

PROTOCOL AANVRAAG BEELDSCHERMBRIL

1. Protocol aanvraag beeldschermbril
2. Achtergrond informatie

01-01-2019

HRM /bt

Inhoud

Protocol aanvraag beeldschermbril	3
Achtergrond informatie over de beeldschermbril	5

Protocol aanvraag beeldschermbril

Stap 1: als je voor de eerste keer aanvraagt (zo niet ga naar stap 2)

je maakt een afspraak voor een werkplekonderzoek via de SelfServiceDesk DLWO & FLWO op het intranetwerk van NHL Stenden.

NB nog juist beschrijving afspraak aanvragen hier plaatsen

De werkplekdeskundige onderzoekt in eerste instantie of de beeldschermwerkplek op een juiste ergonomische wijze is ingesteld. Mocht dit niet het geval zijn dan wordt de werkplek alsnog aangepast, zo nodig met verstrekking van ergonomische hulpmiddelen. Is het laatste van toepassing dan neemt de werkplekdeskundige na een aantal dagen weer contact met je op om af te stemmen of de aanpassing effect heeft gehad.

Indien de werkplek goed is ingesteld, of indien na aanpassing de klachten blijven dan is het advies om stap 2 te volgen.

Stap 2: oogmeting door de opticien

neem contact op met een erkende opticien voor een oogmeting. Hierbij is het belangrijk dat je aangeeft dat het om een beeldschermbril gaat en welke (beeldscherm) werkzaamheden je verricht. De opticien zal dan tevens specifiek op beeldschermafstand gaan meten.

Stap 3: resultaat van de metingen

het advies uit de meting kan op hoofdlijnen zijn:

- 1 geen verdere correctie noodzakelijk;
- 2 verwijzing naar oogarts voor verdiepend onderzoek;
- 3 correctie noodzakelijk voor veraf zien of lezen;
- 4 correctie ook noodzakelijk voor specifiek de beeldschermafstand

Alleen punt 4 valt onder de wettelijke verplichting waarbij NHL Stenden een vergoeding geeft.

Stap 4: wanneer beeldschermcorrectie noodzakelijk is

je stemt met de opticien af op welke wijze de benodigde beeldschermcorrectie wordt uitgevoerd. Dit hangt onder andere af van je persoonlijke situatie (bijvoorbeeld reeds brildragend, contactlenzen), je werksituatie (bijvoorbeeld alleen maar interactie met het beeldscherm of zeer frequent ook verder moeten kijken) en wensen (bijvoorbeeld het type brilmontuur, type glazen).

Stap 5: wie betaald de factuur van de opticien

Je betaalt zelf de factuur. Verzoek de opticien specifiek op de betreffende factuur te vermelden:

- > je naam;
- > dat het een noodzakelijke correctie betreft ten behoeve van beeldschermwerk.

Vervolgend declareer je de gemaakte kosten van je bril zoals beschreven in stap 6.

Stap 6: het declaratieproces

NB hier het declaratieproces beschrijven

Nadat de declaratie akkoord is bevonden (o.a. de juiste meetgegevens mbt beeldschermafstand op de factuur, de juist gekozen budgethouder) zal deze in behandeling worden genomen door de afdeling Personeel- en Salarisadministratie (PSA).

PSA zorgt vervolgens dat je de vergoeding via je salaris ontvangt. NHL Stenden Hogeschool kent een vergoeding voor de glazen van één bril met een maximum van € 250,00 (bij een lager factuurbedrag wordt de vergoeding lager). De beeldschermbril vergoeding wordt in de regel eens per vier jaar verstrekt. Als er sprake is van tussentijdse noodzakelijke wijziging van de sterkte van de beeldschermcorrectie dan kan ook binnen de periode van vier jaar een vergoeding worden verstrekt.

Lees verder voor achtergrondinformatie over de beeldschermbril.

Achtergrondinformatie over de beeldschermbril

inleiding

Steeds meer beeldschermwerkers uiten (gezondheids)klachten als gevolg van beeldschermwerk. De gezondheidsklachten zijn heel divers. Hieronder worden vaak ook oogklachten genoemd (vermoeide dan wel pijnlijke ogen). Gezondheidsklachten als gevolg van beeldschermwerk kunnen samenhangen met verschillende factoren. De oorzaak van deze klachten kan liggen in een lange werktijd achter het scherm, een hoge werkdruk en een slechte ergonomische inrichting van de werkplek of een combinatie van de factoren.

de ogen en een beeldschermbril

Met het stijgen van de leeftijd vermindert het functioneren van de ooglensof zodanig dat het steeds moeilijker wordt om op korte afstand details scherp te zien. Na verloop van tijd komt er een moment waarop een leesbril noodzakelijk is om goed te kunnen lezen. Dit probleem ontstaat meestal zo rond het 40e levensjaar. Enige tijd na het in gebruik nemen van de eerste leesbril ontstaat veelal de behoefte aan een aparte brilsterkte voor het werken met een beeldscherm: de beeldschermbril. Dit komt doordat de reguliere leesafstand afwijkt van de leesafstand achter een beeldscherm. Het beeldscherm staat normaliter op 70 tot 80 cm afstand terwijl een normale leesbril slechts geschikt is voor een leesafstand van 30 tot 40 cm.

