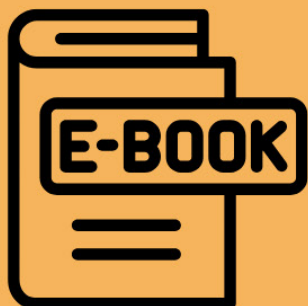
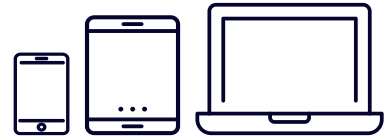


# Dlaczego przepisy o monitorach ekranowych nadal budzą wątpliwości



Od 2009r. wspieramy pracowników służby BHP  
w ich rozwoju zawodowym i codziennej pracy

**BEZPŁATNE KONTO TESTOWE**  
48 h dostępu do zasobów portalu



**szkolenia video**  
webinaria i konferencje



**około 100 ocen**  
ryzyka zawodowego  
i list kontrolnych bhp

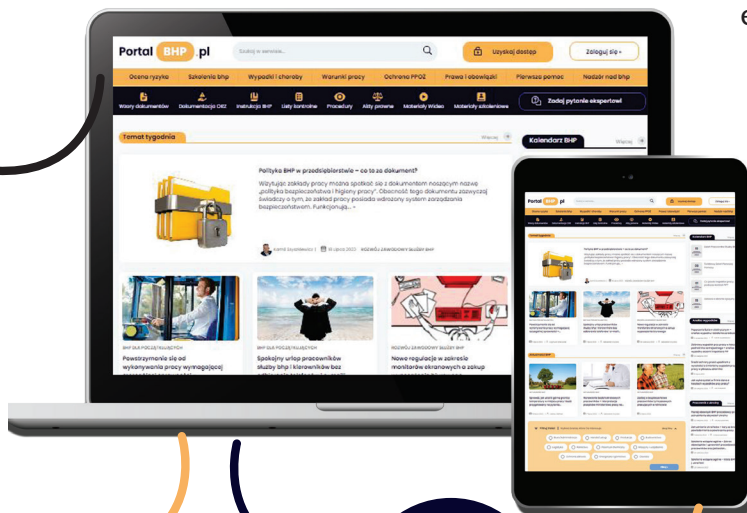


**poradnia konsultacje e-mailowe**

indywidualne odpowiedzi  
ekspertów w ciągu 48 h



**ponad 300 wzorów**  
dokumentów,  
instrukcji  
i ocen ryzyka



**alert prawny**  
po każdej ważnej  
zmianie prawnej



**e-letter raz w tygodniu**  
przegląd najnowszych porad  
i aktualności



**ponad 100 materiałów szkoleniowych**  
prezentacji, filmów, testów,  
ćwiczeń i gier



**ponad 4000**  
porad, analiz  
i dobrych praktyk

**Jesteś zainteresowany stałym dostępem?**  
**Zadzwoń do nas lub sprawdź ofertę na stronie [www.portalbhp.pl](http://www.portalbhp.pl)**

Nasi konsultanci dopasują najlepszą ofertę dla Ciebie.

Korzystaj wygodnie z wiedzy gdziekolwiek jesteś! **Centrum Obsługi Klienta: 22 518 29 29**

**Autor:** praca zbiorowa  
**Wydawca:** Klaudia Bogumił  
**Kierownik grupy wydawniczej:** Piotr Szczygieł  
**Redaktor:** Marek Kalman  
**Koordynator produkcji:** Mariusz Jezierski  
**Projekt graficzny okładki:** Klaudia Bogumił  
**Skład i łamanie:** „Triograf”, Dariusz Kołacz

**ISBN: 978-83-8344-866-4**

**Informacje i zamówienia:**

**e-mail:** [cok@wip.pl](mailto:cok@wip.pl)

**infolinia:** 22 518 29 29

**faks:** 22 617 60 10

**Wiedza i Praktyka sp. z o.o.**

ul. Łotewska 9A,

03-918 Warszawa

NIP: 526-19-92-256

Numer KRS: 0000098264 – Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy

Wysokość kapitału zakładowego: 200.000 zł

Nr rejestrowy BDO: 000008579

tel.: 22 518 29 29,

faks: 22 617 60 10

© Copyright by Wiedza i Praktyka sp. z o.o. Warszawa 2023



Niniejszy e-book chroniony jest prawem autorskim. Przedruk materiałów bez zgody wydawcy jest zabroniony. Zakaz nie dotyczy cytowania publikacji z powołaniem się na źródło. Wszelkie materiały zawarte w niniejszej publikacji mają charakter wyłącznie popularyzacyjno-informacyjny i nie mogą być traktowane w sposób prawnie wiążący pomiędzy Czytelnikiem a wydawcą lub redakcją. Redakcja dokłada wszelkich starań, aby informacje i dane zamieszczone w tych materiałach były poprawne merytorycznie i aktualne. Jednakże decyzja odnośnie zastosowania w szczególności określonych metod leczenia czy technik medycznych należy do podmiotu uprawnionego do wykonywania działalności w tym zakresie. Informacje zawarte w niniejszej publikacji nie mają także, w aspekcie poruszanych na jej łamach zagadnień prawnych, charakteru porady czy opinii prawnej, jako że wydawca ani redakcja nie świadczą jakichkolwiek usług prawnych. Informacje tego rodzaju nie mogą być również traktowane jako oficjalne stanowisko organów lub urzędów państwowych. Zastosowanie tych informacji w konkretnym przypadku może wymagać dodatkowych, pogłębionych konsultacji lub opinii prawnej. Wobec powyższego wydawca, redakcja, redaktorzy ani autorzy ww. materiałów nie ponoszą odpowiedzialności prawnej, w szczególności za skutki zastosowania lub wykorzystania w jakikolwiek sposób informacji zawartych w niniejszej publikacji

