

**LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTRAS**

**Į S A K Y M A S**  
**DĖL LIETUVOS HIGIENOS NORMOS HN 32:2004 „DARBAS SU**  
**VIDEOTERMINALAIS. SAUGOS IR SVEIKATOS REIKALAVIMAI“ PATVIRTINIMO**

2004 m. vasario 12 d. Nr. V-65  
Vilnius

Siekdamas perkelti 1990 m. gegužės 29 d. Tarybos direktyvos 90/270/EEB „Dėl saugos ir sveikatos apsaugos būtinausių reikalavimų dirbant su displėjaus ekrano įrenginiais“ reikalavimus:

1. T v i r t i n u Lietuvos higienos normą HN 32:2004 „Darbas su videoterminalais. Saugos ir sveikatos reikalavimai“ (pridedama).

2. P r i p a ž į s t u netekusiu galios Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 1999 m. sausio 6 d. įsakymą Nr. 4 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 32:1998 „Darbas su videoterminalais. Saugos ir sveikatos reikalavimai“ tvirtinimo“ (Žin., 1999, Nr 5-122).

3. P a v e d u ministerijos sekretoriui Eduardui Bartkevičiui kontroliuoti šio įsakymo vykdymą.

SVEIKATOS APSAUGOS MINISTRAS

JUOZAS OLEKAS

PATVIRTINTA  
Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos  
ministro 2004 m. vasario 12 d.  
įsakymu Nr. V-65

## LIETUVOS HIGIENOS NORMA HN 32: 2004 „DARBAS SU VIDEOTERMINALAIS. SAUGOS IR SVEIKATOS REIKALAVIMAI“

### I. TAIKYMO SRITIS

1. Ši higienos norma nustato dirbančiųjų su videoterminalais darbo aplinkos, videoterminalo įrenginių, darbo ir poilsio režimo saugos ir sveikatos reikalavimus.
2. Ši higienos norma netaikoma:
  - 2.1. kompiuterių sistemoms visose transporto priemonėse ir mechanizmų vairuotojų arba valdymo kabinose;
  - 2.2. visuomeninės paskirties kompiuterių sistemoms (sistemoms, kurios naudojamos mokymuisi, informacijos paieškai, laisvalaikiui ir pan.);
  - 2.3. portatyvioms sistemoms, kurios darbo vietoje naudojamos ne visą darbo dieną;
  - 2.4. skaičiuotuvams, kasos aparatams ir kitiems įrenginiams, kurių nedidelė informacinė apimtis ir mažų matmenų vaizduoklis;
  - 2.5. įprastos konstrukcijos rašomosioms mašinėlėms (mašinėlėms su ekranu).
3. Šia higienos norma turi vadovautis juridiniai ir fiziniai asmenys:
  - 3.1. projektuojantys, įrengiantys naujas ir naudojantys esančias darbo vietas su videoterminalais;
  - 3.2. kontroliuojantys darbo sąlygas ir darbo su videoterminalais poveikį darbuotojų sveikatai.
4. Į šios higienos normos reikalavimus turi būti atsižvelgta rengiant norminius ir techninius dokumentus, susijusius su darbo su videoterminalais saugos ir sveikatos reikalavimais.

