

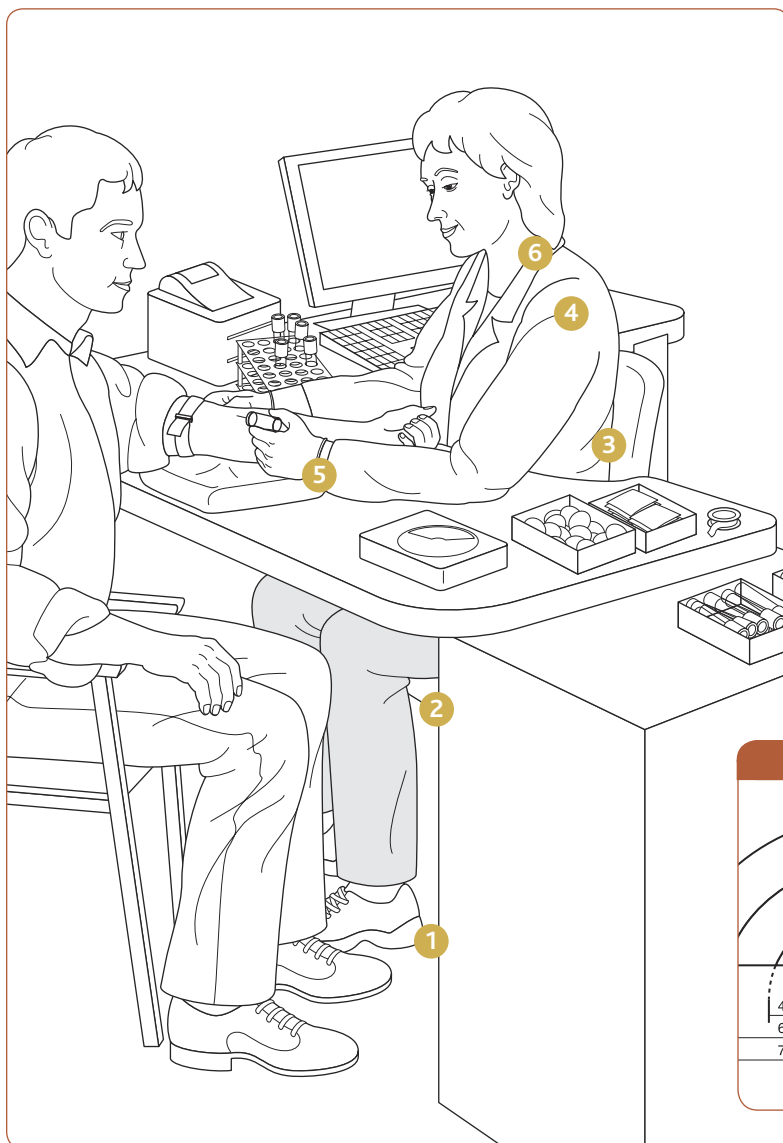
# Poste de prélèvement

## ▣ Nature du travail

Le travail consiste à réaliser des prélèvements sanguins sur des clients.

## ▣ Posture ergonomique

Il est recommandé de s'asseoir pour effectuer cette tâche ; le travail debout peut convenir pour de courtes périodes d'activité. Si l'habitude de travailler debout est installée depuis longtemps, travailler assis demandera une période d'adaptation. Si des prélèvements sont effectués toute la journée, alterner de la position assise à debout dans la mesure où le plan de travail s'ajuste. Pour l'adoption d'une posture assise optimale, ajuster le poste de travail en procédant du bas vers le haut (des pieds à la tête).



1

### Pieds en appui sur le sol

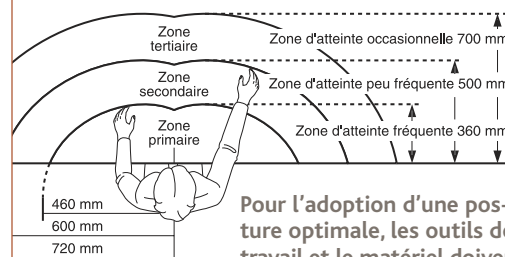
> Régler la hauteur et l'inclinaison de l'assise de la chaise pour avoir les cuisses parallèles au sol et être positionné au-dessus du site de ponction.

2

### Arrière des genoux dégagé

> Régler la profondeur de l'assise pour que le poing passe facilement derrière le genou. Lors de l'achat, opter pour une chaise dont la profondeur de l'assise se situe entre 37 et 48 cm.

### Zones d'atteinte



Pour l'adoption d'une posture optimale, les outils de travail et le matériel doivent être à portée de main.

