

Irodai és képernyős munkahelyek kialakításának minimális követelményei

50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet
a képernyő előtti munkavégzés minimális
egészségügyi és biztonsági követelményeiről

Képernyő előtti munkavégzés

- 1993. évi XCIII. törvény a munkavédelemről.
- 5/1993. (XII.26.) MüM rendelet a munkavédelemről szóló 1993. évi XCIII. törvény egyes rendelkezéseinek végrehajtásáról
- 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet a képernyő előtti munkavégzés minimális egészségügyi és biztonsági követelményeiről.
- 3/2002. (II. 8.) SZCSM–EüM együttes rendelet a munkahelyek munkavédelmi követelményeinek minimális szintjéről
- 14/2004. (IV. 19.) FMM rendelet a munkaeszközök és használatuk biztonsági és egészségügyi követelményeinek minimális szintjéről.
- 33/1998. (VI. 24.) NM rendelet a munkaköri, szakmai, illetve személyi higiénés alkalmasság orvosi vizsgálatáról és véleményezéséről.
- 65/1999. (XII. 22.) EüM rendelet a munkavállalók munkahelyen történő egyéni védőeszköz használatának minimális biztonsági és egészségvédelmi követelményeiről.
- 66/2005. (XII. 22.) EüM rendelet a munkavállalókat érő zajexpozícióra vonatkozó minimális egészségi és biztonsági követelményekről.

Képernyő előtti munkavégzés

- **Fogalmak:**
- **képernyős eszköz:** számjegy-, betű-, grafikus képsorokat képernyőn megjelenítő készülék, függetlenül az alkalmazott megjelenítési folyamattól
- **képernyős munkahely:** olyan munkaeszközök együttese, amelyhez a képernyős eszközön kívül csatlakozhat adatbeviteli eszköz (billentyűzet, scanner, kamera, egyéb adatbeviteli eszköz), egyéb perifériák (mutatóeszköz, nyomtató, plotter, lemezegység, modem stb.), esetleges tartozékok, ember-gép kapcsolatot meghatározó szoftver, irattartó, munkaszék, munkaasztal vagy munkafelület, telefon, valamint a közvetlen munkakörnyezet,

Képernyő előtti munkavégzés

- **Fogalmak:**
- ***képernyős munkakör:*** olyan munkakör, amely a munkavállaló napi munkaidejéből legalább négy órában képernyős munkahelyen képernyős eszköz használatát igényli, ideértve a képernyő figyelésével végzett munkát is,
- ***képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveg:*** a szemészeti szakvizsgálat eredményeként meghatározott, a képernyő előtti munkavégzéshez szükséges szemüveglencse, és ennek a lencsének a rendeltetésszerű használatához szükséges keret, ide nem értve a munkavállaló által a képernyő előtti munkavégzéstől függetlenül egyébként is használt szemüveget vagy kontaktlencsét.

Képernyő előtti munkavégzés

- **50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet a képernyő előtti munkavégzés minimális egészségügyi és biztonsági követelményeiről**
- **E rendelet hatálya kiterjed :**
 - **minden olyan, az Mvt. 87. §-ának 9. pontja szerinti szervezett munkavégzés keretében foglalkoztatott munkavállalóra, aki napi munkaidejéből legalább 4 órán keresztül rendszeresen képernyős eszközt használ, továbbá,**
 - **Az előző pont szerinti munkavállalót foglalkoztató minden munkáltatóra.**

Képernyő előtti munkavégzés

- E rendelet hatálya nem terjed ki a következő gépeket, illetőleg eszközöket működtető (használó) munkáltatóra és munkavállalóra
 - a járművek vagy munkagépek vezető-, illetve kezelőfülkéi,
 - a szállítóeszközökön lévő számítógépes rendszerek,
 - az elsősorban közhasználatra szánt számítógépes rendszerek,
 - hordozható rendszerek, amelyeket a munkahelyen nem tartósan használnak,
 - számológépek, pénztárgépek és olyan egyéb készülékek, amelyek - azok közvetlen használatát biztosító - kisméretű, adatokat vagy mérési eredményeket mutató képernyővel vannak ellátva, továbbá
 - az „ablakos írógépek” elnevezésű, hagyományos típusú elektromos, elektronikus írógépek.

