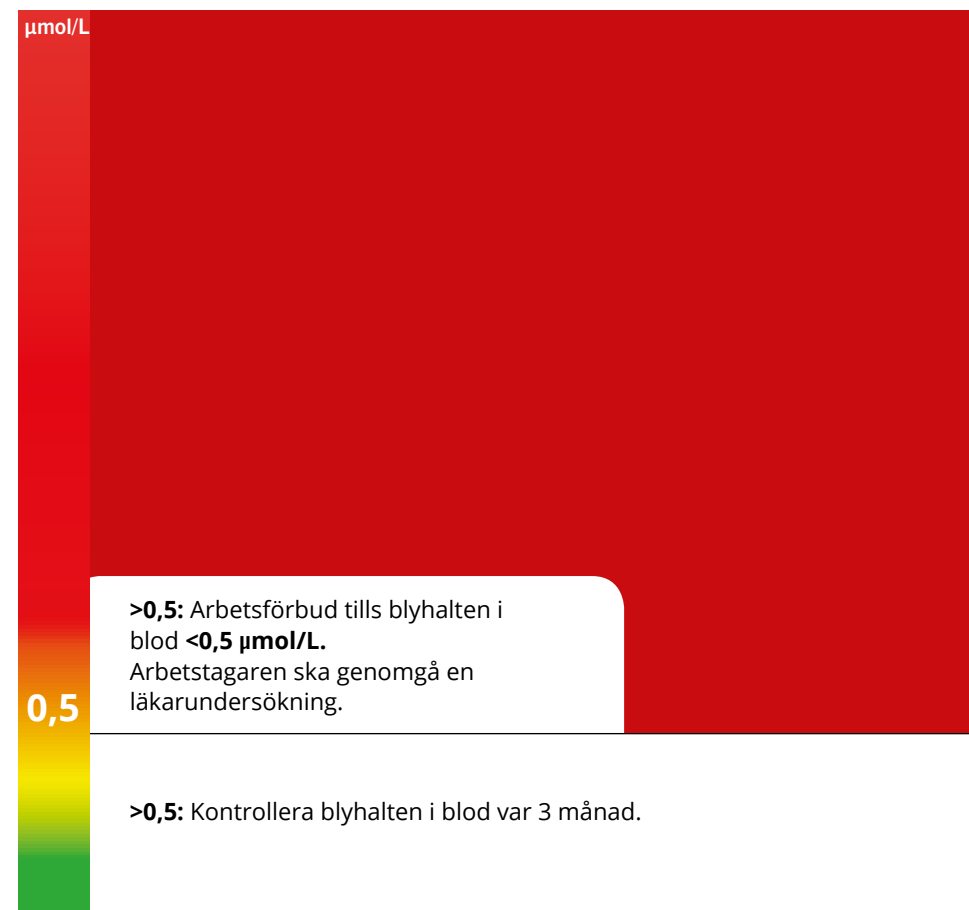
Kvinnor över 50 år + män



Referensvärde för bly i blod hos icke-yrkesexponerade: **ca 0,15–0,2 $\mu\text{mol/L}$.**

