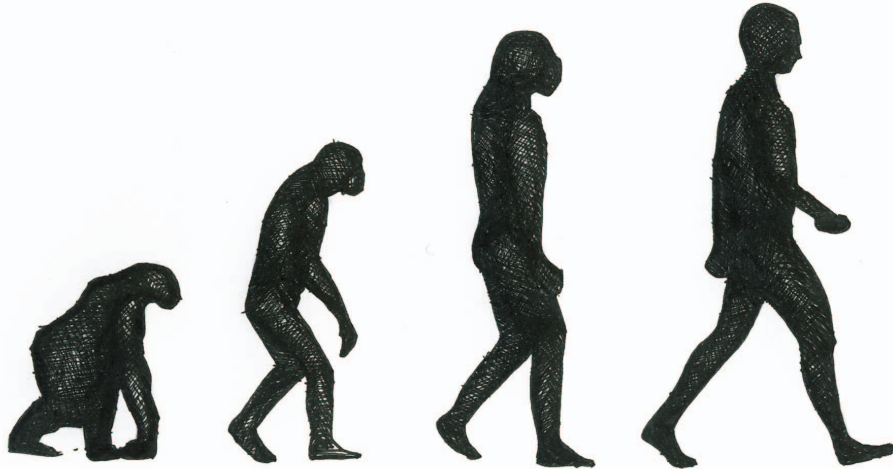
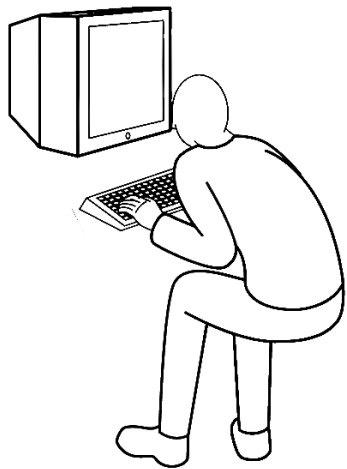


Wir haben 100.000 Jahre gebraucht um aufrecht zu gehen...



...und 10 Jahre um das  
aufrechte Sitzen zu  
verlernen.





### Das Problem:

Mangelhafter Sonnen- und Blendschutz führt am Bildschirmarbeitsplatz zu:

- Reflexionen
- Blendungen
- Spiegelungen

Und infolgedessen:

zu einer veränderten Körperhaltung bei der Arbeit.

## Die Folgen:

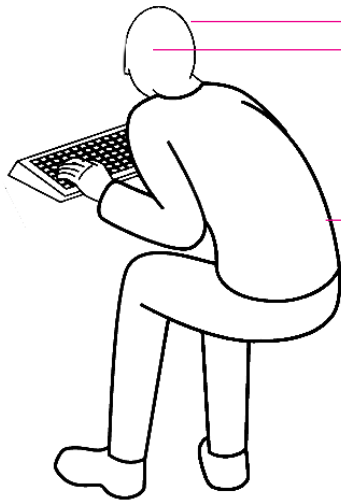
- Verkrampfungen
- Haltungsschäden
- Rückenschäden
- Kopfschmerzen
- Tränende und gerötete Augen
- Verspannungen

Dabei sind die kurz- wie langfristigen Folgen spürbar durch:

- Leistungsabfall
- schnellere Ermüdung
- Konzentrationsmangel

... und dem teuren Arbeitsausfall der Mitarbeiter.





### Die Fakten:

4,8 Mill. Bildschirmarbeitsplätze in Deutschland sind enorm gesundheitsgefährdend, denn nur 11% aller überprüften Bildschirmarbeitsplätze sind vorschriftsmäßig und ohne Mängel.

Auch die Gesundheits- bzw. Krankheitsstatistiken sprechen eine deutliche Sprache:

### Kopf:

→ 29 Mill. Deutsche leiden durchschnittlich an 35 Tagen pro Jahr unter akuten, episodischen Spannungskopfschmerzen ... der volkswirtschaftliche Schaden durch Migräne wird auf 2,5 Mrd. EUR jährlich geschätzt

### Augen:

→ von den 20- bis 29-jährigen, die einen Computer nutzen, sind 32 Prozent Brillenträger, ohne Bildschirmarbeit dagegen nur 20 Prozent

### Rücken:

→ mehr als zwei Drittel der Bundesbürger litten in den letzten zwölf Monaten unter Rückenbeschwerden ... eine Zunahme von 28% zu 1998!

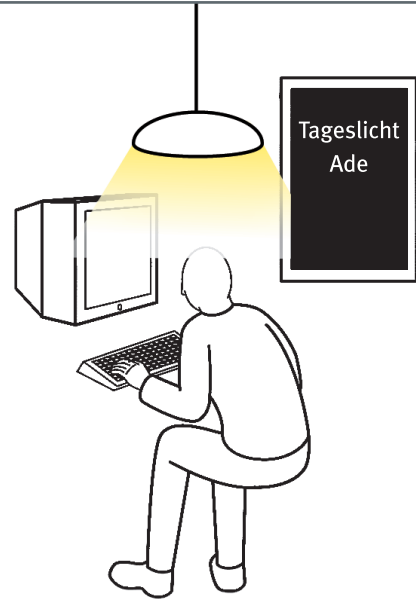
## Die falsche Lösung:

Das Maulwurf-Prinzip: Vollständig geschlossene Sonnenschutzvorrichtungen verhindern den Einfall des Lichtes. Der Mensch zieht sich in seine Höhle zurück und erfreut sich am künstlichen Licht. Doch das ist:

- wärmer
- teurer
- ungesünder

als das kostenlose Tageslicht und sorgt für:

- Müdigkeit und Leistungsabfall
- Winterdepressionen im Sommer
- hohe Energie- und Kühlkosten





### Die richtige Lösung:

Sonnen- und Blendschutz entsprechend der Empfehlung der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin:

- individuell verstellbar
- wirkungsvoller Schutz vor Blendungen, Spiegelungen und Reflexionen
- sommer- und winterlicher Wärmeschutz
- optimale Beleuchtungsstärke (500 Lux) bei genügender Tageslichtnutzung und gleichzeitigem Blendschutz
- immer gewährte Sichtverbindung ins Freie

### Hinzu kommen ökonomische Gesichtspunkte, wie:

- günstige Anschaffungskosten
- keine Wartungsarbeiten
- Energieeinsparung durch Tageslichtnutzung
- Kosteneinsparung durch Entlastung von Kühl- und Heizungsanlagen

## Die Qual der Wahl.

Aufgrund der Vielzahl an Lösungen fällt die Auswahl des optimalen Sonnen- und Blendschutzes oft schwer. Hilfreich sind hierbei die Vergleichstabellen unabhängiger Ämter und Forschungseinrichtungen:

siehe Abbildung rechts:

**Titel:** Tageslicht und Sonnenschutz im Büro

**Autor:** Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin

## Charakteristik tertiärer Sonnenschutzmaßnahmen

	Ausblick	Schutz gegen Blendung Transmissionsgrad T%	Schutz gegen Wärmestrahlung Gesamt-Energie Durchlassgrad g%	Bemerkungen
<b>Metall-Folien-Rollos</b>	+	0 – 20 +	3 – 33 +	neutral +
Horizontale Metall-Jalousien	○	0 +	0 +	Gitter –
Textil-Rollos Vertikale	○	4 – 10 +	26 – 31 ○	Einfluß auf Farbwiedergabe –
Textil-Lamellen	–	22– 38 ○	22– 48 ○	dekorativ, Gitter + –
Textil-Vorhänge	–	0– 38 +	0– 48 +	dekorativ +

+ gut    ○ ausreichend    – schlecht



## Alles was Recht ist.

Verbunden mit der rasanten Verbreitung von Bildschirmarbeitsplätzen in der Arbeitswelt haben die Unfallversicherungsträger und vor allem der Gesetzgeber eine Vielzahl an Gesetzen, Richtlinien und Verordnungen erlassen. So findet man entsprechende Regelungen in:

- EU Richtlinie 90/270 EWG (aus 89/391 EWG)
- Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG)
- Bildschirmarbeitsverordnung (BildschirmArbV)
- Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV)
- Berufsgenossenschaftlichen Vorschriften, Informationen & Normen
- verschiedene DIN Normen


Auszüge und weitere Informationen finden Sie unter:

<http://www.ergonomisch-arbeiten.de>

<http://www.sozialnetz.de>

<http://www.gesetze-im-internet.de>

Optimaler Sonnen- und  
Blendschutz ist europaweit  
gesetzlich vorgeschrieben.



## Über uns:

Der Verein ist durch Publikationen, Fachvorträge und Ausstellungen bestrebt, in der Praxis erprobte Lösungen für einen optimalen Blendschutz am Bildschirmarbeitsplatz den Entscheidungsträgern in Industrie und Verwaltung nahe zu bringen. Ziel ist es dabei, objektiv über rechtliche, physikalische und arbeitsmedizinische Hintergründe aufzuklären und Unternehmen für ein präventives Vorgehen zu sensibilisieren.

Vertreten wird der Effb durch:  
Herrn Ulrich Zeuge  
1. Vorsitzender

Tel. 02591.98090  
Fax: 02591.980923  
Email: [info@effb.org](mailto:info@effb.org)

Europäischer Fachverband für  
Blendschutz am Bildschirmarbeitsplatz e. V.