Képernyő előtti munkavégzés

Általános előírások:

- kockázatbecslés, értékelés során, valamint a képernyős munkahelyen történő munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeinek rendszeres ellenőrzése alkalmával folyamatosan vizsgálja az alábbi kockázatok előfordulását:
 - a) látásromlást előidéző tényezők,
 - b) pszichés (mentális) megterhelés,
 - c) fizikai állapotromlást előidéző tényezők.
- A munkáltató a munkafolyamatokat úgy szervezi meg, hogy a folyamatos képernyő előtti munkavégzést óránként legalább tízperces - a (2) bekezdésben foglalt esetkör kivételével össze nem vonható - szünetek szakítsák meg, továbbá a képernyő előtti tényleges munkavégzés összes ideje a napi hat órát ne haladja meg.

Képernyő előtti munkavégzés

Általános előírások:

- A munkáltató köteles - a külön jogszabályban előírtak figyelembevételével - a foglalkozás-egészségügyi orvosnál (a továbbiakban: orvos) kezdeményezni a munkavállaló szem- és látásvizsgálatának elvégzését
 - a) a képernyős munkakörben történő foglalkoztatás megkezdése előtt,
 - b) ezt követően kétévenként,
 - c) amennyiben olyan látási panasza jelentkezik, amely a képernyős munkával hozható összefüggésbe.
- 33/1998. (VI. 24.) NM rendelet a munkaköri, szakmai, illetve személyi higiénés alkalmasság orvosi vizsgálatáról és véleményezéséről 5. melléklet 6. pontja szerint a képernyős munkahelyen történő munkavégzés **pszichés terheléssel járó tevékenység**. A rendelet 6. szakasz (1) bekezdés e) pontja szerint ezen terhelésnek kitett munkavállalóknál **évente kell ismétlődő orvosi vizsgálatot végezni**,

Képernyő előtti munkavégzés

- Ha a munkavállalót foglalkoztató munkáltatónál működő orvos megállapítja, hogy a munkavállaló részére a **képernyő előtti éleslátást biztosító szemüveg** biztosítása szükséges lehet, a munkavállalót beutalóval utalja be a **szemészeti szakvizsgálatra**.
- A beutalóban fel kell tüntetni a képernyő előtti éleslátást biztosító szemüveg használatát szükségessé tevő munkakör megnevezését, és annak a szakvizsgálathoz szükséges mértékű leírását is.

Képernyő előtti munkavégzés

Általános előírások:

- Ha szemészeti szakvizsgálat eredményeként indokolt, illetve a munkavállaló által használt szemüveg vagy kontaktlencse a képernyő előtti munkavégzéshez nem megfelelő, a **munkáltató a munkavállalót ellátja** a minimálisan szükséges, a képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveggel.
- Az előző rendelkezések végrehajtásából eredő költségek a munkavállalóval szemben nem érvényesíthetők.

Képernyő előtti munkavégzés

A képernyős munkahely helyes kialakítása

Berendezések

Képernyő

Billentyűzet

Munkaasztal, munkafelület

Munkaszék

Térkövetelmények

Megvilágítás, tükröződés és fényvisszaverődés

Zaj,

Klíma

Sugárzás

Képernyő előtti munkavégzés

A képernyős munkahely kialakításának minimális követelményei:

Munkaasztal vagy munkafelület

- A munkaasztal vagy munkafelület legyen olyan **nem fényvisszaverő felületű és megfelelő nagyságú**, hogy biztosítsa a monitor, a billentyűzet, az iratok és a csatlakozó eszközök rugalmas elrendezését.
- A **laptartó legyen állítható**, és a használó számára kényelmes olvashatóságot biztosító helyzetben rögzíthető.