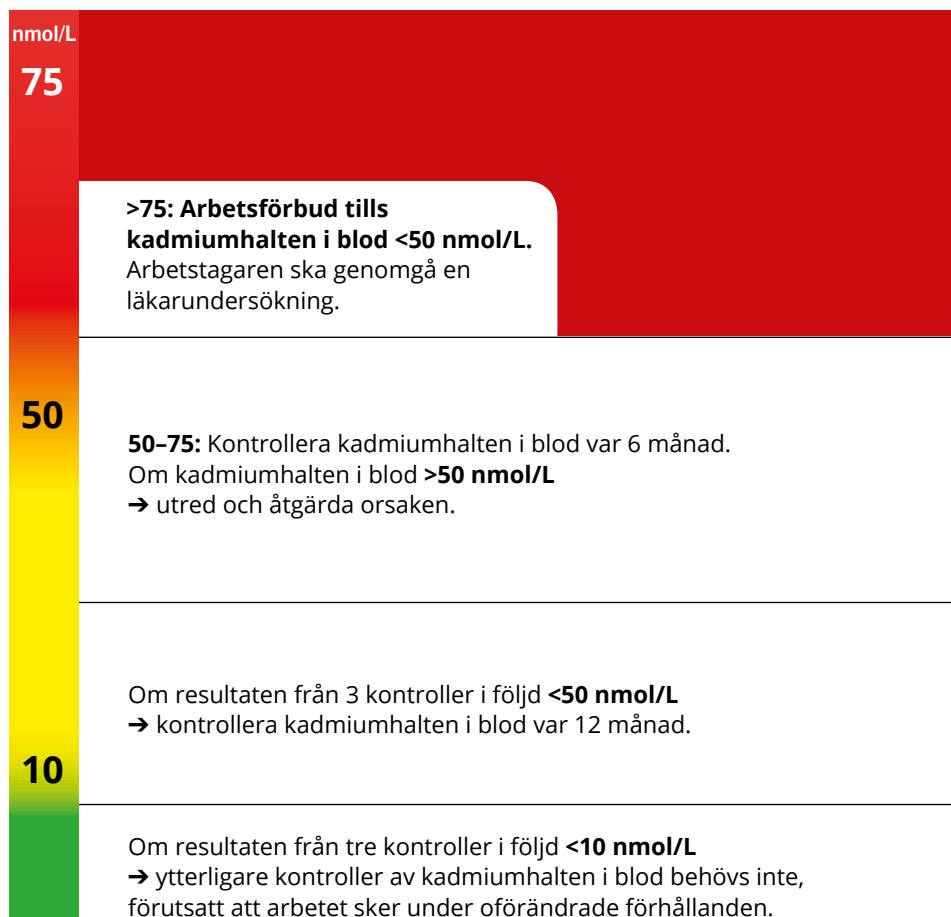
Gäller från och med
den 1 november 2021

Kvinnor under 50 år



Kadmiumhalten i blod, 59–62 §§

För samtliga värden gäller nmol/L



Referensvärde för kadmium i blod hos icke-yrkesexponerade:

Icke-rökare: 1–4,5 nmol/L.

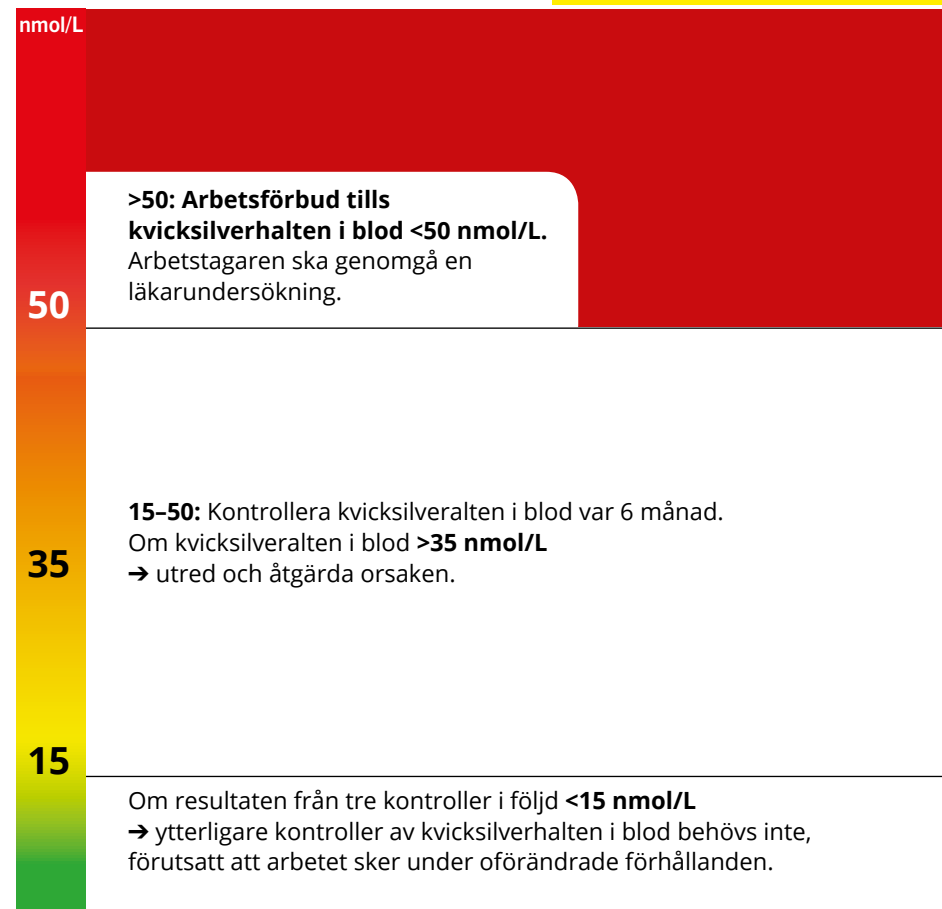
Rökare upp till 9–10 nmol/L.

Rökare, som rökt mycket och länge, kan ha upp till 50 nmol/L.

Kvicksilverhalten i blod, 68–70 §§

För samtliga värden gäller nmol/L

Gäller från och med den 1 november 2021



Referensvärde för kvicksilver i blod, total-Hg: 1,5–17,5 nmol/L.

Sällsten, Barregård, Läkartidningen 2014; 111