### II. NUORODOS

5. Šioje higienos normoje pateikiamos nuorodos į teisės aktus:
  - 5.1. Lietuvos Respublikos darbo kodeksas (Žin., 2002, Nr. [64-2569](#)).
  - 5.2. Lietuvos Respublikos darbuotojų saugos ir sveikatos įstatymas (Žin., 2003, Nr. [70-3170](#)).
  - 5.3. Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. vasario 3 d. nutarimas Nr. 160 „Dėl Papildomų ir specialių pertraukų, įskaitomų į darbo laiką, nustatymo tvarkos patvirtinimo“ (Žin., 2003, Nr. [14-559](#)).
  - 5.4. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 24 d. įsakymas Nr. 277 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 98:2000 „Natūralus ir dirbtinis darbo vietų apšvietimas. Apšvietos ribinės vertės ir bendrieji matavimo reikalavimai“ (Žin., 2000, Nr. 44-1278).
  - 5.5. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro 2001 m. gruodžio 13 d. įsakymas Nr. 645/169 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 23:2001 „Kenksmingų cheminių medžiagų koncentracijų ribinės vertės darbo aplinkos ore. Bendrieji reikalavimai“ (Žin., 2001, Nr. [110-4008](#)).
  - 5.6. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2001 m. gruodžio 21 d. įsakymas Nr. 663 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 73:2001 „Pagrindinės radiacinės saugos normos“ patvirtinimo“ (Žin., 2002, Nr. 11-388).
  - 5.7. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro 2001 m. gruodžio 21 d. įsakymas Nr. 660/174 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 110:2001 „Pramoninio dažnio (50 HZ) elektromagnetinis laukas darbo vietose. Parametrų leidžiamosios skaitinės vertės ir matavimo reikalavimai“ (Žin., 2002, Nr. [5-195](#)).

5.8. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugsėjo 3 d. įsakymas Nr. V-520 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 33-1:2003 „Akustinis triukšmas. Leidžiami lygiai gyvenamojoje ir darbo aplinkoje. Matavimo metodikos bendrieji reikalavimai“ patvirtinimo“ (Žin., 2003, Nr. [87-3957](#)).

5.9. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 31 d. įsakymas Nr. 301 „Dėl Profilaktinių sveikatos tikrinimų sveikatos priežiūros įstaigose“ (Žin., 2000, Nr. [47-1365](#)).

5.10. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijos ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 1998 m. gegužės 5 d. įsakymas Nr. 85/233 „Dėl Darboviečių įrengimo bendrųjų nuostatų patvirtinimo“ (Žin., 1998, Nr. 44-1244).

5.11. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. spalio 16 d. įsakymas Nr. A1-159/V-612 „Dėl Profesinės rizikos vertinimo nuostatų patvirtinimo“ (Žin., 2003, Nr. [100-4504](#)).

5.12. Lietuvos Respublikos aplinkos ministro 1999 m. sausio 18 d. įsakymas Nr. 19 „Dėl STR 2.09.02:1998 „Šildymas, vėdinimas ir oro kondicionavimas“ patvirtinimo ir 1998 08 31 įsakymo Nr. 162 dalinio pakeitimo“ (Žin., 1999, Nr. [13-333](#)).

### III. TERMINAI IR APIBRĖŽIMAI

6. Šioje higienos normoje pavartoti terminai ir jų apibrėžimai:

6.1. **terminalas** – sistemos arba ryšių tinklo funkcinis vienetas, iš kurio duomenys gali būti įvesti arba gauti;

6.2. **vartotojo terminalas** – terminalas, skirtas vartotojui bendrauti su kompiuteriu;

6.3. **videoterminalas** – vartotojo terminalas su displejaus ekranu ir paprastai turintis informacijos įvedimo įrenginį – klaviatūrą;

6.4. **vaizduoklis** – išvesties įrenginys, pateikiantis duomenis vaizdų forma;

6.5. **kompiuteris** – funkcinis vienetas, kuris gali atlikti svarbius skaičiavimus, sudarytus iš daug aritmetinių ir loginių operacijų be žmogaus įsikišimo;

6.6. **ženklas** – elementas, naudojamas duomenims vaizduoti, tvarkyti arba valdyti;

6.7. **kompiuterizuota darbo vieta** – vieta su vaizduoklio įrenginiais, kurioje gali būti klaviatūra ar duomenų įvesties įrenginys ir (arba) programinė įranga, nuo kurios priklauso operatoriaus ir mašinos sąsaja, pasirinktos pagalbinės priemonės, išoriniai įrenginiai, tarp jų – diskasukis, telefono aparatas, modemas, spausdintuvas, dokumentų laikiklis, darbo kėdė bei darbo stalas ar darbo vietos paviršius, ir tiesioginė darbo aplinka;

6.8. **darbuotojas, dirbantis kompiuteriu** – kiekvienas darbuotojas, kuris nuolatos dirba su videoterminalu kaip savo įprasto darbo dalimi, pusę ir daugiau darbo dienos (pamainos) laiko arba ne trumpiau kaip 2 val. su pertrauka per darbo pamainą.

### IV. ĮPAREIGOJIMAI DARBDAVIUI

7. Darbdavys pagal galiojančius norminius teisės aktus organizuoja profesinės rizikos vertinimą, kurio metu nustatomas darbo su videoterminalu poveikis darbuotojo sveikatai, ypač regėjimui, fizinei ir protinei įtampai [5.1, 5.2, 5.10, 5.11].

8. Darbo sąlygos vertinamos pagal tai, kaip darbo su videoterminalu aplinka, darbo pobūdis, darbo ir poilsio režimas atitinka darbuotojų saugos ir sveikatos teisės aktų nustatytus reikalavimus.

9. Darbdavys, nustatęs profesinę riziką, numato jos šalinimo ir mažinimo priemones [5.11].

10. Darbdavys privalo informuoti darbuotojus ir su jais konsultuotis visais darbo su videoterminalais saugos ir sveikatos klausimais.

11. Kiekvienas darbuotojas turi būti apmokytas naudotis visais esančiais darbo vietoje videoterminalo įrenginiais prieš pradėdamas dirbti ir kai darbo vietoje vykdomi esminiai pokyčiai.

12. Darbuotojas turi teisę sužinoti iš padalinio vadovo, darbdavio apie jų darbo su videoterminalais aplinkoje esančius sveikatai kenksmingus ir (ar) pavojingus veiksnius.

## V. DARBO IR POILSIO REŽIMAS

13. Darbdavys privalo suplanuoti darbuotojo darbą taip, kad, kasdien dirbant prie vaizduoklių, būtų periodiškai daromos pertraukos, įskaitomos į darbo laiką, arba būtų keičiama veikla, sumažinant darbo prie vaizduoklio krūvį [5.1].

14. Nepertraukiamai dirbti prie videoterminalo galima ne daugiau kaip 1 val.

15. Dirbant 8 val. darbo dieną, reglamentuotos (specialios) 5 (10) min. trukmės pertraukos nustatomos po 1 val. nuo darbo su videoterminalu pradžios [5.3].

16. Dirbant 12 valandų darbo dieną (40 val. darbo savaitę), reglamentuotos (specialios) pertraukos pirmosioms 8 val. nustatomos pagal 8 val. darbo pamainos režimą, likusias 4 val. po kiekvienos darbo valandos daroma 15 min. pertrauka.

17. Nuovargį ir įtampą mažinti pertraukų metu ir pasibaigus darbui rekomenduojama atliekant specialius akių ir fizinius pratimus darbo vietoje ir/arba poilsio patalpoje.

## VI. IŠANKSTINIAI IR PERIODIŠKI DARBUOTOJŲ SVEIKATOS TIKRINIMAI

18. Dirbantiesiems su videoterminalais privalomi išankstiniai (prieš priimant į darbą su videoterminalu) ir periodiški (per atitinkamai reguliarius laiko intervalus) sveikatos, ypač akių ir regėjimo, tikrinimai pagal Sveikatos apsaugos ministerijos nustatytą tvarką [5.9].

19. Jeigu dėl patikrinimo rezultatų nustatoma, kad to reikia ir jeigu negali būti naudojami įprastiniai koreguojantys prietaisai, darbuotojai turi būti aprūpinami specialiais koreguojančiais prietaisais, tinkančiais jų konkrečiam darbui.

20. Jei atsiranda regėjimo sutrikimų, kurie gali būti susiję su darbu prie videoterminalo, darbdavys privalo darbuotojui suteikti galimybę atlikti atitinkamą akių ir regėjimo ištyrimą (oftalmologiniai tyrimai).

## VII. VIDEOTERMINALO ĮRENGINIAI

21. Vaizduoklis

21.1. Visi naudojami videoterminalo įrenginiai turi būti nepavojingi darbuotojų sveikatai.

21.2. Ženkilai vaizduoklyje turi būti ryškaus kontūro, lengvai skaitomi.

21.3. Vaizdas turi būti stabilus ir nemirgėti.

21.4. Ryškumas ir/arba kontrastas tarp ženklų ir fono turi būti lengvai reguliuojamas.

21.5. Vaizduoklis turi būti lengvai bei laisvai pasukamas ir pakreipiamas pagal darbuotojų poreikius.

21.6. Atstumas nuo operatoriaus akių iki vaizduoklio turi būti ne mažesnis kaip 40 cm.

21.7. Vaizduoklis turi turėti reguliuojamą stovą, kad būtų galima keisti jo padėtį.

21.8. Darbo vietos turi būti įrengtos taip, kad šviesos šaltiniai (langai, permatomos arba peršviečiamos pertvaros, ryškiai dažyti įrenginiai arba sienos) neakintų, kuo mažiau atspindėtų šviesą vaizduoklyje ir nesukeltų darbuotojui nemalonių jutimų ir akių nuovargio.

21.9. Languose ar šalia jų turi būti priemonės, leidžiančios sumažinti šviesos srautą, krentantį į darbo vietą.

22. Klaviatūra, pelė

22.1. Klaviatūros vietos aukštis turi būti toks, kad leistų išlaikyti taisyklingą kūno laikyseną, išvengti plaštakų, riešų ir pečių juostos nuovargio.

22.2. Priešais klaviatūrą turi būti pakankamai erdvės, kad darbuotojas galėtų atremti plaštakas ir riešus.

22.3. Riešų padėtis turi būti neutrali: plaštaka ir dilbis turi būti vienodame aukštyje, kad nereikėtų lenkti riešo.

22.4. Klaviatūra ir ženklų klavišai turi būti išdėstyti taip, kad būtų lengva ja naudotis.

22.5. Klavišų simboliai turi būti atitinkamai kontrastini ir įskaitomi.

22.6. Klaviatūra ir pelė turi būti viename aukštyje.

### 23. Darbo stalas ir darbo stalo paviršius

23.1. Darbo stalas ir darbo stalo paviršius turi būti pakankamai didelis, kad būtų galima patogiai išdėstyti vaizduoklį, klaviatūrą, dokumentus ir kitus būtinus įrenginius. Darbo stalo paviršius turi būti mažai atspindintis.

23.2. Dokumentų laikiklis turi būti stabilus, reguliuojamas ir nustatytas taip, kad iki minimumo sumažintų akių ir kaklo raumenų nuovargį.

23.3. Darbo stalo konstrukcija turi atitikti ergonominius reikalavimus ir užtikrinti darbuotojui patogią pozą, kurios pasirinkimui turi būti pakankamai erdvės.

### 24. Darbo kėdė

24.1. Darbo kėdė turi būti stabili, leidžianti darbuotojui lengvai ir laisvai judėti bei pasirinkti patogią kūno padėtį.

24.2. Darbo kėdės konstrukcija turi atitikti ergonominius reikalavimus: kėdė turi būti su kėlimo ir sukimo mechanizmu, leidžiančiu keisti kėdės aukštį bei atlošo atlenkimo kampą; turėti porankius. Porankiai turi būti reguliuojami.

24.3. Pėdų atrama turi būti pritaikoma darbuotojui, kuriam reikia ja naudotis. Pėdų atramos aukštis ir kampas turi būti reguliuojami, kad galima būtų individualiai pritaikyti kiekvienam asmeniui.

24.4. Kėdės sėdimo paviršiaus priekinė briauna turi būti nuožulni.

## VIII. DARBO APLINKA

### 25. Erdvės reikalavimai

25.1. Darbo vieta turi būti suprojektuota ir įrengta taip, kad darbuotojas galėtų laisvai prie jos prieiti, turėtų pakankamai erdvės darbo ir kitiems judesiams atlikti bei kūno padėčiai keisti.

25.2. Atstumas tarp videoterminalo ekrano ir kito videoterminalo užpakalinio paviršiaus turi būti ne mažesnis kaip 2 m, tarp šoninių paviršių – ne mažesnis kaip 1,2 m.

25.3. Vienai darbo vietai turi būti skiriama ne mažiau kaip 6 m<sup>2</sup> darbo patalpos ploto ir ne mažiau kaip 20 m<sup>3</sup> erdvės.

### 26. Apšvieta

26.1. Patalpoje turi būti higienos normos reikalavimus atitinkantis natūralus ir dirbtinis apšvietimas [5.4].

26.2. Patalpos apšvieta turi būti pakankama visiems darbo veiksmams atlikti, atitinkanti darbo pobūdį ir tenkinanti darbuotojo regos ypatumus.

26.3. Darbo stalo paviršiaus bendro apšvietimo apšvieta turi būti:

26.3.1. darbo stalo paviršių – ne mažesnė kaip 300 lx ir ne didesnė kaip 500 lx;

26.3.2. vaizduoklio – ne mažesnė kaip 100 lx ir ne didesnė kaip 250 lx.

26.4. Natūralios ir dirbtinės apšvietos šaltiniai turi būti įrengti ir išdėstyti taip, kad darbuotojas išvengtų akinančio blyksnių ir atspindžio vaizduoklyje poveikio.

26.5. Esant reikalui, darbo patalpoje gali būti įrengtas vietinis dirbtinis apšvietimas. Dėl vietinės apšvietos vaizduoklyje neturi būti akinančių blyksnių.

### 27. Triukšmas ir vibracija

27.1. Triukšmo lygiai darbo vietoje turi atitikti higienos normos reikalavimus [5.8]. Esant reikalui, patalpų apdailai gali būti naudojamos garsą sugeriančios medžiagos.

27.2. Darbuotoją veikianti vibracija turi atitikti nustatytus reikalavimus.

### 28. Šiluminė aplinka

28.1. Darbo aplinkos šiluminė aplinka turi atitikti galiojančių normų reikalavimus [5.12].

28.2. Patalpos šildymas, vėdinimas ir oro kondicionavimas turi būti įrengtas pagal galiojančių normų reikalavimus [5.12].

### 29. Spinduliuotė

29.1. Bet kokia spinduliuotė turi neviršyti sveikatai kenksmingų lygių.

29.2. Leistinas elektromagnetinio lauko lygis turi atitikti nustatytus reikalavimus.

29.3. Jonizuojančiosios spinduliuotės lygiavertės dozės galia 0,1 m atstumu nuo monitoriaus bet kurio išorinio paviršiaus turi neviršyti 1 mSv/h [5.6].

30. Oro kokybė

30.1. Patalpos oro kokybė turi atitikti higienos reikalavimus [5.5].

31. Vartotojo ir kompiuterio sąsaja: projektuojant, parenkant, pradedant eksploatuoti ir modifikuojant programinę įrangą bei rengiant užduotis vaizduoklio įrenginiais, darbdavys atsižvelgia į šiuos principus:

31.1. programinė įranga turi būti tinkama šią užduotį spręsti;

31.2. programinę įrangą turi būti lengva naudoti, o prireikus pritaikyti vartotojo žinių ar patirties lygiui; be darbuotojų žinios negali būti naudojami jokie kiekybės ar kokybės kontrolės įrenginiai;

31.3. sistemos turi užtikrinti darbuotojams grįžtamąją informaciją apie jų darbą;

31.4. informacija sistemose vartotojui turi būti pateikiama priimtinos formos ir priimtinu greičiu;

31.5. turi būti taikomi programinės įrangos ergonomikos principai, ypač kai duomenis apdoroja žmogus.

---