

Эргономика рабочего места

Основы эргономики – метрические единицы

Для достижения максимального комфорта и производительности на рабочем месте, пожалуйста, обратите внимание на следующие моменты при монтаже:

- Диапазон регулировок (перемещений) крепления
- Тип рабочего места и характер работы
 - > Только визуальное наблюдение?
 - > Ввод данных?
 - > Оператор находится в положении «сидя»?
 - > Оператор находится в положении «стоя»?
 - > Оператор в разное время находится в положении «стоя» или «сидя»?
- Персонал
 - > Только женщины или мужчины?
 - > И женщины и мужчины?
 - > Усредненный пользователь?

Использование таблиц «Высота до уровня глаз» / «Высота до уровня локтя»

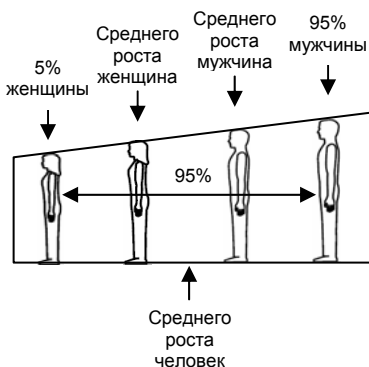
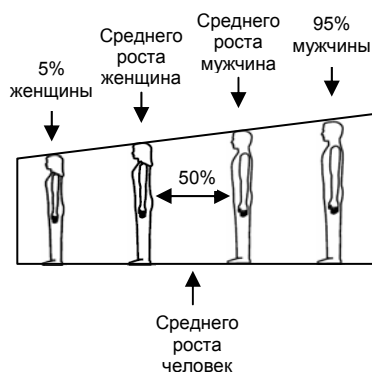
Используйте таблицы при определении оптимальной высоты крепления.

Придерживайтесь следующих правил:

- Высота экрана: Верхняя кромка экрана должна располагаться на уровне глаз оператора или немного ниже
- Высота клавиатуры: Центральная линия клавиатуры должна быть на одном уровне с согнутым в локте предплечьем и запястьям
- Расстояние экран/клавиатура: Расстояние от верхней кромки экрана до центральной линии клавиатуры для среднего мужчины и женщины

Примите во внимание что, реальное расположение места монтажа может изменяться, так как:

- Мониторы имеют различные размеры
- Крепления имеют различные конфигурации



Таблицы «Высота до уровня глаз» / «Высота до уровня локтя»

Антропометрические данные приведены в миллиметрах (мм) для среднего роста человека.

1	Высота до уровня глаз 4			Высота до уровня локтя 4			Расстояние уровня глаз до уровня локтя	
	Стоя	Сидя	Δ	Стоя	Сидя	Δ	Стоя	Сидя
Ср. женщина	1509	1118	391	986	584	401	523	533
Ср. человек	1567	1171	396	1026	632	394	541	538
Ср. мужчина	1636	1232	404	1080	686	394	556	546
Разница М/Ж	127	114	—	94	102	—	—	—

Для диапазона роста от 5% (женщины) до 95% (мужчины)

	Стоя	Сидя	Δ	Стоя	Сидя	Δ	Стоя	Сидя
5%(женщины)*	1415	1036	378	927	528	399	488	508
95%(мужчины)**	1742	1323	419	1153	749	404	589	574
Разница М/Ж	328	287	—	226	221	—	—	—

1 Фиксированные крепления: монтируйте на высоте для среднего роста человека

Крепления, допускающее регулировку по высоте...

2 Среднего роста человек, работа в положении сидя или стоя: необходимый запас перемещения по высоте > 127 мм

3 Работа в положении сидя или стоя для 95% пользователей: необходимый запас перемещения по высоте > 328 мм

4 Среднего роста человек, работа в положении сидя и стоя: необходимый запас перемещения по высоте > 495 мм

Положение клавиатуры...

5 Расстояние экран/клавиатура: 533 мм оптимальное расстояние для любого положения оператора

* Рост характерный для 5% женщин по шкале от 0% до 100%

** Рост характерный для 95% мужчин по шкале от 0% до 100%

Номера в таблице соответствуют номерам на схемах приведенных на последующих страницах

Эргономика рабочего места

Правила монтажа

Номера на схемах соответствуют номерам в таблицах «Высота до уровня глаз» / «Высота до уровня локтя». Более детальная информация приведена в «Инструкции по эргономике рабочего места» (издание 888-99-014), поставляемой в комплекте с креплением.