Képernyő előtti munkavégzés

A képernyős munkahely kialakításának minimális követelményei:

Munkaszék

- A munkaszék legyen **stabil**, továbbá biztosítsa a használó **könnyű, szabad mozgását és kényelmes testhelyzetét.**
- A szék **magassága legyen könnyen állítható.**
- A szék **támlája legyen magasságában állítható és dönthető.**
- Igény esetén **lábtámaszt** vagy **saroktámaszt**, illetve **kartámaszt** kell biztosítani



Képernyő előtti munkavégzés

Térkövetelmények:

A munkahelyet úgy kell megtervezni és méretezni, hogy a használónak legyen elegendő tere testhelyzete és mozgásai változtatásához

Megvilágítás:

- Az általános, illetve helyi világítás (munkalámpa) biztosítson kielégítő megvilágítást és megfelelő kontrasztot a képernyő és a háttérkörnyezet között, tekintetbe véve a munka jellegét és a használó látási követelményeit.
- A képernyőre és más munkaeszközökre vetődő, zavaró tükröződést és fényvisszaverődést oly módon kell megelőzni, hogy a képernyős munkahely telepítésekor a munkaterem és a munkahely megtervezését összehangolják a mesterséges fényforrások elhelyezésével és műszaki jellemzőivel.

Képernyő előtti munkavégzés

Tükröződés és fényvisszaverődés:

- A képernyős munkahelyeket **úgy kell megtervezni**, hogy a **fényforrások** (ablakok és más nyílások, átlátszó vagy áttetsző falak), világosra festett berendezési tárgyak vagy falak ne okozzanak közvetlen **fényvisszaverődést**, és amennyire csak lehetséges, **ne idézzenek elő tükröződést** a képernyőn.
- Az ablakokat igazítható takaróeszközök megfelelő rendszerével kell ellátni, hogy a képernyős munkahelyre eső nappali megvilágítást csökkenteni lehessen.

Zaj

- A munkahelyhez tartozó berendezések okozta zajt figyelembe kell venni a munkahely berendezésekor, különös tekintettel arra, hogy ne zavarja a figyelmet és a beszédmegértést (3/2002 SzCsM-EüM!)

Képernyő előtti munkavégzés

Zaj

- A munkahelyhez tartozó berendezések okozta zajt figyelembe kell venni a munkahely berendezésekor, különös tekintettel arra, hogy ne zavarja a figyelmet és a beszédmegértést
- 3/2002 SzCsM-EüM zaj egyenértékű A-hangnyomásszintje - egyéni hallásvédő eszköz alkalmazása nélkül sem - haladhatja meg az alábbi értékeket:
 - a) speciális orvosi vizsgálóhelységek (CT, UH, MR, RTG stb.), olvasótermek, **40 dB**,
 - b) orvosi rendelők, repülés irányítói munkahelyek zajvédelmi szempontból fokozottan igényes irodai munkahelyek (tervező, programozó, kutató-fejlesztő labor zajforrás nélkül stb.) **50 dB**,
 - c) **irodai munkahelyek, ügyfélirodák**, analitikai laboratóriumok **60 dB**,
 - d) művezetői irodák, zajvédő fülkék, vezérlőpult vagy vezérlőfülke telefonos kapcsolattal. Mikro-elektronikai és mikro-finommechanikai munkahelyek, telefonközpontok, diszpécserközpontok **65 dB**,
 - e) fokozott figyelmet igénylő fizikai munkavégzés (elektro-, finommechanikai műszerész, MEO, precíziós munka stb.) **70 dB**,
 - f) vezérlőpult vagy vezérlőfülke telefonos kapcsolat nélkül, összeszerelői munkahelyek elektronikai, finommechanikai, optikai üzemekben, laboratóriumok gépi zajforrással **80 dB**.

