

Clear & Cleandesk werken



## Vies kantoor? – ziek wordt je ervan... en je computer kan er ook niet tegen

Een vol bureau, stapels losse papieren, kruimels van de laatste lunch op je bureau en stoffige kantoren, wie kent het niet? Nu kun je je afvragen of dit zo'n probleem is. In onderstaand artikel laten we zien wat een opgeruimde en schone werkplek voor uw organisatie oplevert.

### **Begripsbepaling**

Wanneer we spreken over een schoon en opgeruimd bureau denk je al snel aan 'clean desk', een schoon bureau. Toch is dit niet zozeer de betekenis van het begrip 'clean desk', dit duidt namelijk veeleer op het niet laten slingeren van waardevolle documenten op de werkplek, zodat voorkomen wordt dat fysieke of elektronische documenten in de handen van onbevoegde personen vallen. Naast 'clean desk' wordt ook wel gesproken van 'clear desk' beleid, dit bedoeld hetzelfde aan te geven. In dit artikel zullen we verder over clean desk spreken.

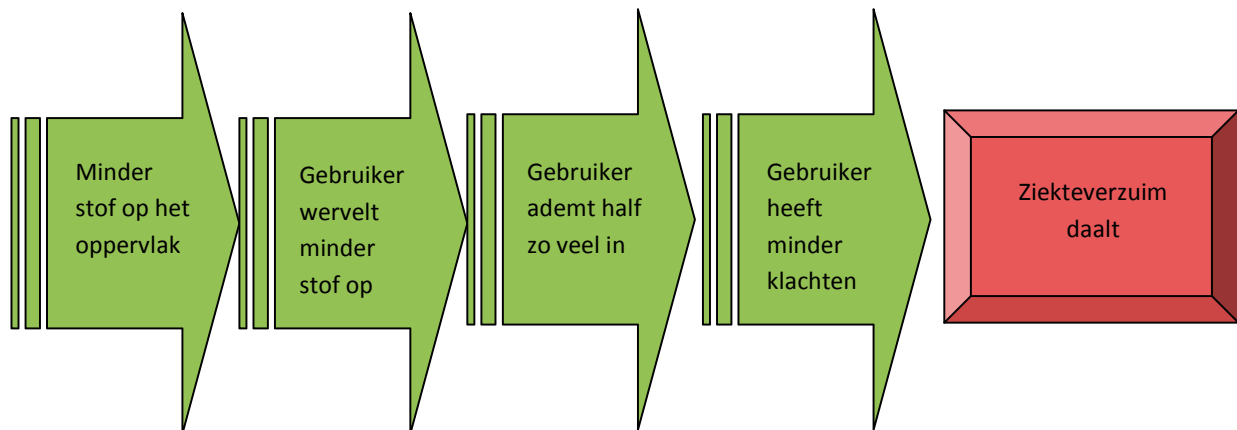
Het opruimen van de werkplek heeft echter ook een aantal andere voordelen. Een opgeruimde werkplek is gemakkelijker schoon te maken en ziet er netter en representatiever uit. Verder is een opgeruimde en schone werkplek beter voor uw computer, stof kan zich namelijk ophopen in de computer, waardoor de warmte minder goed afgevoerd wordt en er eerder kortsluiting kan ontstaan. Ten slotte is een vieze werkplek slecht voor de gezondheid, vanwege het infectiegevaar en de ophoping van stof, wat vooral nadelig is voor mensen met luchtwegproblemen.

### **Allergieën en astma**

Te beginnen bij dat laatste, de gezondheidsproblemen die mogelijk ontstaan door onopgeruimde en vieze werkplekken.

Er zijn veel mensen die een inhalatie-allergie hebben, uit het ELON-onderzoek blijkt dat dit bij 20-50% van de bevolking het geval is, meer bij jongeren dan bij ouderen. Stoffen waarvoor men vaak allergisch was, waren huisstofmijt (25%), timotheegras (17%), berk (12%), en kat (7%). Er is ook een grote groep die last heeft van astma, in Nederland meer dan 500.000 personen (>30 personen per 1.000 inwoners). Voor deze groep is een grote concentratie aan stof dus een probleem. Op zich kan stof weinig kwaad, zolang het op de plint, grond of het bureau ligt. Maar door bewegingen op de werkplek, door rollen van de stoel of bijvoorbeeld door luchtcirculatie wervelt dit stof ook op en komt zo in de lucht. Het gebruik van luchtreinigers biedt hierbij maar weinig soelaas.

Stof kan zich gemakkelijk ophopen op en om de werkplek. Wanneer twee bureaus gescheiden worden, door een scheidingswand tot op de grond of een kast, valt de luchtcirculatie onder het bureau stil, daarom hoopt het stof zich vooral op deze plek op. Verder hoopt het stof zich op op plekken die voor de schoonmaakdienst moeilijk bereikbaar zijn, zoals een kluwen snoeren onder een bureau of op een bureau vol met papieren, apparaten en andere 'rommel'.



