

Er det farligt at arbejde ved skærm?



Nej

Der er ingen beviser for, at stråling fra skærmen skader dig eller dine ufødte børn.

Måske

Hvis du sidder for længe ved skærmen uden afveksling med andre arbejdsopgaver, og hvis inventaret er forkert, så kan det være farligt.

Det kan det også, hvis skærmen står forkert i forhold til vinduerne og er fuld af reflekser fra belysningen.

Og hva' så

Læs bagsiden, hvis du vil vide mere, og vær selv med til at samarbejde om det bedst mulige arbejdsmiljø.

Stråling

Dataskærme afgiver forskellige former for stråling i lave niveauer og er omgivet af pulserende magnetfelter. Der er IKKE påvist helbredsskader på grund af denne stråling, og der er IKKE statistisk flere aborter eller børn med misdannelser blandt forældre, der er beskæftiget med skærmarbejde.

Statisk elektricitet ved skærme kan give meget ubehagelige, elektriske stød og andre gener. Statisk elektricitet kan let afhjælpes.

ARBEJDETS ORGANISERING/ERGONOMI

Hvis arbejdet ved dataskærme tilrettelægges forkert, kan det give varige skader. Skaderne kan opstå i nakke og skulder: der kan komme smerter, hovedpine og synsforstyrrelser.

Tilrettelæg derfor arbejdet sådan, at den enkelte selv får indflydelse på arbejdets udførelse og på en måde, der giver mulighed for afveksling med andre opgaver i løbet af arbejdsdagen.

BELYSNING

Lys fra vinduer, loftsbelysning og arbejdslamper kan blænde, hvis skærm og tastatur er anbragt forkert. Det kan medføre hovedpine, øjentræthed samt infiltration i nakke.

Stil derfor skærmen parallelt med vinduerne og indret belysningen efter skærm-arbejdspladsen, så reflekser undgås.

Et godt arbejdsmiljø er også forudsætningen for en god arbejdsindsats.

Læs mere i det Grafiske Branchesikkerhedsråds vejledning nr. 4, der handler om arbejdsmiljøet ved skærmarbejde.