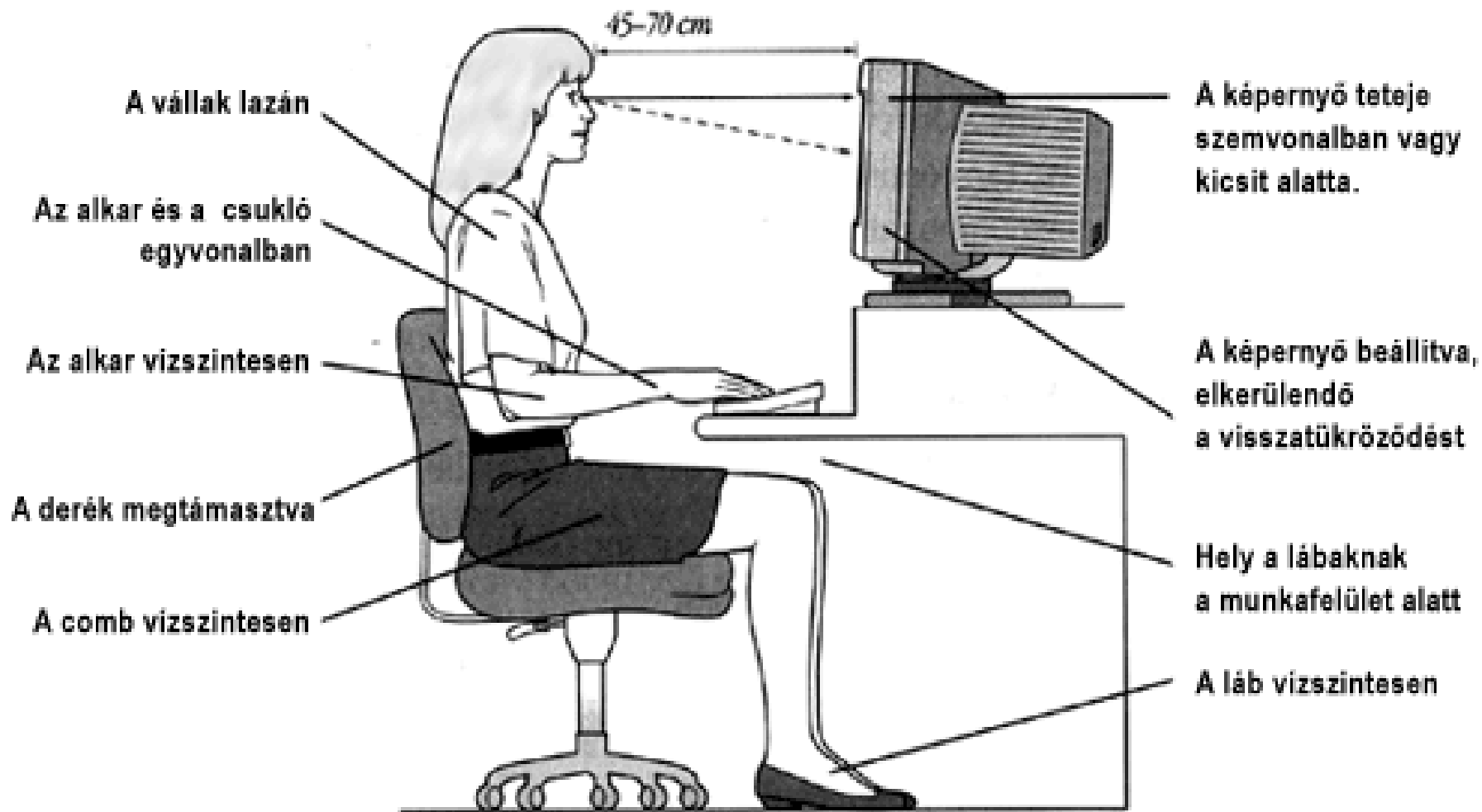
Képernyő előtti munkavégzés

Munka, pihenési rend

4. § (1) A munkáltató a **munkafolyamatokat úgy szervezi meg**, hogy a folyamatos képernyő előtti munkavégzést **óránként legalább tízperces** - a (2) bekezdésben foglalt esetkör kivételével össze nem vonható - szünetek szakítsák meg, továbbá a képernyő előtti tényleges munkavégzés összes ideje a **napi hat órát ne haladja meg**.

(2) Amennyiben a képernyő előtti munkavégzés (1) bekezdés szerinti megszakítása a munkavégzés céljára tekintettel más életét, testi épségét, valamint egyes vagyontárgyak biztonságát veszélyezteti, vagy az adott technológia miatt nem lehetséges, a munkáltató úgy szervezi meg a munkahelyen a napi munkavégzést, hogy a munkavállalót érő képernyő előtti megterhelés csökkentése érdekében **a képernyős munkavégzést rendszeres időszakonként** - a munka jellegéhez igazodóan a veszélyhelyzet kizárásával - szünetekkel szakítsák meg, **vagy más tevékenységgel cseréljék fel**. A munkavégzés megszakításának egyszeri időtartama ebben az esetben sem lehet kevesebb, mint tíz perc, és a **képernyő előtti tényleges munkavégzés összes ideje nem haladhatja meg a napi munkaidő hetvenöt százalékát**.

Képernyő előtti munkavégzés

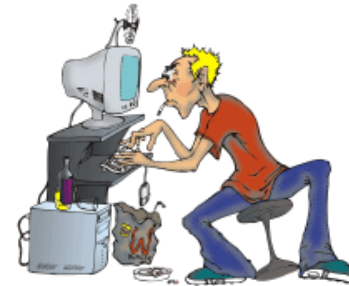


Irodai munkavégzés legjellemzőbb kockázatai

Közlekedés



Képernyős munkavégzés



Villamos áram

Egyéb (anyagmozgatás, rögzítetlen polcok, stb.)



