

## Gestaltung von Bildschirmarbeitsplätzen für ältere Beschäftigte

### Problem

Der demografische Wandel hat zur Folge, dass der Anteil älterer Beschäftigter in den nächsten Jahren und Jahrzehnten erheblich steigen wird. Die Beschäftigungsfähigkeit aller Erwerbstätigen sollte möglichst bis zum Eintritt in das Rentenalter erhalten werden. Im fortgeschrittenen Alter treten in unterschiedlicher Ausprägung typische Veränderungen auf, viele Fähigkeiten entstehen oder reifen, es kommt aber auch zu Leistungsbeeinträchtigungen. Es sollte untersucht werden, ob und durch welche Gestaltungsmaßnahmen am Arbeitsplatz diese Beeinträchtigungen kompensiert werden können.

### Aktivitäten

Nach einer Analyse der physiologischen Veränderungen älterer Personen wurden Gestaltungsmaßnahmen für Arbeitsplätze älterer Beschäftigter entwickelt und an einem ersten Musterarbeitsplatz für den Bereich Montage (Aus der Arbeit des IAG [Nr. 3016](#)) anschaulich umgesetzt. Es folgte die Gestaltung eines Muster-Bildschirmarbeitsplatzes, der die speziellen Bedürfnisse und Fähigkeiten Älterer berücksichtigt.

### Ergebnisse und Verwendung

Zuerst wurde dieser Musterarbeitsplatz ergonomisch gut gestaltet und mit einer ausreichend großen, nicht reflektierenden Tischfläche, einem höhenverstellbaren Bürodrehstuhl mit höhen- und breitenverstellbaren Armlehnen, Fußstütze,



Musterarbeitsplatz als Sitz- (o.) und Steh-Arbeitsplatz (u.)

LCD-Bildschirm und einer handelsüblichen Tastatur und Maus ausgestattet.

Folgende altersbedingte Beeinträchtigungen können durch Gestaltungsmaßnahmen kompensiert werden:

- Alterssichtigkeit und Abnahme des Adaptationsvermögens (Anpassung an Beleuchtungsverhältnisse) können teilweise durch eine erhöhte Beleuchtungsstärke ausgeglichen werden. Dies wurde am Musterarbeitsplatz durch eine zusätzliche, für Bildschirmarbeit geeignete Arbeitsplatzleuchte erreicht.
- Ältere werden eher durch Nebengeräusche gestört als Jüngere. Lärmquellen (z. B. Büromaschinen) sollten möglichst vom Arbeitsplatz räumlich getrennt sein. Andere Schallschutzmaßnahmen, zum Beispiel Schallschutzhauben für Büromaschinen, können verwendet werden. Der gegenüberliegende Arbeitsplatz wurde hier durch eine schallabsorbierende Stellwand getrennt.
- Dem altersbedingten Verschleiß der Gelenke, Bandscheiben und Wirbelsäule wird durch einseitige Belastung und Bewegungsmangel, zum Beispiel sitzende Tätigkeit am Bildschirmarbeitsplatz, begünstigt. Zur Bewegungsförderung wurde der Musterarbeitsplatz mit einem elektromotorisch höhenverstellbaren Arbeitstisch ausgestattet, der das Arbeiten im Sitzen und im Stehen ermöglicht. Alternativ und kostengünstiger kann ein freistehendes oder am Tisch adaptierbares Stehpult eingesetzt werden.

Außerdem wurde für ausreichende Bewegung im Sitzen ein Bürodrehstuhl mit Synchron-Mechanik ausgewählt, der ein Arbeiten sowohl in der vorderen als auch in der hinteren Sitzposition ermöglicht. Es können aber auch andere Stuhlmodelle, die ein dynamisches Sitzen gewährleisten, eingesetzt werden.

Um ungünstige Kopf- und Körperhaltungen zu vermeiden, ist auf die richtige Anordnung der Arbeitsmittel (Bildschirm, Tastatur, Maus) zu achten.

Eine gute ergonomische Gestaltung des Arbeitsplatzes erfordert nur noch geringe zusätzliche Anpassungen an die Bedürfnisse der Älteren. Diese Anpassungen steigern für jedes Alter, auch für junge Menschen, die Arbeitssicherheit und das Wohlbefinden bei der Arbeit. Spezielle Altenarbeitsplätze sind somit nicht notwendig. Der Musterarbeitsplatz wird zum Thema „Bildschirmarbeit und ältere Beschäftigte“ in Qualifizierungen sowie in der betrieblichen Beratung eingesetzt.

### **Nutzerkreis**

Präventionsdienste der Unfallversicherungsträger, Betriebsärzte und -ärztinnen, Unternehmer und Unternehmerinnen, Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Mitglieder der Personalvertretung

### **Fachliche Anfragen**

IAG, Bereich Arbeitsgestaltung – Demografie