

Arbeitsmedizinische Hinweise zur Bildschirmarbeit

Stand: 10.07.06

Gesundheitliche Beeinträchtigungen können auftreten bei

- nicht ausreichendem oder nicht ausreichend korrigiertem Sehvermögen,
- ergonomisch ungünstig gestalteten Bildschirmarbeitsplätzen und/oder
- psychischen Fehlbelastungen.

Augenbeschwerden

Brennende, tränende Augen, Flimmern vor den Augen, ggf. mit Kopfschmerzen verbunden, können durch nicht ausreichendes Sehvermögen oder fehlerhafte Arbeitsplatzgestaltung und Technik (z.B. unscharfe Abbildung auf dem Monitor) bedingt sein.

Die Bildschirmarbeitsverordnung¹ fordert, dass der Arbeitgeber den Beschäftigten eine **Untersuchung** der Augen und des Sehvermögens vor Tätigkeitsaufnahme und anschließend in regelmäßigen Abständen **anzubieten** hat. Ein Recht zur Wahrnehmung der Untersuchung besteht auch beim Auftreten von Sehbeschwerden. Diese Untersuchung ist keine Eignungsuntersuchung, sondern soll zu korrekten Sehbedingungen verhelfen. Hierbei kann sich herausstellen, dass eine Sehhilfe verordnet werden muss oder andere Maßnahmen notwendig sind.

Die Zeitabstände zur Untersuchung der Augen und des Sehvermögens sind altersabhängig gestaffelt. Im Berufsgenossenschaftlichen Grundsatz für arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen "Bildschirmarbeitsplätze" G 37² ist die wiederkehrende Untersuchung bei Beschäftigten im Alter unter 40 Jahren alle fünf Jahre, ab 40 Jahren alle drei Jahre vorgesehen.

Obwohl die BildscharbV nicht definiert, wer („fachkundige Person“) die Untersuchungen vornimmt, ist es sinnvoll, wenn diese von **Betriebsärzten** durchgeführt werden, denn eine fundierte Beratung des Arbeitnehmers und des Arbeitgebers ist nur bei Kenntnis der speziellen Arbeitsplatzverhältnisse möglich^{3,4}.

Wem ist die Untersuchung anzubieten?

Den Beschäftigten im Sinne der BildscharbV. Dies sind Personen, die gewöhnlich bei einem nicht unwesentlichen Teil ihrer normalen Arbeit ein Bildschirmgerät benutzen. Nach Auffassung des Länderausschusses für Arbeitsschutz und Sicherheitstechnik liegt Bildschirmarbeit dann vor, wenn die Tätigkeit ohne Bildschirm nicht ausführbar ist. Weitere Auswahlkriterien für die spezielle arbeitsmedizinische Vorsorge nennt BGI 504-37⁵. Dort ist zu lesen:

- „Gesundheitsbeschwerden der Versicherten können dann nicht völlig ausgeschlossen werden, wenn die Arbeitsaufgabe mit und Arbeitszeit am Bildschirmgerät bestimmend für die gesamte Tätigkeit sind.
- Mit Belastung durch Bildschirmtätigkeiten kann bei Versicherten gerechnet werden, die an den im folgenden beispielhaft genannten oder mit ihnen vergleichbaren Arbeitsplätzen überwiegend tätig sind:
 - ständige Datenerfassung und -abfrage,
 - Sachbearbeitung und Dialogverkehr,
 - Textverarbeitung,
 - CAD/CAM-Verfahren,
 - Bildverarbeitung.
- Vorsorgeuntersuchungen sind auch durchzuführen, wenn Versicherte über Beschwerden klagen, die arbeitsplatzbezogen sein können.“

Auch wenn es sich „nur“ um eine **Pflichtangebotsuntersuchung** handelt, ist trotzdem jedem Arbeitnehmer zu empfehlen, diese Untersuchung in Anspruch zu nehmen. Denn nur so besteht die Chance, dass frühzeitig arbeitsplatzbezogene Beschwerden entdeckt werden können und für Abhilfe gesorgt



werden kann. Im Übrigen sind auch die Beschäftigten verpflichtet, für die Gesundheit bei der Arbeit Sorge zu tragen.

