

Silmäaseman yhteystiedot www.silmaasema.fi

LÄHETTEEN ANTAJA

Työterveyshuolto _____ Päiväys ____ / ____ / ____

Nimi _____ Puh. _____

Lähetteen palautusosoite _____

LASKUTUS

Tutkimus laskutetaan _____

Erytyistyölasit laskutetaan _____

Työnantajan rajoitukset erityistyölaseille kehys _____ € linssit pinnoitteilla (kova ja heijastamaton) tai perusmuodossa

erityistyölasit vaativat hyväksynnän Hyväksyjän allekirjoitus _____

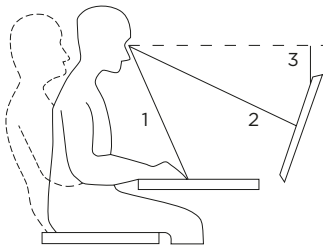
Lähetteen antaja täyttää

Ergonomiamittausten tekijä _____

Tutkittava _____ Sotu _____ Puh. _____

Työtehtävä _____ Näytön koko _____ cm

Työnantaja/yksikkö _____ Pienimmän r-kirjaimen korkeus ruudulla _____ mm



ETÄISYYDET (cm) JA SÄÄTÖVARAT (cm)

KUVARUUTU 1

KUVARUUTU 2

SÄÄTÖVARA

1 näppäimistöön _____

2 kuvaruudulle _____

3 katselulinjasta ylimpään tekstiriviin _____

4 muu etäisyys esim. lukuteline _____

Työtehtävissä on katselukohteita yli metrin etäisyydellä kyllä ei

Kaukaisin kohde _____ m

Lausunto erityistyölasien tarpeesta (työnäköoptikko tai asiaan perehtynyt silmälääkäri)

Kaikki kohdat täytettävä

NÄÖNTARKKUUS

ilman laseja _____ V _____ laseilla _____ V _____

YLEISLASIT on käytössä ei ole käytössä

yksiteho lähilasit kaksiteho syväterävä lähilasi

yksiteho kaukolasit moniteho

ei tarvita nykyiset sopivat tarvitaan uudet

Nykyisten lasien voimakkuus

O _____

V _____ ADD _____

ERITYISTYÖLASIT

ei tarvita entiset sopivat tarvitaan uudet

yksiteho toimistomoniteho

syväterävä muu, mikä _____

O _____

V _____ ADD _____

PERUSTELU

poikkeava linssityyppi poikkeava asennus

poikkeava vahvuus muu syy, perustelu _____

Lausunnon antajan ammatti ja nimi _____

Päiväys ____ / ____ / ____ Allekirjoitus _____

Täyttöohjeet

Tätä lähetettä käytetään silloin, kun työterveyshuolto tarvitsee lausunnon työntekijän erityistyölasien tarpeesta. Silmäasemien näöntutkijoiden erityistyölasilausunnot täyttävät KELA:n ja VNp:n 1405/93 niille asettamat vaatimukset.

1. Työpisteen ergonomian säätäminen

- Työpöydän ja istuimen säätäminen.
- Tietokoneen näytön etäisyys ja korkeus silmistä.
- Hiiren ja oheislaitteiden sijoittelu.
- Valaistuksen laatu, heijasteet ja häikäisy.
- Työskentelyasento, -rutiinit ja työn jaksotus.
- Tietokoneiden ohjelmistoergonomia
 - tekstin koon tulee olla riittävä suhteessa katseluetäisyyteen (taulukko)
 - ohjeet fonttikoon suurentamiseksi.
- Totuttelu työpisteen uusiin säätöihin.

Lisätietoa ergonomiasta:
www.ttl.fi/ergonomia

2. Eri linssityyppien vaatimukset ergonomiasäädöille

LUKULASIT

Lukulaseilla on tietty alue, jolla näkyy tarkasti. Mitä vahvempi lukulisäys (Add), sitä vähemmän niillä on syvyyserävyttä. Jos on ongelmia nähdä ruudulle, siirrä näyttöä lähemmäksi.

MONITEHO-/ 2-TEHOLASIT

Lasien voimakkuuksista ja työpisteen säätömahdollisuuksista riippuen näyttöä voi katsoa:

- Kauko-osalla: näyttö on vietävä riittävän kauas. Merkkikoko (fontti) tulee olla riittävän suuri.
- Lukuosalla: näyttö on säädettävä riittävän alas ja lähelle.

Jos ongelmat jatkuvat ergonomiasäätöjen jälkeen, annetaan lähete erityistyölasien tarpeen arviointiin.

SYVÄTERÄVÄT/ TOIMISTOMONITEHOLINSSIT

Papereihin ja näppäimistöille näkyy tarkasti linssin alaosalla. Näytön etäisyyttä vastaava voimakkuus on linssin keskellä tai sen yläosassa. Jos työpiste on säädetty aikaisemmin moniteholaseille, voi näyttöä joutua nostamaan ylöspäin ja tarvittaessa siirtämään kauemmaksi. Varmista, että merkkikoko on tällöin riittävän suuri.

3. Työpisteen katse-etäisyyksien mittaukset

Työntekijä asettuu istumaan luontevaan, ergonomisesti oikeaan asentoon, joka vastaa hänen omia tarpeitaan ja tottumuksiaan. Katse-etäisyyksien mittaukset tehdään, kun työvälineet ja kalusteet on sijoitettu ja säädetty työasennon kannalta optimaalisesti.

4. Silmälääkärin tutkimusta tarvitsevat

- Silmien terveydentilan tutkimusta ja silmänsairauden hoitoa tarvitsevat henkilöt.
- Jos tutkittavalle on tehty jokin silmiin kohdistunut leikkaus.

Optikon suorittama silmänpaineen mittaus kertoo silmän sisäisen paineen numeroarvon. Matala silmänpainearvo ei sulje pois silmänpainetaudin mahdollisuutta. Vain silmälääkäri voi antaa lausunnon silmien terveydentilasta.

5. Milloin erityistyölasit

Erytyistyölasit näyttöpäätetyössä ovat yleensä tarpeen vain aikuisnäköisillä työntekijöillä, yleensä yli 50-vuotiailla, joiden työympäristöä ei voi muuttaa siten, että yleiskäyttöön soveltuvat lasit toimivat moitteetta. Vaikka silmälasia käytettäisiin ainoastaan työtehtävissä, ne eivät ole VNp:n 1405/93 tarkoittamat erityistyölasit, jos ne soveltuvat yleiskäyttöön. Jos määrätään vain yhdet lasit, ne eivät juuri koskaan ole erityistyölasit.

Hyvä ohjeistus työntekijöille yrityksen näönhuoltokäytännöstä vähentää väärinkäsityksiä.

1. Työpisteen ergonomian kuntoon.
2. Omien yleislasiensa ajan tasalle saattaminen.
3. Erytyistyölasit vasta, jos oireet jatkuvat.

Yhteystiedot: www.silmaasema.fi, www.kaihi.fi, www.laserleikkaus.fi