Anton Duisterwinkel, 'Argeloze chemisch technoloog versus micro-organismen in de lucht', TNO Industrie en Techniek, 2006

### Infectiegevaar en bacteriën

Naast stof en allergieën zijn virussen en bacteriën een mogelijke bedreiging voor de gezondheid. De vraag is echter op welke oppervlakken de meeste bacteriën te vinden zijn. Dr. Charles Gerba van de universiteit van Arizona heeft hiernaar onderzoek gedaan. Hij onderzocht de hoeveelheid bacteriën op de volgende oppervlakken:

1. Bureau
2. Telefoonhoorn
3. Muis
4. Toetsenbord
5. Handvat magnetron
6. Knopje van de lift
7. Start knop van het kopieer apparaat
8. Toiletbril
9. Faxapparaat
10. Handvat van de koelkast
11. Knop van de waterkraan

Opvallend was de uitkomst waarbij de toiletbril de MINSTE bacteriën bevatte, de top vijf van meest bacterierijke plekken was: telefoonhoorn, bureau, knop van de waterkraan, handvat van de magnetron en het toetsenbord. Om u een idee te geven, een bureaublad bevat meer dan 8.000 micro-organismen per vierkante centimeter. De reden dat deze oppervlakken zo vies zijn is dat we ze vaak met onze handen aanraken. Daarnaast wordt er vaak gegeten op de werkplek, en kruimels etc. zijn een uitstekende voedingsbodem voor allerlei schimmels en bacteriën. Verspreiding van allerlei virussen en bacteriën komen uiteraard



vooral voor wanneer zaken als telefoon en toetsenbord door verschillende personen gebruikt worden, dus bij flexwerkplekken en publieke ruimtes.

Nu hoeven de meeste mensen zich niet direct grote zorgen te maken over deze bacteriën op en om de werkplek, er bevinden zich altijd bacteriën op onze huid, in de lucht en bijna alles wat we aanpakken. Veel van deze bacteriën zijn niet schadelijk en we hebben normaal gesproken een gezonde weerstand tegen ziektekiemen. Het gaat erom de kans op infecties en epidemieën van griep en verkoudheid te verkleinen. Daarom ligt het voor de hand om bij het schoonmaken te beginnen bij de oppervlakken die de meeste bacteriën bevatten, te beginnen bij de telefoon en het bureau. Er is weliswaar nog geen onderzoek gedaan naar de samenhang tussen voorkomen van bacteriën en ziekteverzuim in kantoren, maar dit is wel aangetoond voor scholen en kindercrèches. Voor deze twee werkomgevingen werd aangetoond dat het ziekteverzuim met 30-50% daalt wanneer er goed gedesinfecteerd wordt. Geschat wordt dat 80% van de veel voorkomende ziektes (griep, verkoudheid etc.) wordt overgebracht via de omgeving, je raakt op een dag veel meer dingen aan dan dat je rechtstreeks contact hebt met mensen. Er wordt wel gezegd dat blootstelling aan allerlei bacteriën goed is, omdat het immuunsysteem hierdoor opgebouwd wordt. Deze stelling wordt wel de hygiëne hypothese genoemd, maar deze stelling is nooit bewezen. Een gezonde leefstijl en goede voeding zijn de beste manieren om een goed immuunsysteem in stand te houden.

### Goed schoonmaken

Ook de Vereniging Schoonmaak Research (VSR) heeft onderzoek gedaan naar samenhang tussen schoonmaken en de concentratie aan bacteriën en deeltjes in de binnenlucht. Een kantoor wat op de goede manier schoongemaakt is heeft een 30-50% lagere concentratie aan bacteriën en andere deeltjes in de lucht. Ze geven tevens aan dat het positieve effect van schoonmaken op binnenmilieu en gezondheid van mensen aangetoond is in meerdere wetenschappelijke onderzoeken. Meer informatie over andere de beste schoonmaakmethoden kan opgevraagd worden bij de VSR.

Op de meeste bureaus wordt de monitor, het toetsenbord, de muis en eventueel de documenthouder op het bureau geplaatst. Daardoor wordt het voor de schoonmakers wel erg moeilijk om de werkplek echt schoon te krijgen. Om het bureauoppervlak echt schoon te krijgen moet elk van die onderdelen individueel opgetild worden om eronder het bureau schoon te maken. Een flatscreenarm zorgt ervoor dat het scherm optimaal gepositioneerd kan worden, op de juiste kijkaafstand en op de juiste hoogte. Je kunt dus ergonomische (lees: gezonder) werken. Een bijkomend voordeel is echter dat het scherm niet langer op het bureau staat. Wanneer ook nog gebruik gemaakt wordt van een documenthouder die opklapbaar is (CleanDoc) kan het bureau heel gemakkelijk schoongemaakt worden, zie onderstaande afbeelding.



