## IK-perm

Håndbok og arbeidsperm for Utarbeidet av: Rose Mari Haug

HMS-arbeid i Vestvågøy kommune Godkjent: AMU 26.03.08

1. **RUTINER/RETNINGSLINJER**

**6.1 Oppfølging av arbeidstakers syn, og refusjon av utgifter til databriller**

1. **FORMÅL**

Retningslinjene angir hvilke rutiner som gjelder med hensyn til synsundersøkelse for arbeidstaker som arbeider ved dataskjerm, og hvilke krav som stilles for å få dekket utgifter til databriller.

1. **OMFANG**

Retningslinjene gjelder for arbeidstakere i Vestvågøy kommune (VK) som jevnlig og under en betydelig del av sitt arbeid, utfører arbeid ved dataskjerm. Det vises til [Forskrift om arbeid ved dataskjerm](http://www.lovdata.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-19941215-1259.html) av 15.12.1994, nr. 1259, til Arbeidsmiljøloven.

1. **DEFINISJONER**

**Vanlige briller (vanlig synskorrigerende hjelpemidler)**

Med denne benevnelsen forstår vi briller til bruk på avstand, og briller tilpasset vanlig leseavstand.

Vanlige progressive briller til avstands- og lesebruk regnes som vanlig synskorrigerende hjelpemiddel.

**Databriller (spesielle synskorrigerende hjelpemidler)**

Med denne benevnelsen forstår vi briller tilpasset avstanden til dataskjermen/datarbeids-plassen.

**Behov for databrille**

Behov for databrille foreligger når arbeidstaker har behov for brille ved dataskjermarbeid, og brille til avstandsbruk eller vanlig lesebrille ikke er tilstrekkelig for å dekke dette behovet.

1. **RETNINGSLINJER**

**Syns- og øyeundersøkelse, refusjon**

Arbeidstaker skal gis tilbud om øyeundersøkelse og synsprøve av person med nødvendige kvalifikasjoner, i henhold til forskriftens § 11.

Utgifter til undersøkelse hos optiker refunderes av arbeidsgiver. Ved eventuell henvisning til øyespesialist, og hvor det viser seg at det er forhold knyttet til arbeid ved dataskjerm som er årsak til henvisningen, refunderer VK utgifter til egenandel.

**Behov for databrille - refusjon**

Når behov for databrille foreligger, d.v.s. når brille til bruk på avstand eller lesebrille ikke vil være tilstrekkelig til å dekke behov for brille ved dataskjerm, refunderer VK utgifter til

* Innfatning, inntil kr 1.000,-.
* Glass – data progressive glass tilpasset avstanden til dataskjermen og det nære arbeidsmiljøet. Refleksfrie glass dekkes. Andre typer spesialbehandling av glass dekkes ikke.
* Arbeidsomkostninger.

Det forutsettes at behovet er attestert av off. godkjent optiker (som har avtale med VK), eller øyespesialist, og at vurderingen er gjort i samsvar med forskriften.

Dersom arbeidstaker slutter etter et halvt år, eller kortere tid, etter at databrillen er anskaffet, betales halvparten av det refunderte beløp tilbake til VK.

1. **Rutine**

**Synsundersøkelse**

Før synsundersøkelse hos optiker, skal den ansatte ha forsøkt å utbedre arbeidsplassen med hensyn til utforming/ergonomiske forhold, belysning og utstyr, se forskriftens kap. 4 – *”Krav til arbeidsplassen”* (utstyr og fysisk miljø), samt side 3 i denne rutine – *”Årsaker til synsproblem”* og *”Råd og vink om hva du* *kan gjøre selv*”.

Bedriftshelsetjenesten kan eventuelt kontaktes for råd og veiledning.

Dersom det er behov for synsundersøkelse informerer arbeidstakeren sin nærmeste overordnede om dette, og bestiller deretter selv time hos optiker.

VK har avtale med Interoptik Strauman om å henvise arbeidstakere dit i spørsmål om databrille.

**Anskaffelse av databrille**

Dersom optiker stadfester at det er behov for databrille, bestilles disse, og betales/legges ut for av arbeidstakeren.

**Refusjon av utgifter**

Skjema ”Synsundersøkelse arbeidsplassbrille”, utfylt med vurdering og begrunnelse, og undertegnet av optiker, leveres sammen med spesifisert kvittering for utlagte utgifter til nærmeste overordnede for anvisning/refusjon til arbeidstakeren.

Utgifter til databrille og eventuell bistand fra bedriftshelsetjenesten dekkes over budsjettet til den enkelte enhet.

**Årsaker til synsproblem:**

* synsfeil
* uheldige belysningsforhold
* uheldig arbeidsplassutforming
* gammel skjerm med uklare bilder eller bevegelser/flimmer i bildet
* lysstyrke og/eller kontrast mellom tegn og bakgrunn
* stress og samarbeidsforhold

Plager som hodepine, og i noen tilfeller også nakke/skuldersmerter vil ofte kunne opptre samtidig som synsproblemene.

**Råd og vink om hva du kan gjøre selv:**

* Unngå for høy skjermplassering
* Unngå reflekser i skjermen
* Reduser blending
* Sørg for god armstøtte
* Unngå for kort arbeidsavstand, avstanden bør være minst 50 cm.
* Benytt minst 12-punkts bokstaver
* Sørg for variasjon i arbeidet
* Ta pauser i arbeidet – flytt øynene fra skjermen og la skuldrene synke ned.
* Reis deg med jevne mellomrom, strekk på armer og ben

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*