



## Information om skærmbriller



### Hvad er skærmbriller?

En skærmbrille er en brille, der afviger i styrke og/eller synsfeltkonstruktion fra den alm. brille du har, eller burde have til privat brug og kan derfor ikke benyttes som/erstatte en alm. læse og/eller afstandsbrille.

### Hvem kan få skærmbriller?

Behovet for skærmbriller forekommer oftest hos personer over 40 år, hvor læsebrillerne er for stærke til at se skarpt på skærmen eller, hvor flerstyrkebrillen giver uhensigtsmæssigt hoved, nakke og kropstilling og derved medfører div. gener i nakke og skuldre, hovedpine, træthed, grus, og svie i øjnene.

Nogle unge (under 40 år) kan have behov for skærmbriller. Det kan forekomme hvis synsfunktionen ikke reagerer som forventet for alderen.

Undersøgelsen i forbindelse med behov for skærmbriller kan tilbydes alle ansatte, der arbejder ved PC'er mere end sammenlagt 2 timer dagligt.

### Hvad gør du, hvis du tror, du har behov for skærmbriller?

Det er vigtigt, at arbejdspladsindretningen er i orden inden en vurdering/undersøgelse foretages. Stol og bord skal være indstillet i korrekt højde, blænding fra vinduer og loftbelysning skal undgås. Der skal være en arbejdslampe, der skal kunne indstilles så den ikke blænder eller giver reflekser i dit arbejdsområde. Tastaturet skal være i en afstand der gør, at du ikke skal strække dig for at nå det. Skærmen bør sættes min. 10 cm længere væk end afstanden til tastaturet, normalt mellem 60 og 80 cm fra øjnene. Skærmen bør være indstillet så du kigger ned til skærmen, (overkant af skærm under næsen). Der må ikke kunne opfattes flimmer på skærmen og lys/kontrast skal være tilpasset resten af rummets lysniveau.

Arbejder du meget efter manuskript, bør det ligge på en konceptholder mellem tastaturet og skærmen. Dernæst skal du rekvirere en rekvisition/besøg af en skærmbrillekonsulent hos kontaktpersonen i din virksomhed.

Nogle virksomheder benytter Synoptiks konsulenter til at foretage en vurdering af skærmbrillebehovet ude ved din arbejdsplads, andre virksomheder vælger at måle op selv ved hjælp af en udvalgt person på virksomheden eller en kollega.

### Ved behov for skærmbriller

Synoptik-rekvisitionen udfyldes af konsulenten eller medarbejderen med de nødvendige informationer om navn, fødselsdato samt måltagning af de på rekvisitionen ønskede afstande. Noter også hvis du har mere end én pc-skærm.

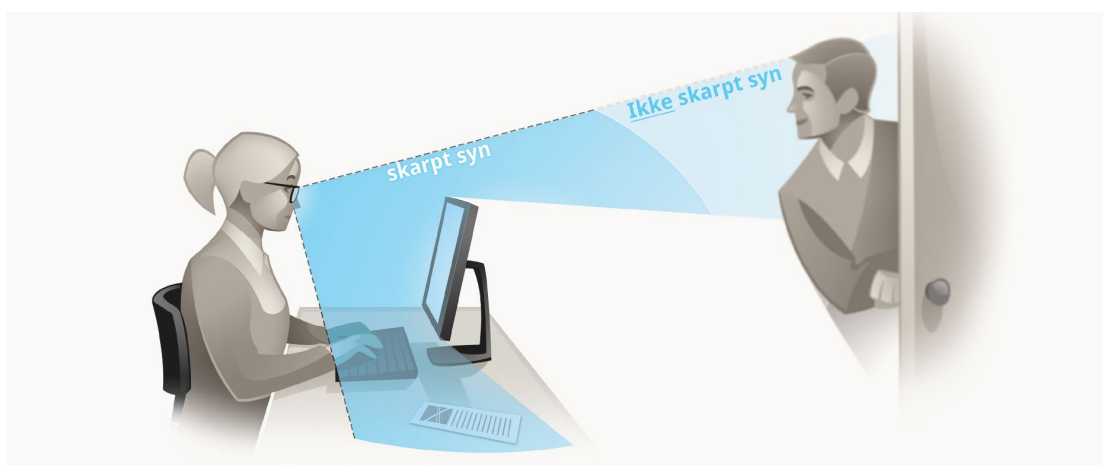
Rekvisitionen godkendes af nærmeste leder i virksomheden med underskrift og stempel. Rekvisitionen er gældende en måned fra udstedelse. Synsprøve kan bookes

## GLASBESKRIVELSE



### Enkelstyrke

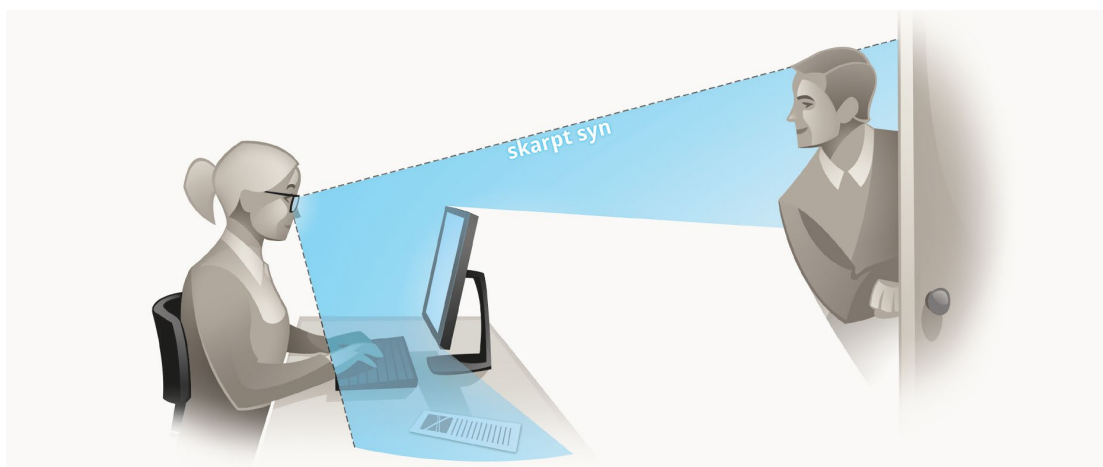
Denne glastype er beregnet til medarbejdere, der kun har brug for at se tydeligt på én afstand.



### Nærprogressive

Denne glastype er specielt designet til arbejde ved PC-skærm samt andre lignende arbejdsopgaver. Glasset glider usynligt i styrkeovergangene og er specialiseret til arbejde i området mellem ca. 40 cm til 1 - 3 m.

Det har meget brede felter i nærområdet, altså til skrivebord, tastatur, koncept og skærm. Det giver begrænset syn ud i rummet.



### Rumprogressive

Progressivt arbejdsglas med usynlig glidende overgang i styrkeområderne. Dette glas er specielt godt til arbejdsopgaver, der også indbefatter syn på afstand, f.eks. kunder, kollegaer, tavler etc. Glasset er opbygget så det, i forhold til det private progressive glas, har specielt brede felter til syn på tastatur, koncept samt PC-skærm. Disse felter er desuden hævet i glasset, således at nakke, skuldre og ryg ikke bliver belastet u hensigtsmæssigt. Derved er afstandsdelen derfor noget begrænset, hvorfor glasset er uegnet til almindelig færden.