3

### Dos droit et bien appuyé, surtout le bas du dos

- > Régler la hauteur, la tension et l'inclinaison du dossier. L'appui lombaire (protubérance du dossier) doit épouser le bas du dos.

4

### Épaules détendues

- > Régler la hauteur de la chaise ou de la table pour que les épaules soient relâchées et les coudes rapprochés du corps ou en appui sur la surface de travail.

5

### Poignets et mains en ligne droite avec les avant-bras

- > Conserver une position naturelle des poignets et des mains (sans flexion, extension ou déviation).

6

### Tête et cou alignés au tronc

- > Conserver le plus possible cet alignement.
- > Pivoter la chaise pour réduire les rotations du cou et du dos lors de déplacement latéral d'objets.

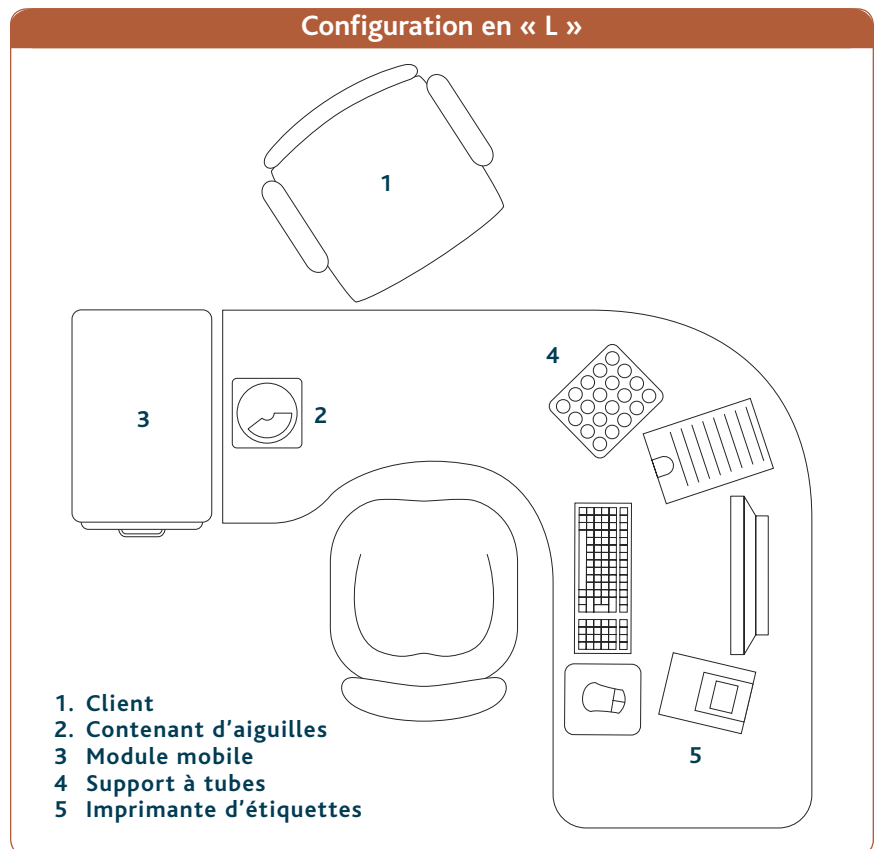
## Aménagement et caractéristiques des équipements

### Configuration du poste de travail

- > Installer le matériel de prélèvement pour respecter la séquence de travail et éviter à l'intervenant de croiser les bras devant lui.
- > Placer le matériel utilisé le plus souvent à portée de main (zone primaire) et à une hauteur évitant l'élévation des bras.
- > Placer le matériel utilisé moins souvent dans la zone secondaire.
- > Dégager le dessous de la surface de travail pour éviter des chocs aux genoux et des torsions du dos.
- > Explorer les différentes options de positionnement du client et de l'intervenant avant de faire un choix :

#### — configuration en « L » avec poste informatique, client et intervenant face à face :

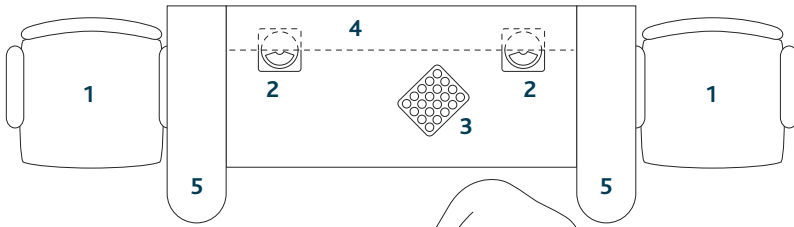
- partie du plan de travail réservée au prélèvement (profondeur entre 45 et 60 cm), autre portion dédiée au poste informatique ;
- possibilité pour le client de placer le bras gauche ou le droit sur le plan de travail ;
- matériel de prélèvement disposé à gauche ou à droite du bras du client ;
- chaise du client orientée de biais ou parallèlement à la table pour éviter que ses jambes et celles de l'intervenant se touchent ;