Bij een beeldschermbril zijn de glazen zodanig geslepen dat:

- op normale leesafstand, teksten goed gelezen kunnen worden;
- tekst en figuren op het beeldscherm goed gelezen kunnen worden.

oorzaken van oogklachten

De veel gestelde vraag of het werken met beeldschermen slecht is voor de ogen is tweeledig:

- de vraag naar het optreden van chronische achteruitgang van het gezichtsvermogen;
- de vraag naar voorbijgaande klachten en symptomen, samengevat als oogvermoeidheid.

chronische achteruitgang van het gezichtsvermogen

Er zijn geen aanwijzingen voor blijvende schade aan de ogen door beeldschermwerk. Ook laat onderzoek zien dat er geen samenhang bestaat tussen de tijdsduur dat met een beeldscherm wordt gewerkt en een afname van het gezichtsvermogen. Hieruit valt af te leiden dat het gezichtsvermogen niet slechter wordt door beeldschermwerk.

vermoeidheid van de ogen

Het percentage beeldschermwerkers dat vaker dan eenmaal per week vermoeidheidsklachten aan de ogen heeft, ligt tussen 33 en 37 procent. Deze klachten komen tot anderhalf keer zoveel voor bij beeldschermwerkers dan bij vergelijkbare *niet* beeldschermwerkers. Verder blijkt dat wanneer men meer dan vijf uur per dag beeldschermwerk verricht, de klachten aanzienlijk stijgen.

Klachten door vermoeide ogen worden vaak in verband gebracht met:

- de slechte eigenschappen van het scherm (spiegeling, slechte leesbaarheid);
- slecht leesbare handgeschreven documenten;
- de lange tijdsduur van het werk;
- de eenzijdigheid van het werk;
- geen goede helderheidwering, geen aangepaste verlichting;
- een onvoldoende aangepaste bril.

Gebleken is dat het dragen van contactlenzen de klachten over vermoeide ogen vergroot. Voor zover bekend zijn er geen ernstige, specifiek met beeldschermwerk samenhangende, problemen voor contactlensdragers.

lichamelijke klachten door onjuiste oogcorrectie middelen

Houdingsklachten (nek, schouders en/ of rug) worden ook vaak veroorzaakt door gebruik van onjuiste oogcorrectiemiddelen en/of het ontbreken hiervan. Medewerkers die met een gewone leesbril of het leesgedeelte van hun bril het beeldscherm trachten te lezen zien we veelal met een achterovergebogen nek zitten. Dit veroorzaakt dan ook houdingsklachten bij nek, schouder en bovenrug. Deze medewerkers zijn dan ook vaak gebaat bij een correct aangemeten beeldschermbril. Ook het ontbreken van een oogcorrectiemiddel kan leiden tot houdingsklachten. Medewerkers leunen soms sterk naar voren en/ of gaan op het puntje van de stoel zitten. Ook is het 'knijpen' met de ogen een bekend fenomeen. Hierdoor ontstaan vaak hoofdpijn- nek- en/of schouderklachten.

wetgeving met betrekking tot beeldschermbrillen

Op basis van het Arbobesluit (afdeling 2, 'Beeldschermwerk'), hebben werkgevers een aantal verplichtingen met betrekking tot beeldschermwerkzaamheden. Eén van de aspecten die in de regelgeving is opgenomen betreft het feit dat medewerkers in de gelegenheid gesteld moeten worden om een arbeidsgezondheidskundig onderzoek te ondergaan dat betrekking heeft op de ogen en het gezichtsvermogen. Indien uit dit onderzoek blijkt dat een beeldschermbril noodzakelijk is, dan dient deze voorziening aan de medewerkers te worden verstrekt. Hierbij moet de kanttekening worden gemaakt dat dit alleen medewerkers betreft die gemiddeld meer dan twee uur per dag achter een beeldscherm moeten werken. NHL Stenden heeft dit onderzoek opgenomen in de periodiek aangeboden Healthscan aan medewerkers.

