

Gestaltungshinweise für den Bildschirmarbeitsplatz

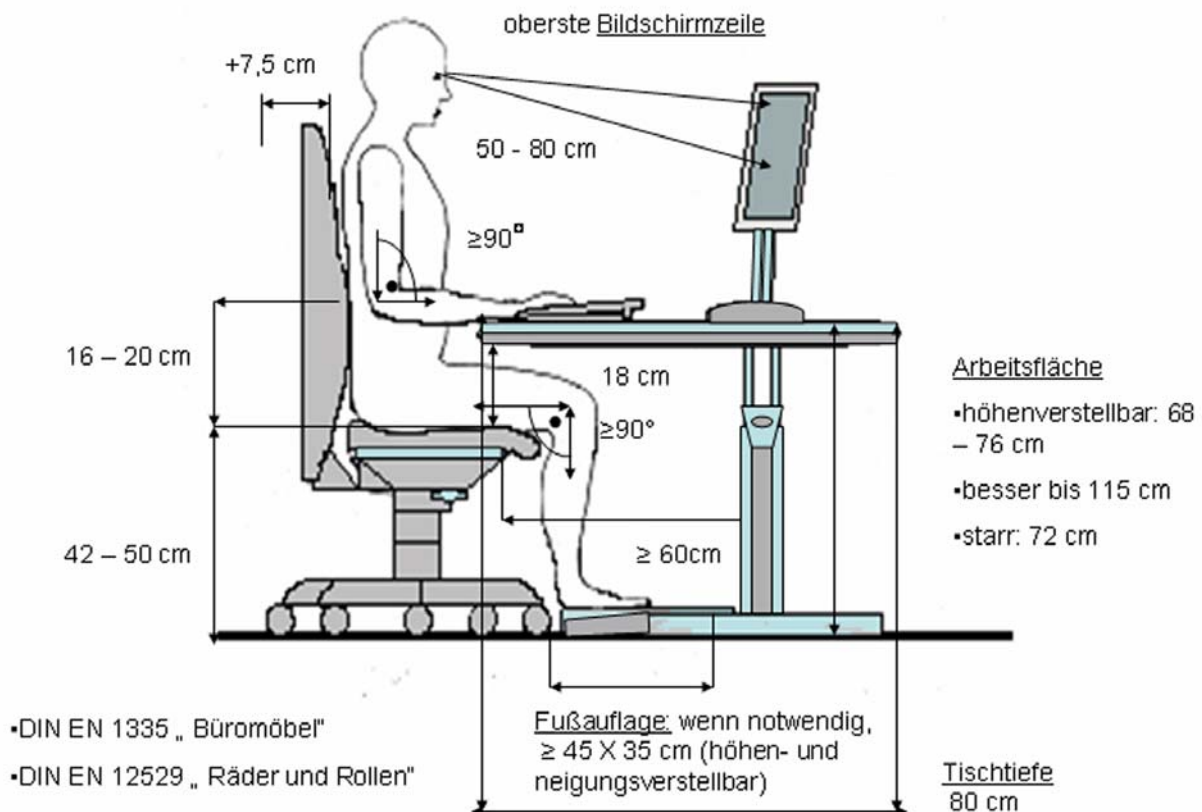
Stand: 26.06.2006

Das qualitativ hochwertige Büro ist nicht nur das gut organisierte, funktional strukturierte, hoch technisierte und ästhetisch anspruchsvoll gestaltete Büro. Gleichwertig sind die den menschlichen Bedürfnissen entsprechenden ergonomische Arbeitsbedingungen¹.

Tätigkeiten im Sitzen sind gekennzeichnet durch eine hohe, langandauernde statische Belastung des Oberkörpers bei stark eingeschränkter Aktivität der Beine. Besonders beansprucht werden dabei die Wirbelsäule, speziell die Bandscheiben, der Schulter-Nacken-Bereich einschließlich Muskulatur, die Knie und die Handgelenke/Unterarme. Es kann zur Unterbeanspruchung des Herz-Kreislaufsystems, zu einer eingeschränkten Atmung und zur Einengung der inneren Organe kommen. Langes Verharren in einer ungünstigen Position reduziert die Durchblutung sowohl der Beine als auch des Gehirns. Belastungen von Wirbelsäule und Muskulatur können langfristige Wirkungen hervorrufen. Mangelhafte Durchblutung hat kurzfristige Wirkung (Müdigkeit, Konzentrationsschwäche).

Geeignete Ergonomie, dazu gehören die Gestaltung des Arbeitsplatzes, die Auswahl der Arbeitsmittel und die Gestaltung der Arbeitsumgebung, trägt dazu bei, die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten zu steigern, Fehler und Beeinträchtigungen zu reduzieren und das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern.

Beispiel für einen Büroarbeitsplatz





Der Informationsdienst Arbeit & Gesundheit² mit Schwerpunkt Bildschirmarbeit bietet online einen Überblick zu wesentlichen Aspekten der Büroarbeit. Dazu gehören unter anderem Gestaltungshinweise zum Arbeitsplatz, Hilfen zur Gefährdungsbeurteilung aber auch Hinweise zu neuen arbeitswissenschaftlichen Erkenntnissen und Forschungsergebnisse. Der Informationsdienst bietet einen Newsletter an, der regelmäßig zur Bildschirmarbeit informiert.

Die Verwaltungs-Berufsgenossenschaft hat die berufsgenossenschaftliche Information „Bildschirm- und Büroarbeitsplätze – Leitfaden für Gestaltung“³ herausgegeben. Die BGI 650 beinhaltet Hilfen für die Gestaltung der Arbeit an Bildschirm- und Büroarbeitsplätzen und fasst sicherheitstechnische, arbeitsmedizinische, ergonomische sowie arbeitspsychologische Anforderungen zusammen. Parallel dazu bieten die Berater der VBG für Mitgliedsbetriebe professionelle Hilfe bei der Büroraumplanung an.

Die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin gibt auf ihrer Website⁴ Hinweise für die ergonomische Gestaltung von Büroarbeit.

¹ „Das bewegte Büro“, BüroDynamik – präventives Design für Leistung und Gesundheit; Eine Information der Hungenberg Unternehmensberatung GmbH, Lich - Hamburg

² <http://www.sozialnetz.de> → Arbeit & Gesundheit → ergo-online → zum Informationsangebot

³ BGI 650 - „Bildschirm- und Büroarbeitsplätze – Leitfaden für Gestaltung“, Verwaltungs-Berufsgenossenschaft, Januar 2006; <http://www.vbg.de> → Publikationen → Produktsuche

⁴ <http://www.baua.de> → Büroarbeit