

Die Augen schützen: Was im Berufsleben zu beachten ist

Bei der täglichen Arbeit sind die meisten Menschen auf ein gutes Sehvermögen angewiesen. Je nach Arbeitsplatz sind die Augen aber auch besonderen Belastungen oder gar Gefährdungen ausgesetzt.

Das Fachgebiet der Arbeitsmedizin ist darauf ausgerichtet, die Wechselbeziehungen zwischen Arbeit und Gesundheit auszuleuchten. Vor allem gilt es, Unfälle zu vermeiden und Krankheiten vorzubeugen, die durch die Arbeit verursacht oder gefördert werden, schließlich ist die Erkennung berufsbedingter Erkrankungen Aufgabe der Arbeitsmedizin.

Bestimmte Vorsorgeuntersuchungen übernehmen auch besonders qualifizierte Augenärzte. Dazu gehört für die Arbeit am Computerbildschirm die so genannte Augenuntersuchung nach G 37. Hinzu kommt für Angehörige bestimmter Berufsgruppen die Augenuntersuchung nach G 25 sowie die in der Fahrerlaubnisverordnung (FEV) für einige Führerscheinklassen vorgeschriebene Augenuntersuchung.

Bildschirmarbeit

Die Arbeit am Computer ist heute eine Selbstverständlichkeit für einen großen Teil der Berufstätigen. Sie beansprucht allerdings gerade die Augen in vielfacher Weise:

- Häufige Blickbewegungen zwischen Bildschirm, Tastatur und eventuell einer (Text)-Vorlage gehen oft mit verstärkten Wechseln an Helligkeit und Kontrast einher – schnelle und besonders häufige Pupillenreaktionen sind die Folge.



OcuNet GmbH & Co. KG
Friedrichstr. 47
40217 Düsseldorf
Tel. 0211-1793266
Fax 0211-1793267
E-Mail: Zentrale@ocunet.de
www.ocunet.de

- Der Blickwinkel und die Entfernung zum betrachteten Objekt bleiben jedoch gleichzeitig in engen Grenzen, Abwechslungen fehlen.
- Die starke Konzentration auf den Bildschirm bringt es mit sich, dass man seltener blinzelt: Die Lidschlagfrequenz sinkt, die Augenoberfläche wird dadurch weniger gut benetzt.

Häufige Augenbeschwerden am Arbeitsplatz sind müde, brennende und tränende Augen. Verspannungen im Nacken und Kopfschmerzen können hinzukommen.

Wer regelmäßig am Bildschirm arbeitet, hat Anspruch auf Vorsorgeuntersuchungen bei einem Betriebsarzt, einem Arbeitsmediziner oder einem von der Berufsgenossenschaft ermächtigten Augenarzt. Der Arbeitgeber muss die Kosten der Untersuchung tragen, die alle fünf Jahre, ab dem 40. Lebensjahr alle drei Jahre, bei Auftreten von Beschwerden schon früher, wiederholt wird. Die Untersuchung nach dem berufsgenossenschaftlichen Grundsatz G 37 umfasst folgende Punkte:

- Vorgeschichte: Der untersuchende Arzt fragt nach bekannten gesundheitlichen Beeinträchtigungen wie Augenbeschwerden und Augenerkrankungen, Beschwerden und Erkrankungen des Bewegungsapparats, Neurologische Störungen, Stoffwechselerkrankungen, Bluthochdruck und Medikamenteneinnahme.
- Arbeitsbedingungen: Der Arzt klärt im Gespräch ab, wie der Arbeitsplatz aussieht (Lichtverhältnisse, Arbeitsabstand zum Bildschirm etc.), wie die Arbeitszeiten sind und welche Aufgaben zu erfüllen sind.

- Sehtest: Eine geschulte Person – das kann eine Arzthelferin sein – überprüft die Sehschärfe, das räumliche Sehen, die Stellung der Augenachsen, den Farbensinn sowie das zentrale Gesichtsfeld.

Ergibt diese Untersuchung Anhaltspunkte für besondere Beeinträchtigungen, kann eine weitergehende augenärztliche Untersuchung notwendig sein. In vielen Fällen ist die Anpassung einer besonderen Bildschirmbrille oder auch einer Gleitsichtbrille angebracht.

Vor allem, wenn mit steigendem Alter die Anpassungsfähigkeit des Auges an wechselnde Abstände zum Sehobjekt (Akkommodation) nachlässt, kann eine Bildschirmbrille notwendig sein. Eine herkömmliche Lesebrille ist möglicherweise hier nicht hilfreich, weil der Abstand der Augen zum Bildschirm meist größer ist als der Abstand zu einem Buch oder einer Zeitung. Bei Arbeiten mit Publikumsverkehr, wenn der Blick zwischen dem Bildschirm und dem Kunden hin und her wechselt, kann auch eine Gleitsichtbrille notwendig sein.

Die Korrektur der Sehschärfe durch eine Brille ist sehr wichtig. Fehlt sie, gleichen die Betroffenen das oft mit einer falschen Körperhaltung aus, um auf dem Bildschirm noch alles erkennen zu können.

Verspannungen und Kopfschmerzen können die Folge sein.

Doch nicht nur mit einer Brille lassen sich Probleme am Bildschirmarbeitsplatz beheben. Wichtig ist auch, auf eine ausreichend helle, blendfreie Beleuchtung zu sorgen. Die Luftfeuchtigkeit im Raum sollte nicht zu niedrig sein, und regelmäßige Pausen helfen auch den Augen, „frisch“ zu bleiben.

Besondere Anforderungen

Die Vorsorgeuntersuchung für die Arbeit am Bildschirm ist jedoch nicht der einzige

Berührungspunkt zwischen Augenheilkunde und Arbeitsmedizin. Für bestimmte Berufsgruppen gelten Mindestanforderungen an das Sehvermögen. Wer einen Führerschein der Klassen C, C1, CE, C1E, D, D1, DE, D1E und/oder eine Fahrerlaubnis zur Fahrgastbeförderung erwerben will, muss hierfür seine Augen untersuchen lassen (siehe Beitrag „Gut sehen: Überlebenswichtig im Straßenverkehr“).

Daneben sind für „Fahr-, Steuer- und Überwachungspersonal“ – dazu gehören auch Piloten oder Schiffsführer – Vorsorgeuntersuchungen nach dem berufsgenossenschaftlichen Grundsatz G 25 vorgesehen. Sie umfassen neben der Überprüfung der Sehschärfe und des räumlichen Sehens Farbsinntests und die Untersuchung des Dämmerungssehens. Dabei ist für viele Sehfunktionen eine tätigkeitsbezogene Beurteilung notwendig: Kranführer beispielsweise benötigen ein besonders gutes räumliches Sehen.

Unfallverhütung

Ein wichtiger Bereich der Arbeitsmedizin ist schließlich die Verhütung von Unfällen und Gesundheitsrisiken. Die Gefahren für die Augen können ganz unterschiedlicher Natur sein. So sind nicht nur in der Metallverarbeitung Schutzbrillen zu tragen, um die Augen vor umher fliegenden Partikeln zu schützen. In anderen Industriezweigen gilt es, die Augen vor Wärmestrahlung zu schützen, die einen Grauen Star (Katarakt) auslösen kann.