

Günstige und ungünstige Gestaltung

### Übersichten

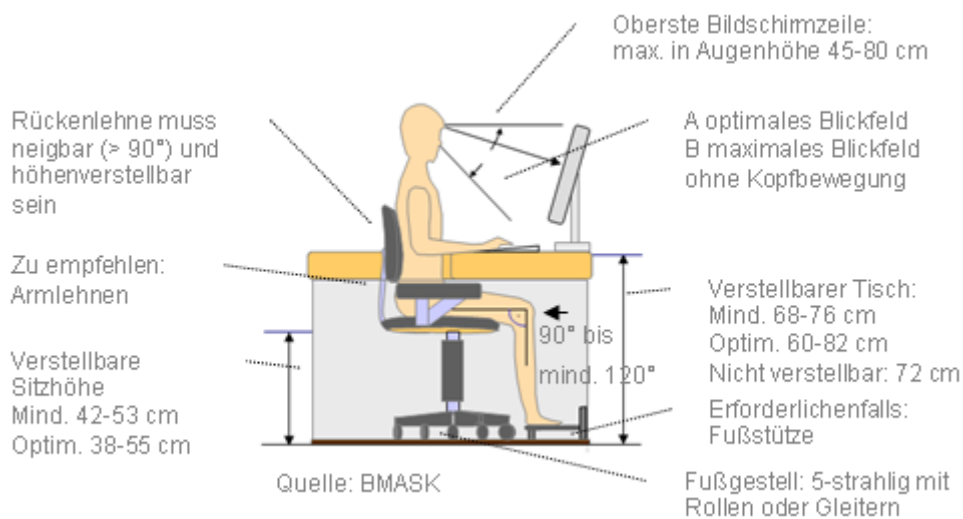
Wenn die Umgebung passt, lässt es sich leichter und effektiver arbeiten.

Dazu gehört vor allem die passende Gestaltung folgender Arbeitsbedingungen:

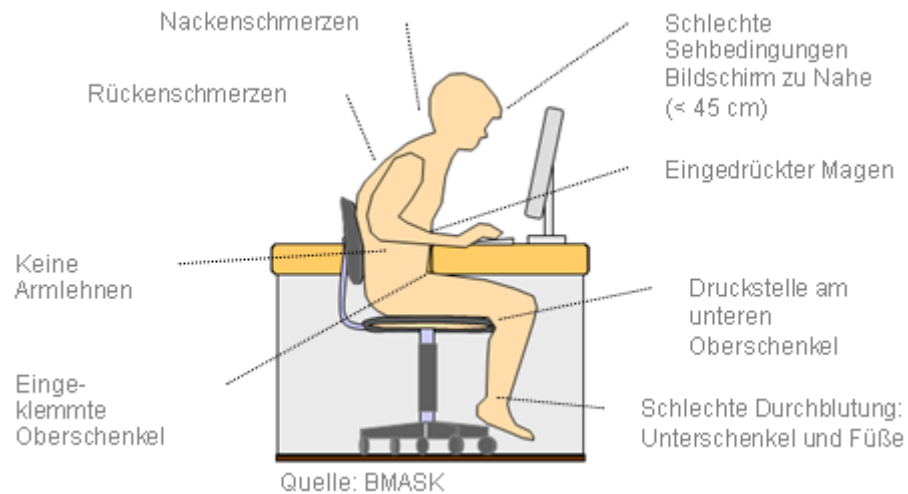
- maßlich an den Menschen angepasste Beschaffenheit der Büromöbel (Arbeitstisch und Arbeitsstühle) mit reflexionsarmen Arbeitsflächen
- ergonomisch angepasste Hard- und Software (Größe und Höhe des Bildschirms, geeignete Zeichengrößen und EDV-Programme) und
- geeignete Arbeitsumweltbedingungen, insbesondere betreffend Belichtung, Beleuchtung, Temperatur und Lärm.

Eine entspannte Sitzhaltung, ein nach unten geneigter Blickwinkel und ein reflexfreies Bild tragen dazu bei, Rücken- und Kopfschmerzen zu vermeiden.

### Günstige Gestaltung



## Ungünstige Gestaltung



Beschwerden bei Beschäftigten auf Bildschirmarbeitsplätzen betreffen überwiegend die Augen und das Sehvermögen sowie den Bewegungsapparat.

Zunehmende Bedeutung gewinnt – auch im Hinblick auf das Arbeitsergebnis – die Gestaltung von Arbeitsorganisation und Arbeitsaufgabe.

- Belastungen der Augen und des Sehvermögens, z.B. ungünstige Gestaltung von Bildschirm- und Büroarbeitsplätzen, ungünstige Lichtverhältnisse, störende Blendung, mangelhafte Zeichendarstellung, unzureichende Korrektur des Sehvermögens
- Körperliche Belastungen durch erzwungene Körperhaltungen bei ungünstigen ergonomischen Bedingungen
- Psychische Belastungen, wie Einflüsse aus der Arbeit, z.B. Arbeitsaufgabe, Arbeitsumgebung, Arbeitsorganisation, Arbeitsmittel, soziale Faktoren.