## **Spis treści**

Dlaczego przepisy o monitorach ekranowych nadal budzą wątpliwości .....	str. 5
Technologia wyprzedziła przepisy .....	str. 6
Od razu problematyczna nazwa rozporządzenia .....	str. 7
Niezrozumiała definicja stanowiska pracy .....	str. 7
Wątpliwości dotyczące definicji pracownik .....	str. 8
Połowa dobowego wymiaru czasu pracy – nie do końca oczywiste .....	str. 8
Rzeczywisty czas przed monitorem ekranowym) .....	str. 9
Wszystkie systemy stacjonarne – nie wszystkie systemy mobilne .....	str. 10
Systemy przenośne bez legalnej definicji .....	str. 10
Co z soczewkami kontaktowymi .....	str. 11
Jak wyeliminować obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego .....	str. 12
Co z elementami wyposażenia .....	str. 12
Czy jest niestacjonarny monitor ekranowy .....	str. 13
Podstawa bez określonych parametrów .....	str. 13
Klawiatura oraz mysz .....	str. 13
Czym mysz ma być ergonomiczna .....	str. 14
Uproszczone parametry monitora .....	str. 14
Stół bez wątpliwości .....	str. 14
Z krzesłem same problemy .....	str. 14
Dostosowanie po terminie .....	str. 15
Podsumowanie .....	str. 15

# Dlaczego przepisy o monitorach ekranowych nadal budzą wątpliwości

**Czas na dostosowanie stanowisk pracy wyposażonych w monitory ekranowe do nowych przepisów minął w maju br. Każde stanowisko powinno zatem spełniać już nowe wymogi. Niestety tak nie jest. Nowelizacja rozporządzenia nadal wzbudza wątpliwości pracodawców. Jest to spowodowane między innymi wysokimi kosztami dostosowania stanowisk pracy do nowych przepisów, czego ustawodawca najwyraźniej na zauważył. Ale nie tylko... Sprawdź, z jakimi problemami mierzą się jeszcze pracodawcy.**

Zatrudnienie przynajmniej jednej osoby na podstawie stosunku pracy wiąże się dla podmiotu zatrudniającego z uzyskaniem statusu pracodawcy – z prawie wszystkimi tego konsekwencjami wynikającymi z przepisów z zakresu technicznego bezpieczeństwa pracy. Pracodawca, który zatrudnia jednego pracownika, nie ma oczywiście obowiązku powołania służby bhp czy komisji bhp – jednak przeważająca część zadań w zakresie bezpieczeństwa pracy musi być zrealizowana.

Zapewnienie bezpiecznych warunków pracy niezależnie od liczby zatrudnionych pracowników, jak również formy organizacyjnoprawnej pracodawcy dotyczy każdego przypadku – również bez względu na charakter zakresu obowiązków, jakie pracownik wykonuje. Oczywiście obowiązki dotyczące bhp mogą być bardziej złożone w przypadku wykonywania na przykład prac szczególnie niebezpiecznych, które wymagają wyjątkowej organizacji pracy i sprawowania bieżącego nadzoru – nie zmienia to jednak tego, że również w przypadku z pozoru bezpiecznych prac administracyjno-biurowych wykonywanych przed monitorami ekranowymi, pracownicy muszą mieć zapewnione bezpieczne warunki pracy. Powinni być objęci szczególną profilaktyczną opieką zdrowotną.

Z całą pewnością nie można porównywać zagrożeń występujących przy pracy wykonywanej na stanowisku pracy wyposażonym w monitor ekranowy z zagrożeniami występującymi przy pracy w sektorze budowlanym, w rolnictwie czy w przemyśle. Myli się jednak ten, który twierdzi, że praca przed monitorem ekranowym jest wolna od jakiegokolwiek rodzaju zagrożeń i polega wyłącznie na relaksowaniu się w ergonomicznym fotelu z regulowanymi podłokietnikami w pomieszczeniu klimatyzowanym. Praca przed monitorem ekranowym może bowiem negatywnie wpływać na kondycję narządu wzroku – dodatkowo mogą pojawić się bóle głowy, zmęczenie oraz znużenie. Siedząca pozycja ciała wiąże się z wyzwaniem dla narządu ruchu – układu mięśniowego-szkieletowego. Wielogodzinne wykonywanie pracy przed monitorem ekranowym może stanowić przyczynę dolegliwości pleców, barków, kręgosłupa, spłycenia oddechu, spowolnienia krążenia, zwłaszcza w obrębie nóg.

Z informacji prezentowanych przez Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy wynika, że praca przy komputerze wykonywana codziennie dłużej niż 4 godziny może być uciążliwa, gdyż: