

## Beeldschermwerk



Onder beeldschermwerk worden alle risico's verstaan die te maken hebben met werk achter de computer. Van belang zijn onder andere de omstandigheden waaronder iemand voor het beeldscherm zit, de werkplekinrichting (ergonomie), verlichting en binnenklimaat. Daarnaast is de intensiteit van het gebruik van de computer, de werkhouding en onder andere het gezichtsvermogen van belang. Repeterende (langdurig dezelfde) bewegingen bij het werken achter een beeldscherm is de belangrijkste oorzaak van RSI (Repetitive Strain Injury). Hiervan is al sprake wanneer men meer dan 2 uur per dag, of meer dan 1 uur achter elkaar, steeds dezelfde bewegingen met handen, armen en/of vingers maakt. Dit kan tot schade leiden. RSI is een verzamelnaam voor klachten aan de nek, schouders, armen en handen. Een verkeerde werkhouding, te hoog werktempo, te weinig pauzes, te hoge werkdruk en abrupte bewegingen kunnen het ontstaan van RSI versnellen. Herstelen van ernstige RSI is moeilijk.

### Welke beroepen hebben te maken met repeterende bewegingen bij beeldschermwerk?

- ➔ [Administratief medewerker / kantoorpersoneel](#)
- ➔ [Stafpersoneel / leidinggevenden / technici](#)

### Wat zegt de wet- en regelgeving?

#### Wettelijke verplichtingen

#### Arbobesluit: Hoofdstuk 5 afdeling 1 Fysieke belasting en afdeling 2 Beeldschermwerk

#### Arbobesluit: Hoofdstuk 5 afdeling 2 Beeldschermwerk

- Gaat specifiek over beeldschermwerk en de repeterende bewegingen die daarbij voorkomen.

#### Arbobesluit: Artikel 5.7 Definities

- Beeldscherm en werkplek.

#### Arbobesluit: Artikel 5.8 Toepasselijkheid

- Onder andere niet van toepassing op arbeid waarbij een werknemer gewoonlijk minder dan twee uren per etmaal gebruik maakt van een beeldscherm.

#### Arbobesluit: Artikel 5.9 Risico-inventarisatie en –evaluatie

- In de risico-inventarisatie en –evaluatie, wordt specifiek aandacht besteed aan de gevaren voor het gezichtsvermogen en die van de fysieke en psychische belasting als gevolg van arbeid aan een beeldscherm. Zonodig dienen doeltreffende maatregelen te worden genomen.

**Arbobesluit: Artikel 5.10 Dagindeling van de arbeid**

- Beeldschermwerk is zo georganiseerd dat deze telkens na ten hoogste twee achtereenvolgende uren wordt afgewisseld door andersoortige arbeid of door een rusttijd. Hierdoor dient de belasting van het beeldschermwerk te worden verlicht.

**Arbobesluit: Artikel 5.11 Maatregelen met betrekking tot de bescherming van de ogen en het gezichtsvermogen van de werknemers**

- Iedere werknemer die voor de eerste keer belast wordt met beeldschermwerk wordt in de gelegenheid gesteld om vóór de aanvang een arbeidsgezondheidskundig onderzoek te ondergaan. Dit onderzoek heeft in ieder geval betrekking op de ogen en het gezichtsvermogen.
- De werknemer wordt opnieuw in de gelegenheid gesteld een onderzoek te ondergaan als zich bij hem gezichtsstoornissen voordoen die het gevolg kunnen zijn van het beeldschermwerk.
- Als de resultaten van het onderzoek dit vereisen, wordt de betrokken werknemer in de gelegenheid gesteld een oftalmologisch onderzoek te ondergaan.
- Als de resultaten van het onderzoek dit vereisen en normale oogcorrectiemiddelen niet kunnen worden gebruikt, worden aan de betrokken werknemer speciale beeldscherm oogcorrectie-middelen verstrekt.

**Arbobesluit: Artikel 5.12 Voorschriften voor de inrichting van werkplekken**

- Bij ministeriële regeling worden nadere regels gesteld met betrekking tot de werkplek en de wisselwerking tussen de gebruikte programmatuur en de werknemers.