Schone werkplekken dragen dus bij aan een gezond werkklimaat, maar verbeteren tevens de uitstraling van de onderneming.

### Bescherming van waardevolle informatie

Vertrouwelijke informatie op het bureau of op de vergadertafel? Een gemakkelijke manier voor bezoekers om inzicht in bedrijfsgeheimen te krijgen. Vertrouwelijke informatie van cliënten in het zicht is schadelijk voor die cliënt, en maakt een slechte indruk op nieuwe en andere cliënten. Niemand wil immers dat met zijn of haar gegevens nonchalant wordt omgegaan. Het invoeren van clean desk policy maakt het vertrouwen in de organisatie groter.

Onder 'clean desk' beleid vallen onder andere:

- opslag van documenten en diskettes in afsluitbare kasten;
- uitzetten van computers na werktijd;
- automatisch uitloggen bij tijdelijk verlaten van de werkplek
- opruimen van bureaus;
- dossierpapier, prints etc. na gebruik door de papierversnipperaar;
- plaatsen van faxapparatuur in niet voor het publiek toegankelijke ruimte

De inrichting van de werkplek kan hierbij ondersteunend werken, een traditionele documenthouder nodigt uit om hier papieren op te leggen, op te laten liggen. Wanneer een beleid ingevoerd wordt waarbij de documenthouder aan het eind van de dag moet worden opgeklapt (zie afbeelding) wordt het goede gedrag (niet laten slingeren van papieren) bevorderd.



### Stof en computerproblemen

Stof is slecht voor onze gezondheid, het is echter ook slecht voor de gezondheid van uw computer. De computer fungeert onbedoeld namelijk als gratis stofzuiger, terwijl de computer niet goed tegen stof kan. Het meeste stof komt binnen via de ventilator, die zuigt lucht van buiten de systeemkast om bepaalde onderdelen van de computer te koelen. Helaas bevat deze lucht vrijwel altijd een bepaalde hoeveelheid stof. Daarnaast werkt de statische elektriciteit als een magneet op rondvliegende stofdeeltjes. Dit stof slaat neer op de onderdelen in uw computer, waardoor deze hun warmte minder goed kwijt kunnen. En onderdelen die te warm worden gaan minder lang mee. Daarnaast kan stof onderdelen bevatten die geleidende eigenschappen hebben, hierdoor kan kortsluiting veroorzaakt worden. Bijkomend probleem is dat veel systeemkasten zich op de grond bevinden, de meest stoffige plek op een kantoor. En oplossing hiervoor is om de systeemkast (CPU) onder het bureau te hangen middels een CPU-houder, terwijl de rest van de kabels netjes onder het bureau weggewerkt wordt. Een bijkomend voordeel hiervan is dat de schoonmakers op deze manier de grond onder het bureau beter kunnen stofzuigen. En de kans dat een gebruiker of schoonmaker per



ongeluk een kabel kapot trekt is veel kleiner, omdat de kabels netjes weggewerkt zijn en niet los hangen of op de grond liggen.

**Conclusie**

Een schone werkplek waar weinig stof rond dwarrelt, en waar effectieve maatregelen genomen zijn tegen hoge concentraties bacteriën dragen bij aan verlagen van het ziekteverzuim en verbeteren van het werkplezier van de medewerkers. Dit kan bereikt worden door op een effectieve manier schoon te maken, een CPU houder, goed kabelmanagement en een opklapbare documenthouder kunnen het schoonmaken aanmerkelijk vergemakkelijken en daarmee de schoonmaaktijd verkorten. Hierdoor kunnen schoonmaakkosten verlaagd worden en effectiviteit van het schoonmaken vergroot worden.

## Meer informatie?

Health2Work Nederland  
Zwetsloot 5E  
9231 DW Surhuisterveen  
Nederland

Algemeen telefoonnummer	+31 (0)88 240 00 60
Algemeen faxnummer	+31 (0)88 240 00 80
E-mail	<a href="mailto:info@health2work.nl">info@health2work.nl</a>
Website	<a href="http://www.health2work.nl">www.health2work.nl</a>

Health2Work België  
Verzusteringslaan 20  
9100 Sint-Niklaas  
België

Algemeen telefoonnummer	+32 (0)52 46 08 05
Algemeen faxnummer	+32 (0)52 46 08 05
E-mail	<a href="mailto:info@health2work.be">info@health2work.be</a>
Website	<a href="http://www.health2work.be">www.health2work.be</a>