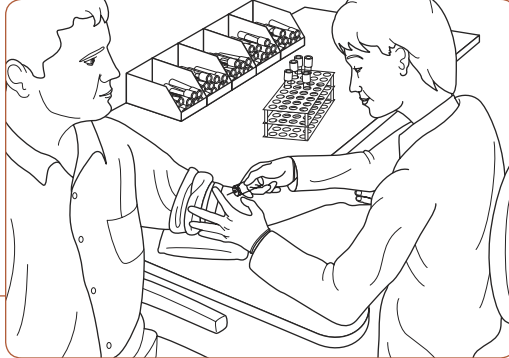
#### — configuration linéaire à une ou deux positions de prélèvement, intervenant de biais :

- comptoir fixé au mur ;
- dessous du plan de travail exempt d'obstacles ;
- comptoir muni ou non d'un appuie-bras allongé sur lequel l'intervenant peut s'appuyer ;
- matériel de prélèvement rangé au-dessus du comptoir sur des tablettes ajustables ;
- poste droitier ou gaucher ;

### Configuration linéaire



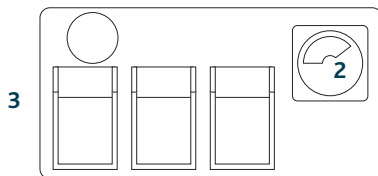
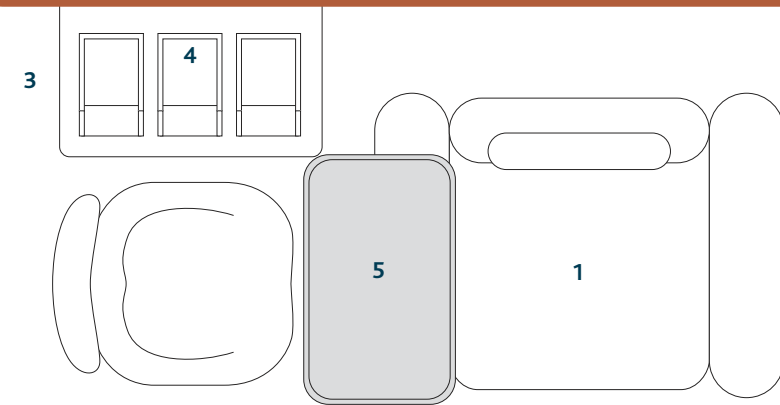
1. Client
2. Contenant d'aiguilles
3. Support à tubes
4. Tablette pour tubes de prélèvement
5. Appuie-bras allongé



### — configuration en « U », intervenant perpendiculaire au client :

- client installé sur un fauteuil de traitement muni d'une tablette rétractable ;
- intervenant placé perpendiculaire au bras du client ;
- modules mobiles et abaissés, placés de chaque côté de l'intervenant pour y déposer les accessoires ;

### Configuration en « U »



1. Client
2. Contenant d'aiguilles
3. Module mobile
4. Bacs pour tubes de prélèvement
5. Tablette de prélèvement



### — configuration sur mesure : d'autres types de mobilier spécialisé

permettent de travailler tant en position assise que debout (voir le Répertoire des équipements sur [www.asstsas.qc.ca](http://www.asstsas.qc.ca)).

### Hauteur du plan de travail

> Pour un plan de travail assis à hauteur fixe, la hauteur recommandée pour la moyenne des hommes et des femmes se situe entre 71 et 76 cm de manière à travailler au-dessus du bras du client sans élever les épaules.

> Pour tenir compte de la taille des différents intervenants ou pour avoir la possibilité de travailler assis et debout :

- privilégier un plan de travail facile à ajuster (électrique ou à manivelle) ;
- pour travailler assis ou debout, disposer d'un réglage variable entre 64 et 107 cm (71 cm travail assis, 103 cm travail debout).

### Installation du client

> Utiliser une chaise droite munie :

- de patins ;
- d'un revêtement facile d'entretien ;
- d'appuie-bras bas qui passent sous la table de travail et retiennent le client en cas de défaillance.

> Placer un support sous le bras du client pour le tendre et faciliter le repérage de la veine.

