



# Fysieke belasting in verpleeghuizen, verzorgingshuizen en de thuiszorg

**Veel zorgprofessionals doen dagelijks fysiek zwaar werk. Denk aan het verplaatsen van een cliënt in bed of van bed naar rolstoel, hulp bij douchen en het aantrekken van steunkousen, en het schoonmaken van de woning. Dit factsheet van de Nederlandse Arbeidsinspectie beschrijft de aanpak en conclusies van de projecten in verpleeghuizen, verzorgingshuizen en thuiszorgorganisaties (VVT-organisaties) tussen 1 oktober 2020 en 1 januari 2022 en de gedurende 2022 daaruit afgeleide verbeterpunten voor werkgevers om doeltreffende maatregelen te nemen om fysieke overbelasting bij hun werknemers zoveel mogelijk te voorkomen.**

Uit de publicatie '[Verzuim in zorg en welzijn](#)' van het onderzoeksprogramma Arbeidsmarkt Zorg en Welzijn uit 2021 blijkt dat de verpleging, verzorging en thuiszorg (VVT) in 2020 het hoogste ziekteverzuim van de sector zorg en welzijn heeft. 30% van dit verzuim komt geheel of gedeeltelijk door het werk. Uit het onderzoek '[Preventie beroepsziekten door fysieke belasting](#)' van TNO blijkt dat vooral verzorgenden zeggen vaak niet te kunnen voldoen aan de fysieke eisen van het werk en om die reden maatregelen wensen. Ook tijdens de coronacrisis bleek een groot deel van de werknemers fysieke belasting als een belangrijk risico te zien. In het TNO-rapport '[De impact van de COVID-19 pandemie op werknemers](#)' gaf bijna een op de drie werknemers in de zorg (31%) aan dat het werk lichamelijk zwaarder werd ervaren door corona. Doordat ouderen langer thuis wonen, neemt de zorgzwaarte toe in zowel de thuiszorg als de verpleeghuizen. Zowel de complexiteit van de zorgvraag neemt toe als het aantal cliënten met overgewicht. Het is essentieel dat fysieke belasting bij werknemers zoveel mogelijk wordt voorkomen, zodat zij op een gezonde manier hun werk kunnen doen. Alleen zo kunnen zij de noodzakelijke zorg blijven geven.

De werkgever is verplicht om risico's voor veilig en gezond werk in kaart te brengen. Indien sprake is van fysiek belastende werkzaamheden, moet de werkgever deze werkzaamheden nader inventariseren en passende maatregelen treffen om werknemers te beschermen tegen de risico's van fysieke belasting ([Arbeidsomstandighedenbesluit - Hoofdstuk 5 Fysieke belasting](#)). In extreem uitzonderlijke gevallen, waarbij de gezondheid van de werknemer in het geding is, hebben de zorgorganisaties de mogelijkheid om een procedure te starten om de zorg te stoppen<sup>1</sup>.

## Aanpak

De Nederlandse Arbeidsinspectie ging tijdens de coronapandemie bij (meerdere) VVT-organisaties na of deze organisaties de risico's van fysieke belasting voor werknemers goed inventariseerden en voldoende doeltreffende maatregelen namen om hun werknemers te beschermen tegen fysieke overbelasting. Ondanks de toen geldende beperkende coronamaatregelen heeft de Arbeidsinspectie de geplande projecten uitgevoerd, zo nodig op afstand (telefonisch en digitaal).

In deze publicatie staan de belangrijkste bevindingen van drie verschillende projecten en verbeterpunten voor werkgevers.

### 1 Arbo in Bedrijf: special thuiszorg

In gesprekken met werkgevers en werknemers van 167 thuiszorgorganisaties bracht de Arbeidsinspectie de naleving van de arbozorgverplichtingen, de blootstelling aan risico's en de genomen maatregelen in kaart.

### 2 Onderzoek naar startende organisaties in de thuiszorg

Van 481 nieuwe thuiszorgorganisaties bekeek de Arbeidsinspectie de risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E), het plan van aanpak en het basiscontract. Vervolgens is via gesprekken met de werkgever de beheersing van risico's beoordeeld.

### 3 Digitale inspecties bij VVT-organisaties

Ook bij 59 VVT-organisaties beoordeelde de Arbeidsinspectie de RI&E, het plan van aanpak en het basiscontract. Daarna zijn gesprekken gevoerd met werkgevers, werknemers en de ondernemingsraad waarbij dieper ingegaan is op de feitelijke beheersing van de arborisico's.