Серия 400, один шарнир, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



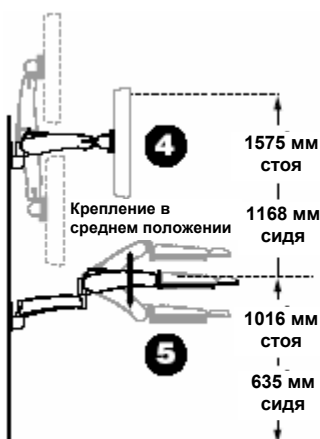
Серия 400, два шарнира + P/L, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



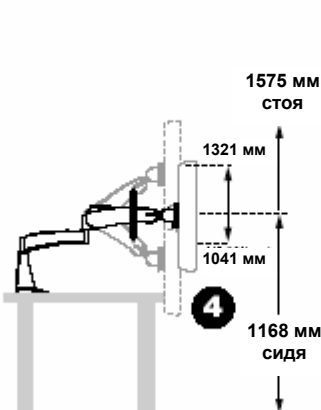
Серия 400, крепление для ноутбука, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



Серия 400, комбинированное крепление, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



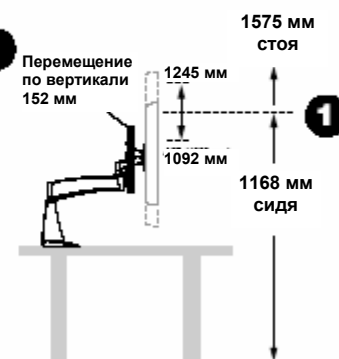
Серия 300, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



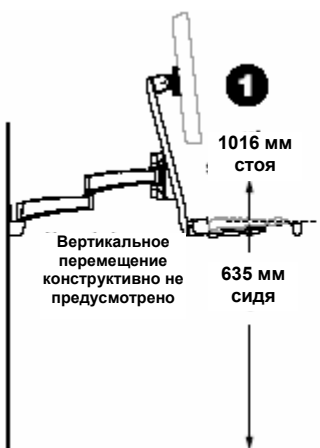
Серия 300, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



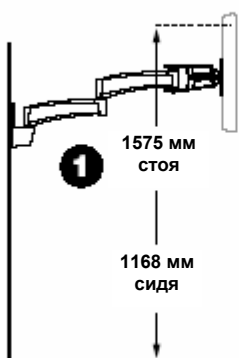
Серия 200, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



Серия 200, с вертикальным перемещением 152 мм, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



Серия 400, комбинированное крепление, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



Серия 200, два монитора, конфигурация для работы в положении сидя или стоя (фиксированная высота)



Серия 100, конфигурация для работы в положении сидя или стоя



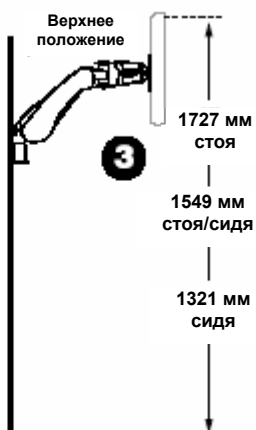
Два монитора (серия DS100 или 200), конфигурация для работы в положении сидя

Правила монтажа

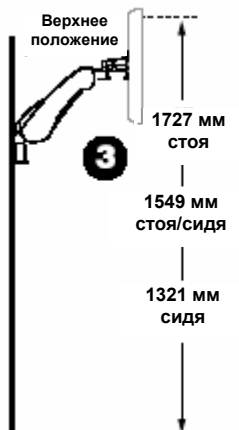
Номера на схемах соответствуют номерам в таблицах «Высота до уровня глаз» / »Высота до уровня локтя». Более детальная информация приведена в «Инструкции по эргономике рабочего места» (издание 888-99-014), поставляемой в комплекте с креплением.



Серия HD,
комбинированное
крепление



Серия HD, крепление
для двух мониторов



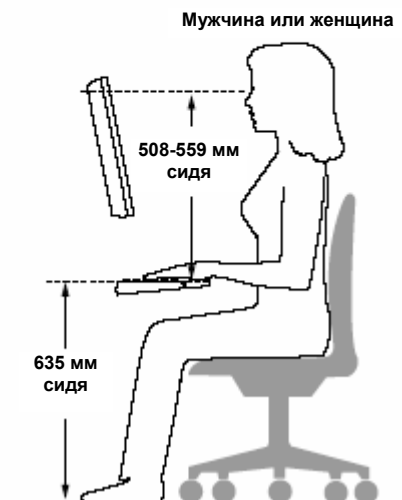
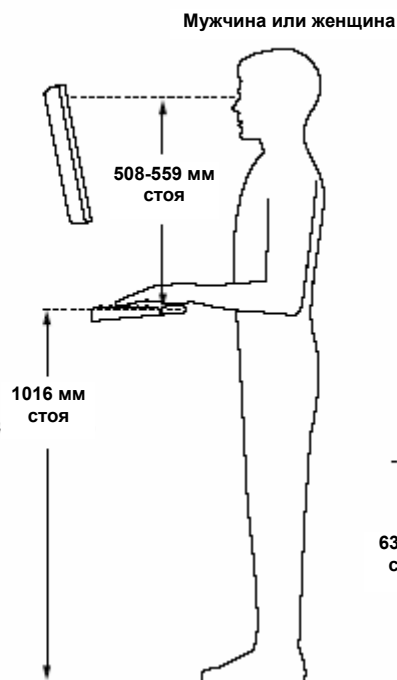
Крепление HD45



Серия HD, крепление
для ноутбука



Серия VL,
вертикальное
перемещение 229 мм



ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

Монтируйте монитор и клавиатуру на указанной высоте