Wenn eine auf den Arbeitsplatz bezogene Korrektur des Sehvermögens durch eine Brille erforderlich ist, kann dies durch die Verordnung einer **speziellen Sehhilfe** („Bildschirmbrille“) erfolgen. Die Kosten hat der Arbeitgeber zu übernehmen⁶.

Muskel- und Skelettbeschwerden

Bildschirmarbeit erfordert nur wenig körperliche Bewegung und wird überwiegend im Sitzen verrichtet. Das führt zu einseitiger Belastung des Halte- und Bewegungsapparates mit negativen Auswirkungen auf Muskeln, Gelenke und Bandscheiben, die sich als Rücken-, Nacken-, Schulter-, Gesäß- und Beinbeschwerden äußern kann.

Neben der einseitigen Körperhaltung sind aber auch falsche Arbeitsflächenhöhen, fehlende Fußstützen, zu tiefe Sitzflächen oder das Fehlen abgebogener Vorderkanten an den Sitzflächen Auslöser für Muskel- und Skelettbeschwerden.

Der Arbeitsplatz muss so eingerichtet werden, dass „Bewegung“ möglich ist.

Wesentliche Kriterien zur Gestaltung des Arbeitsplatzes sind dem „Anhang über an Bildschirmarbeitsplätze zu stellende Anforderungen“ der BildscharbV¹ zu entnehmen.

Elektromagnetische Felder und Bildschirmarbeit

Gelegentlich geäußerte Ängste und Vermutungen, dass elektrische und magnetische Felder der Röhrenmonitore zu Gesundheitsstörungen führen, sind bei Einhaltung der Forderung nach Strahlungsarmut nicht bestätigt worden. Bei Verwendung von LCD (Liquid-Crystal-Display)-Bildschirmen erübrigt sich diese Fragestellung. Konstruktionsbedingt emittieren diese Geräte keine Strahlung.

Arbeiten ohne Lärmstress

Im Gegensatz zur Lärmbekämpfung in der Industrie, die Schädigungen des Gehörs vermeiden soll, geht es im Büro um Lärminderungsmaßnahmen, die zur **Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und Stressminderung** beitragen. Hier ist nicht nur der niedrige Schalldruckpegel wichtig, sondern die Struktur des Lärms. „Wie sollte deshalb ein lärmarmen Arbeitsplatz im Büro aussehen?“

- Der vorhandene Schalldruckpegel sollte nicht von einer einzigen, eindeutig identifizierbaren Quelle verursacht sein, z.B. Kopierer, PC-Lüfter, Drucker.
- Sprache aus fremden angrenzenden Arbeitsbereichen darf nicht verstehbar sein.
- Der von allen Quellen, außer von der betrachteten Person am Arbeitsplatz, selbst verursachte Schalldruckpegel sollte so niedrig wie möglich sein.“⁶

¹ <http://bundesrecht.juris.de/> → Gesetze/Verordnungen → B → BildscharbV

² www.arbeitssicherheit.de → Suchmaske → BGI 785 → Berufsgenossenschaftlicher Grundsatz für arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen "Bildschirmarbeitsplätze" G 37 (mit Kommentar)

³ <http://lasi.osha.de> → Publikationen → Handlungsanleitung zur Beurteilung der Arbeitsbedingungen bei der Bildschirmarbeit, LASI, (LV 14)

⁴ <http://lasi.osha.de> → Publikationen → Bildschirmarbeitsverordnung: Auslegungshinweise zu den unbestimmten Rechtsbegriffen – Ergänzung zur Handlungsanleitung zur Beurteilung der Arbeitsbedingungen bei der Bildschirmarbeit (LV 14), LASI

⁵ <http://www.arbeitssicherheit.de/> → Suchmaske → BGI 504-37 Auswahlkriterien für die spezielle arbeitsmedizinische Vorsorge nach dem Berufsgenossenschaftlichen Grundsatz G 37 "Bildschirmarbeitsplätze"

⁶ www.inqa.de → Themen → Büroarbeit → Die Zukunft der Büroarbeit → Kurtz, Patrick, Büroarbeit ohne Lärmstress