### Situations particulières

- > De préférence, installer sur une civière les clients susceptibles de s'évanouir.
- > Suggérer au parent d'un jeune enfant de le prendre sur ses genoux ou installer l'enfant sur une civière.

### Tubes de prélèvement

- > Les placer directement sur le comptoir.
- > Prévoir un petit tapis antidérapant pour maintenir les tubes près du bras du client et éviter qu'ils ne tombent sur le sol.

### Barillets

> Privilégier un modèle à clip pour éliminer le dévissage de l'aiguille pour en disposer.

### Garrot

> Opter pour un modèle facile à placer et à resserrer sur le bras du client.



## Contenant de déchets biomédicaux

- > Si possible, l'intégrer dans le comptoir et laisser visible la ligne témoin de remplissage du contenant.
- > Sinon, prévoir une surface abaissée et stable pour déposer le contenant.

## Chaise ergonomique pour le technicien

- > Utiliser une chaise munie de roulettes et sans appuie-bras.

### CARACTÉRISTIQUES

- assise réglable en hauteur et en profondeur ;
- dossier dont la hauteur, l'inclinaison et la tension sont réglables ;
- rembourrage confortable ;
- revêtement facile d'entretien ;
- piétement à cinq pattes sur roulettes.

*Une même chaise ne convient pas à tous du fait de la variation de la morphologie des personnes. Essayer différents modèles avant l'achat.*

## MISE EN GARDE

L'aménagement ergonomique d'un poste de prélèvement ne peut prévenir les maux musculosquelettiques si la posture n'est pas modifiée périodiquement.

### RECOMMANDATIONS

- > Alternier régulièrement le travail statique avec des tâches dynamiques ; alterner entre la posture assise et debout ;
- > faire des pauses courtes et fréquentes ;
- > adopter un rythme de travail régulier ;
- > effectuer des exercices d'étirement ;
- > regarder au loin fréquemment pour reposer les yeux.

## Écran

- > Orienter l'écran de façon à voir le client tout en entrant les données à l'ordinateur.
- > Placer l'écran :
  - face au clavier et à la souris ;
  - à une distance d'environ une longueur de bras (70 cm) ;
  - le haut de l'écran au niveau des yeux ;
  - perpendiculaire aux fenêtres.
- > Éviter de placer l'écran directement sous un luminaire.

*Les personnes portant des verres correcteurs bifocaux ont avantage à abaisser la hauteur de l'écran. Un moniteur à écran plat est plus avantageux : moins encombrant, moins de reflets et plus facile à déplacer qu'un moniteur à écran cathodique.*

## Clavier et souris

- > Les placer sur le comptoir face à l'écran.
- > Privilégier un clavier compact qui occupe moins d'espace sur le plan de travail.

## Lecteur optique

- > Privilégier un modèle sur support, plutôt qu'en forme de pistolet, pour éviter les manipulations répétées.

## Ordinateur

- > Installer le boîtier de l'ordinateur sous la table sur un support de façon à ne pas gêner le mouvement des jambes.
- > Choisir un petit boîtier.

## Éclairage

- > Prévoir un éclairage suffisant pour la lecture des données nominatives et pour le travail de précision requis pour le prélèvement. L'éclairage doit se situer entre 500 et 1 500 lux selon le niveau de perception de détail<sup>1</sup> requis.
- > Prévoir une lampe d'appoint pour bien voir le site de ponction.

type de travail	éclairage en lux
lecture et écriture	500
délicat sur petites pièces	800
avec comparaison de couleurs	1 000
très délicat sur très petites pièces	1 500

## Bruit

- > Un niveau sonore compris entre 46 et 56 dB est recommandé<sup>2</sup>.

### RÉFÉRENCES

1. GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (S-2.1, r. 19.01), Annexe VI, Niveau d'éclairage dans les établissements, 2001, page 89.

ASSOCIATION FRANÇAISE DE NORMALISATION. *Recueil de normes françaises – ergonomie*, norme n° NF X 35 – 103, 1991.

2. SCHERRER, J. et al. *Précis de physiologie du travail*, Éditions Masson, 1981, page 410.

Les dimensions proposées sont fondées sur des données anthropométriques référées par l'Association canadienne de normalisation (ACNOR) *Guide sur l'ergonomie au bureau*, Norme nationale du Canada CAN/CSA-Z412, 2001.



[www.asstsas.qc.ca](http://www.asstsas.qc.ca)

**Cette fiche ainsi que de courtes vidéos sont accessibles sur notre site Internet. Pour plus d'information sur les équipements, accéder à notre Répertoire des équipements.**