

Skærmbriller

Når vi læser på en computerskærm, er synskravene lidt anderledes - end når vi læser i en bog eller på et stykke papir. Særligt med alderen kan det udfordre øjnene, når vi i længere tid skal fokusere på skærmen. Derfor har nogle behov for at bruge en anden brille, end den vi normalt anvender, når vi skal udføre skærmarbejde.

Et godt eksempel på særlige udfordringer for synet på apoteket er ved arbejdet i skranken. Du skal kunne se kunderne ude i salgsområdet, se kunderne tæt på, se skærm/tastatur, se tekst på etiketter og præparater....



Hvornår skal vi være opmærksomme på, om der er behov for skærmbriller?

Mange medarbejdere med behov for skærmbriller oplever, at de får "trætte" øjne (kløe, svien, fornemmelse af "grus" i øjnene, røde øjne) og / eller hovedpine, når de arbejder ved computerskærmen.

Andre oplever, at øjnene har svært ved at tilpasse sig forskellige synskrav, og synet bliver sløret.

Øjengenerne kan dog også skyldes andre forhold som fx:

- Dårlige lysforhold ved skærmarbejdspladsen - fx for lidt/for meget lys, blænding/reflekser.
- U hensigtsmæssig indretning af arbejdspladsen - fx uhensigtsmæssig placering af skærmen (højde og afstand) i forhold til medarbejderen.
- Dårligt indeklima - fx høj rumtemperatur, træk, lav luftfugtighed som påvirker slimhinder bl.a. i øjnene.

Derfor er det en god idé at undersøge, om nogle af ovenstående faktorer kan være den primære eller en medvirkende årsag til generne.

CRECEA opfordrer til en grundig gennemgang af skærmladsens indretning inden et eventuelt besøg ved optikeren.

En anden god grund til at kigge nærmere på indretningen af skærmarbejdspladsen er at sikre, at fx lyset ved skærmarbejdspladsen og placering af skærmen er optimal, for at få udbytte af en skærmbrille.

Regler om skærmbriller

Hvis den ansatte regelmæssigt, og i en ikke ubetydelig del af arbejdstiden, har skærmarbejde gælder følgende regler:

- Den ansatte har ret til undersøgelse af øjne og syn hos en optiker eller, hvis det er nødvendigt, hos en øjenlæge. Arbejdsgiveren har pligt til at betale for synsundersøgelsen, som så vidt muligt skal gennemføres inden for den normale arbejdstid.



- Arbejdsgiveren bestemmer, hvilken optiker/ øjenlæge, der skal udføre undersøgelsen.
- Har den ansatte brug for en skærmbrille/ kontaktlinser, skal arbejdsgiveren betale dette. Arbejdsgiveren bestemmer, hvor brille/ kontaktlinser skal købes og skal betale for, hvad der svarer til standard briller/kontaktlinser.
- Når der alene er tale om arbejde ved skærm, skal arbejdsgiveren ofte betale for en brille med enkeltstyrkeglas til skærmarbejde. Men hvis der er tale om arbejdsopgaver, som indebærer forskellige synsafstande (det kunne fx være i forbindelse med ekspedition), er der behov for flerstyrkeglas.

Reglerne er beskrevet i Arbejdstilsynets vejledning nr. D.2.3-1 om 'Skærmarbejde', som for nyligt er blevet opdateret. [Link til Arbejdstilsynets vejledning](#)

Til orientering er det vores erfaring, at prisniveauet for en skærmbrille typisk ligger mellem kr. 1500-2500 afhængig af, om der fx er behov for flerstyrkeglas.

Enkelte optikere kan stille krav om at supplere synsundersøgelsen med et opmålingsskema, hvor medarbejderen bliver bedt om at foretage nogle lokale opmålinger af synsafstande.