De inspectieprojecten waren verschillend van aard en opzet. De Arbo in Bedrijf-special thuiszorg benadert het meest een aselechte steekproef. De starters zijn door de Arbeidsinspectie vooraf expliciet geïnformeerd over de verplichtingen die zij hebben op grond van de regelgeving. De digitale inspecties zijn uitgevoerd bij de iets grotere organisaties. In de bijlage vindt u uitgebreidere informatie over de werkwijze, de selectie van instellingen, en meer gedetailleerde resultaten van de genoemde onderzoeken. Ondanks de verschillen in aanpak is wel een aantal rode draden te zien.

<sup>1</sup> [Voorschrift Zorgtoewijzing](#)

## Belangrijkste conclusies

Op grond van de drie projecten komt de Arbeidsinspectie tot de conclusie dat ongeveer een kwart van de benaderde organisaties veel te weinig aandacht had voor fysieke belasting. Bij de overige organisaties waren de werknemers en werkgevers over het algemeen bekend met de praktijkrichtlijnen fysieke belasting voor [zorgverleners](#) en [niet-cliëntgebonden werkzaamheden](#) uit de arbocatalogus VVT en zetten ze hulpmiddelen in. Maar ook daar is verbetering nodig:

- Organisaties pakken de oorzaken van de huidige klachten nog onvoldoende aan.
- De zorgverlening start nog regelmatig zonder een goede inventarisatie van de fysieke belasting voor de werknemer.
- 70% van de in de AiB-special bevraagde werknemers werkt nog niet volgens de praktijkrichtlijnen fysieke belasting uit de arbocatalogus VVT of gelijkwaardige richtlijnen.
- Ongeveer 20% van de werknemers en 60% van de werkgevers geeft aan dat weleens gewerkt wordt zonder de noodzakelijke hulpmiddelen. Dit omdat de hulpmiddelen er niet zijn, werknemers niet goed weten hoe ze de hulpmiddelen moeten gebruiken, de werkruimte te krap is of omdat werknemers zich vanwege de werkdruk de tijd niet gunnen om een hulpmiddel te gebruiken.

## Arbo loont!

*Zorginstellingen investeren nog te weinig in preventie. Daarmee doen ze zichzelf en hun werknemers tekort. Dit is een gemiste kans, want er zijn verschillende studies die laten zien dat investeren in fysieke belasting loont. Daarbij is het wenselijk de zogeheten [TOP-aanpak](#) aan te houden.*

## Effect van de onderzoeken

De organisaties die hun risico-inventarisatie moesten actualiseren of waar doelmatige maatregelen ontbraken, waren direct bereid de tekortkomingen op te heffen. Zij brachten de Arbeidsinspectie op de hoogte van de actuele RI&E, het plan van aanpak en/of de getroffen maatregelen. Daarom zijn er geen boetes opgelegd. De bevindingen zijn ook gedeeld met de werkgeversorganisaties. Zij verspreiden informatie naar hun leden en ondersteunen hen.

## Hoe pak je dit als organisatie aan?

VVT-organisaties hebben verschillende mogelijkheden én verplichtingen om gezondheidsklachten door fysieke belasting te voorkomen.

- Er is nog veel winst te behalen als de achterliggende oorzaken van de fysieke overbelasting beter in kaart gebracht worden. Sinds 1 juli 2020 is het verplicht om de onderliggende oorzaken te vermelden in de RI&E, zodat de maatregelen daar beter op kunnen worden toegespitst.
- Zorg dat alle leidinggevenden, intakepersoneel en andere werknemers de praktijkrichtlijnen fysieke belasting voor [zorgverleners](#) en [niet-cliëntgebonden werkzaamheden](#) uit de arbocatalogus goed kennen en naleven.

- Maak een goede beoordeling van de mobiliteit van de cliënt en de fysieke belasting voor de werknemer. Breng de te hanteren werkwijzen en hulpmiddelen goed in kaart en gebruik daarbij de praktijk- en beleidstips uit de onderdelen fysieke belasting cliëntgebonden en fysieke belasting niet-cliëntgebonden van de arbocatalogus VVT.
- Breng vóór aanvang van de zorg in kaart welke hulpmiddelen bij elke cliënt noodzakelijk zijn om fysieke belasting bij de werknemer te voorkomen. Zorg ook dat de werkruimte rondom de cliënt goed ingericht wordt. Gebruik hiervoor de Arbocheck en de al genoemde praktijkrichtlijnen fysieke belasting.
- Maak goede afspraken onder welke voorwaarden de zorg wel en niet verleend kan worden. Leg afspraken over de te gebruiken hulpmiddelen en werkruimte vast in het zorgcontract, en spreek de cliënt aan op het nakomen daarvan.
- De organisatie blijft altijd verantwoordelijk voor de fysieke belasting van de werknemers. Thuiszorgorganisaties kunnen ook zelf voor de noodzakelijke hulpmiddelen zorgen, de werkzaamheden aanpassen en/of goede afspraken maken met bijvoorbeeld mantelzorgers of transferverpleegkundigen bij ontslag uit het ziekenhuis.
- Bedenk dat het tijdelijk inzetten van een tweede verzorgende bij afwezigheid van hulpmiddelen de fysieke belasting maar gedeeltelijk beperkt en tegelijkertijd de werkdruk verhoogt.
- Werkgevers- en werknemersorganisaties kunnen samen kijken of de praktijkrichtlijnen fysieke belasting voor [zorgverleners](#) en [niet-cliëntgebonden werkzaamheden](#) aangepast moeten worden aan de stand der wetenschap vanwege de toegenomen zorgzwaarte.
- Maak goede afspraken met gemeenten en verzekeraars over de inzet van geschikte hulpmiddelen die de fysieke belasting van werknemers zoveel mogelijk voorkomen, of zet tijdelijk eigen hulpmiddelen in, zoals tilliften, douchebrancards, glijzeilen etc.

