

Kontaktuppgifter till Silmäasema silmäasema.fi

REMISSGIVARE

Företagshälsövrården _____ Datum ____ / ____ / ____

Namn _____ Tfn. _____

Returadress för remissen _____

FAKTURERING

Undersökningen faktureras _____

De särskilda arbetsglasögonen faktureras _____

Arbetsgivarens begränsningar gällande särskilda arbetsglasögon bågär ____ € linser (antireflex)behandlade eller baslinser

de särskilda arbetsglasögonen kräver godkännande Godkännarens underskrift _____

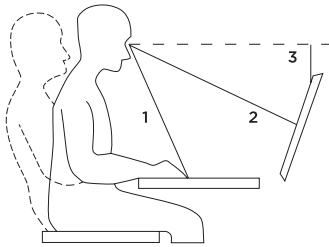
Fylls i av remissgivaren

Ergonomimätningar görs av _____

Person som undersöks _____ Personbeteckning _____ Tfn. _____

Arbetsuppgift _____ Skärmstorlek _____ cm

Arbetsgivare/enhet _____ Höjd på ett r med små bokstäver på skärmen _____ mm



AVSTÅND (cm) OCH JUSTERINGSMÅN (cm) BILDSKÄRM 1 BILDSKÄRM 2 JUSTERINGSMÅN

1 till tangentbordet _____

2 till bildskärmen _____

3 från ögonen till den översta textraden _____

4 annat avstånd t.ex. lässtöd _____

I arbetsuppgifterna ingår att titta på objekt som finns på över 1 meters avstånd ja nej

Det mest avlägsna objektet _____ m

Symptom/problem/tilläggsuppgifter _____

Utlåtande om behov av särskilda arbetsglasögon (optiker specialiserad på arbetssyn eller ögonläkare insatt i ämnet) Alla punkter ska fyllas i

SYNSKÄRPA

utan glasögon H _____ V _____ med glasögon H _____ V _____

VANLIGA GLASÖGON används används inte

enkelslipade läsglasögon dubbelslipade närprogressiva läsglasögon

enkelslipade avståndsglasögon progressiva

behövs inte de nuvarande fungerar nya behövs

SÄRSKILDA ARBETSGLASÖGON

behövs inte de nuvarande fungerar nya behövs

enkelslipade progressiva terminalglasögon

närprogressiva andra, vilka _____

MOTIVERING

avvikande linstyp avvikande hopsättning

avvikande styrka annan orsak, motivering _____

SKRIFTLIG MOTIVERING/TILLÄGGSUPPGIFTER _____

Utlåtandegivarens yrke och namn _____

Datum ____ / ____ / ____ Underskrift _____

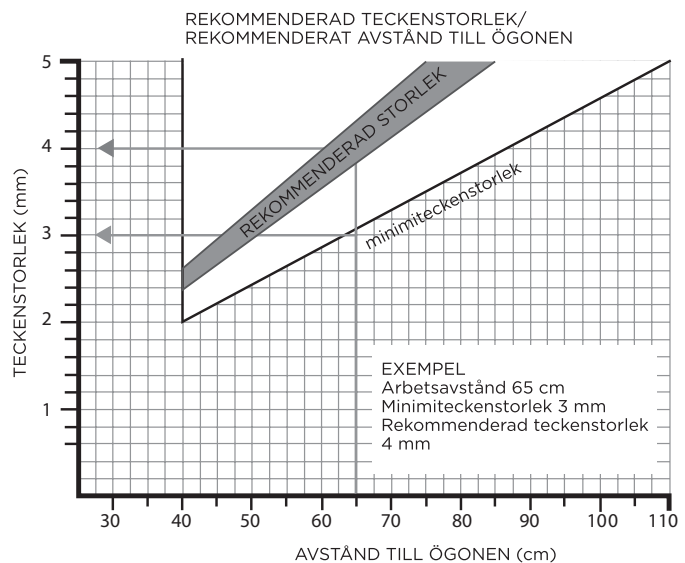
Anvisningar för ifyllande

Denna remiss används när företagshälsovården behöver ett utlåtande om en arbetstagares behov av särskilda arbetsglasögon. Utlåtanden om särskilda arbetsglasögon från dem som utför synundersökningar hos Silmäasema uppfyller de krav som ställs av FPA och i SRb 1405/93.

