

Auszug aus DGUV Regel 115-401 (Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung), S. 30ff

Büromöbel wie Tische, Stühle, Schränke und Regale sind wichtige Arbeitsmittel in Ihrem Unternehmen. Sie müssen sicher und funktional sein. Gleichzeitig sollen sie dazu geeignet sein, Bewegungsmangel entgegenzuwirken. Geeignete Büroarbeitsstühle unterstützen die natürliche Haltung des Menschen im Sitzen.

Büroarbeitsstühle

- Achten Sie darauf, dass Sitz und Rückenlehne höhenverstellbar und als Einheit drehbar sind.
- Sorgen Sie dafür, dass der Stuhl über gebremste Rollen verfügt (kein Wegrollen des Stuhls bei Entlastung) und die Rollen zur Art des Fußbodens passen
- Die meisten Büroarbeitsstühle sind auf eine tägliche Nutzung von acht Stunden und ein Körpergewicht von 110 kg ausgelegt. Setzen Sie für schwerere Personen oder Mehrschichtbetrieb dafür geeignete Stühle ein.
- Wählen Sie möglichst Stühle mit Armauflagen, da diese für Ihre Beschäftigten ergonomisch günstig sind. Empfehlenswert sind verstellbare Armauflagen, deren Höhe einen Bereich von 180 mm bis 290 mm über der Sitzfläche umfasst.

Das sollte Ihr Stuhl können:



Abb. 12 Verstellmöglichkeiten an einem Büroarbeitsstuhl

(Seite 32)

Armwinkel
90 - 100°

Landosenstütze
auf Lendenwirbelhöhe

Arملهne
ca. auf Tischhöhe

Stuhlhöhe
an Körper anpassen

Beinwinkel
über 90°

Abstand Bildschirm
ca. eine Armlänge

Bildschirmoberkante
max. auf Augenhöhe

Umgebung
möglichst ruhig

Raumtemperatur
20-22 °C

Luftfeuchtigkeit
40-60 %

Tischplatte
Mind. 80 x 160 cm

Tischhöhe
ggf. anpassen

Grafik: Freepik/pch.vector