## Meer informatie en handige tips

Werkgevers zijn verplicht werknemers zo goed mogelijk te beschermen tegen de nadelige gevolgen van fysieke belasting. Meer informatie vindt u via onderstaande links op het arboportaal.

- [Fysieke belasting](#)
- [Hoe TOP werk jij? Pak lichamelijke belasting aan!](#)
- [Verhalen van TOP-coaches](#)
- Sectorspecifieke informatie over de te nemen maatregelen om fysieke belasting in de VVT te voorkomen en te beheersen, vindt u via onderstaande links.
- [Fysieke belasting cliëntgebonden](#)
- [Fysieke belasting niet-cliëntgebonden](#)

# Bijlage

Meer informatie over de onderzoeken.

## 1. Onderzoek Arbo in Bedrijf: special thuiszorg

Elke twee jaar voert de Nederlandse Arbeidsinspectie een monitoronderzoek uit onder de noemer Arbo in Bedrijf. Deze monitor geeft inzicht in de arbeidsrisico's bij Nederlandse bedrijven en in de maatregelen die zijn genomen om deze te beheersen. Bedrijven en branches kunnen zich aan die uitkomsten spiegelen.

Naast de tweejaarlijkse monitor voert de Arbeidsinspectie ook zogenoemde AiB-specials uit, gericht op risico's of branches die bijzondere aandacht verdienen. Tussen 1 oktober 2020 en 1 april 2021 voerde de Arbeidsinspectie een AiB-special uit bij een aselechte steekproef van 167 thuiszorgorganisaties. De Arbeidsinspectie benaderde voor deze AiB-special thuiszorg in eerste instantie 125 thuiszorgorganisaties uit een aselechte steekproef. Om meer zicht te krijgen op verschillen tussen leden en niet-leden van brancheorganisaties, heeft de Arbeidsinspectie vervolgens 42 thuiszorgorganisaties benaderd die lid zijn van een brancheorganisatie. In totaal waren 98 thuiszorgorganisaties (59%) aangesloten bij een brancheorganisatie: 31 bij ActiZ, 34 bij Zorgthuisnl, 28 bij SPOT (Samenwerkende Professionele Organisaties in Thuis- en woonzorg) en 5 bij BVKZ (Branchevereniging Kleinschalige Zorg).

Voorafgaand aan het onderzoek ontvingen de thuiszorgorganisaties een aankondigingsbrief waarin hen gevraagd werd de RI&E, het plan van aanpak en het basiscontract op te sturen. Ook vulde de werkgever een vragenlijst in. De inspecteur beoordeelde de documenten op volledigheid en actualiteit, met speciale aandacht voor de risico's die zijn ontstaan door corona. Vervolgens sprak de inspecteur met (een vertegenwoordiger van) de werkgever en daarna met een werknemer.

### Resultaten

Inspecteurs constateerden dat een kwart van de organisaties onvoldoende aandacht had voor fysieke belasting. Zo zijn werkgevers en werknemers niet altijd goed op de hoogte van de praktijkrichtlijnen fysieke belasting of geven werknemers zorg aan cliënten zonder de juiste hulpmiddelen in te (kunnen) zetten.

- 80% van de leden en de helft van de niet-leden beoordeelde fysieke belasting in de RI&E.
- 90% van de werkgevers had de fysieke belasting van werknemers bij zorg aan cliënten in kaart gebracht.
- Ruim de helft van de leden en een derde van de niet-leden werkte met de praktijkrichtlijnen. 70% van de bevroegde werknemers werkte met de praktijkrichtlijnen of hanteerde soortgelijke richtlijnen.
- Leden gebruiken de beschikbare instrumenten voor fysieke belasting uit de arbocatalogus vaker dan niet-leden.

50% van de leden en 10% van de niet-leden gebruikte de tilthermometer. Relatief weinig organisaties gebruikten de beleidsspiegel.

- Meer dan 90% van de werknemers vond dat er goede afspraken zijn over de aanwezigheid van hulpmiddelen bij cliënten.
- De helft van de werkgevers gaf aan dat de hulpmiddelen voor huishoudelijk werk soms ontbreken. Ongeveer 20% van de werknemers gaf aan dat specifieke hulpmiddelen voor hun eigen werkzaamheden niet altijd aanwezig zijn.
- Werknemers van leden gaven vaker aan dat specifieke hulpmiddelen weleens ontbreken. Dit komt mogelijk doordat zij de richtlijnen beter kennen.
- Bijna 70% van de werkenden start de zorg wel eens als de hulpmiddelen nog niet aanwezig zijn, maar zet wel de eigen creativiteit in om de fysieke belasting zoveel mogelijk te beperken.
- 17% van de werknemers heeft te maken gehad met klachten door fysieke belasting die (deels) door het werk werden veroorzaakt. Naar aanleiding hiervan zijn maatregelen getroffen, vooral door de inzet van hulpmiddelen of lichtere werkzaamheden.

## 2. Onderzoek naar startende organisaties in de thuiszorg 2020

Van 1 februari 2021 tot 1 januari 2022 informeerde de Nederlandse Arbeidsinspectie 481 thuiszorgorganisaties die zich in 2020 nieuw hadden ingeschreven bij de Kamer van Koophandel over de verplichtingen op het gebied van veilig en gezond werken. De Arbeidsinspectie stuurde deze zogenoemde starters een brief met relevante informatie. Vervolgens heeft de Arbeidsinspectie de starters telefonisch gevraagd of ze de informatie in goede orde hadden ontvangen en wat ze naar aanleiding daarvan gedaan hadden. Daarna heeft de Arbeidsinspectie bij een steekproef van 66 starters met personeel de RI&E, het plan van aanpak en het basiscontract opgevraagd en beoordeeld. Tot slot heeft de inspecteur een gesprek gevoerd met de werkgever van de startende organisatie over risicobeheersing. Vanwege corona hebben de gesprekken vooral digitaal en telefonisch plaatsgevonden en zijn er geen locaties bezocht.

### Resultaten

Op basis van de gesprekken oordeelde de inspecteur dat 35% van de organisaties voldoende aandacht had voor fysieke belasting en 20% dat deels had. Bij 16% oordeelde de inspecteur dat de aandacht voor fysieke belasting onvoldoende was, en bij de overige 29% was het lastig een oordeel te geven zonder fysieke inspectie uit te voeren.

### 3. Digitale inspecties bij verpleeg- en verzorgingshuizen en thuiszorg

Van 1 januari 2021 tot 1 januari 2022 controleerde de Arbeidsinspectie bij 59 verpleeghuizen of thuiszorgorganisaties of zij een RI&E, plan van aanpak en basiscontract hadden, en beoordeelde zij deze documenten. Vervolgens voerde de inspecteur een (digitale) inspectie uit. Deze bestond uit gesprekken met (een vertegenwoordiger van) de werkgever, de ondernemingsraad en, als dat mogelijk was, met enkele werknemers. Naast fysieke belasting is tijdens deze gesprekken ook aandacht besteed aan het beperken van infectierisico's en psychische belasting door corona.

Het betreft hier geen aselechte steekproef. De Arbeidsinspectie benaderde namelijk ook organisaties waarover zij meldingen heeft gekregen. 20 geïnspecteerde verpleeghuizen hadden minder dan 25 werknemers, 19 hadden 26 tot 200 werknemers en 20 meer dan 200 werknemers. Ongeveer driekwart van de geïnspecteerde organisaties was lid van een brancheorganisatie.

### Resultaten

- 75% van de organisaties gaf aan dat ze maatregelen treffen zoals beschreven in de arbocatalogus VVT.
- Bij een kwart ontbraken meerdere hulpmiddelen zoals deze beschreven staan in de praktijkrichtlijnen fysieke belasting voor [zorgverleners](#) en [niet-cliëntgebonden werkzaamheden](#) van de [arbocatalogus VVT](#).
- Bij kleine en middelgrote organisaties ontbraken met name de hulpmiddelen voor de transfers in bed, transfers van bed naar stoel, aantrekken van steunkousen, hulp bij douchen of baden, verzorging op bed en huishoudelijke taken.
- Bij 6 organisaties ontbrak de voorlichting en bij 6 organisaties de instructie over de risico's van fysieke belasting, de te treffen maatregelen en de te hanteren werkwijze.

Dit is een uitgave van:

**Nederlandse Arbeidsinspectie**  
Postbus 90801 | 2500 LV Den Haag  
T 0800 51 51

© Rijksoverheid | maart 2023