1. Justering av ergonomin vid skrivbordet

- Justera skrivbordet och stolen.
- Kontrollera dataskärmens avstånd och höjd i förhållande till ögonen.
- Kontrollera musens och andra perifera enheters placering.
- Kvaliteten på belysningen samt reflektion och bländning.
- Arbetsställning, arbetsrutiner och fördelning av arbetet.
- Datorns programergonomi.
 - texten ska vara tillräckligt stor i förhållande till avståndet till ögonen (tabell)
 - anvisningar om hur teckenstorleken kan ändras.
- Tillvänjning till de nya justeringarna vid skrivbordet.

Mer information om ergonomi: www.ttl.fi/ergonomia



2. Olika linstypers krav på justeringen av ergonomin

LÄSGLASÖGON

Läsglasögon har ett visst område där synskärpan är bra. Ju starkare lästillägg (Add), desto sämre skärpedjup. Om arbetstagaren har svårt att se till datorskärmen ska skärmen flyttas närmare.

PROGRESSIVA/BIFOKALA GLASÖGON

Beroende på glasögonens styrka och möjligheterna att justera ergonomin vid skrivbordet kan man se att läsa på datorskärmen:

- Med fältet för seende på långt avstånd: skärmen ska vara på tillräckligt långt avstånd. Teckenstorleken ska vara tillräcklig.
- Med fältet för närseende: skärmen ska vara tillräckligt lågt nere och på tillräckligt nära avstånd.

Om problemen fortsätter efter justeringen av ergonomin ges en remiss för bedömning av behovet av särskilda arbetsglasögon.

NÄRPROGRESSIVA/RUMSPROGRESSIVA LINSER

Genom linsens nedre del ser man tangentbordet och att läsa pappersdokument med bra skärpa. Mitten eller övre delen av linsen har en styrka som är lämplig för seende på avståndet till datorskärmen. Om ergonomin vid skrivbordet tidigare har justerats för progressiva glasögon kan det hända att datorskärmen måste höjas och vid behov flyttas längre bort. Kontrollera då att teckenstorleken är tillräcklig.

3. Mätningar av avståndet till ögonen vid skrivbordet

Arbetstagaren ska sätta sig i en naturlig och ergonomiskt korrekt ställning efter sina behov och rutiner. Mätningarna görs när datorn, den övriga utrustningen, skrivbordet och stolen är justerade för en optimal arbetsställning.

4. Undersökning hos ögonläkare behövs

- Hos personer som behöver en undersökning av ögonens hälsotillstånd och vård av ögonsjukdom.
- Om den som undersöks har genomgått en ögonoperation.

Ögontrycksmätningar som utförs av optiker visar hur högt trycket i ögat är. Ett normalt ögontryck utesluter dock inte glaukom. Endast en ögonläkare kan ge ett utlåtande om ögonens hälsotillstånd.

5. När behövs särskilda arbetsglasögon?

Det är främst arbetstagare med ålderssynthet som behöver särskilda arbetsglasögon i arbete vid bildskärm; normalt personer över 50 år vars arbetsmiljö inte kan ändras så att glasögon för allmänt bruk fungerar utan problem. Även om arbetstagaren använder sina glasögon enbart i arbetet är de inte särskilda arbetsglasögon enligt SRb 1405/93 om de lämpar sig för allmänt bruk. Om endast ett par glasögon ordinerats är de antagligen inte särskilda arbetsglasögon.

Risken för missförstånd minskar om arbetstagarna får tillräcklig information om företagets praxis vad gäller synundersökningar.

1. Justera ergonomin vid skrivbordet så att den är optimal.
2. Skaffa nya glasögon för allmänt bruk om de gamla inte längre är tillräckliga.
3. Särskilda arbetsglasögon får man först när symptomen fortsätter trots ovanstående åtgärder.

Kontaktuppgifter: www.silmäasema.fi