Közlekedés:

Villamos kábelek

Nyitva hagyott fiókok

Sérült járófelület

Csúszós járófelület

Lépcsőn a korlát
használat mellőzése

Figyelmetlen közlekedés



Villamos veszélyek

➤ Személyek érintkezése:

Aktív részekkel

- rendeltetésszerűen feszültség alatt lévő
- meghibásodás során feszültség alá kerülő (szigetelési hiba)

Nagyfeszültségű aktív részek megközelítése (áthúzás)

Elektrosztatikus jelenségek

Hőszugárzás

Megolvadt részek szétfröccsenése

Járvékos veszélyek

A villamos veszélyek származhatnak

(de nem korlátozódnak csak erre):

A villamos szerkezetek olyan meghibásodásából
vagy hibáiból, amelyek áramütést okozhatnak.

Áramütés elleni védelem

A villamos szerkezeteknek áramütés elleni védelmet kell nyújtani:

- Közvetlen érintéssel
- Közvetett érintéssel

szemben

Közvetlen érintés elleni védelem, védelem burkolatok alkalmazásával

Az aktív részek olyan burkolatok belsejében legyenek elhelyezve:

A burkolat nyitásához kulcs vagy szerszám használata szükséges

A burkolat nyitása kulcs vagy szerszám, valamint az aktív részek leválasztása nélkül csak akkor legyen lehetséges, ha az aktív részek védettségét védőfedések biztosítják, amelyek eltávolítása szerszám használatával lehetséges, vagy eltávolításuk az összes aktív részt leválasztja a hálózatról

Egyéb

- Polcok rögzítésének hiánya
- Létrahasználat mellőzése
- Eszközök nem rendeltetés szerű használata
- Nem megfelelő ruha és cipő viselése

